

10月 みらいケア (mirai care)

～桑名市介護予防・日常生活支援事業～
健康・ケア教室

個別送迎(自宅 ⇄ 施設間)
好評運行中!!

お気軽にお問合せください

0594-73-2110

15:00～16:30 (14:40受付開始)

日・祝日以外 **毎日開催!!**

「みらいケア」を毎日の健康習慣に...

【「みらいケア」ってなあに??】

その日の気分に合わせてマシン運動かプールを選び、汗を流した後は、温泉でまったり。
楽しく健康な体作りができる...そんな地域交流の場です。

パワー
リハビリマシン



OR

プール



+

温泉



【料金】

回数券1枚

(回数券 3000円/10枚綴り)

※回数券のみの取り扱いとなります

【持ち物】

◇タオル◇飲み物

◇上履き◇水着(プール利用の方)

回数券の返金・再発行はできません

※介護度(要支援は除く)のある方の利用はできません(対象は概ね65歳以上)

※来館時のバイタルチェックにてお断りする場合があります。

※利用者多数の場合、安全確保の為に入場を制限させていただく場合もございます。

あらかじめご了承ください。

明るく・楽しく・気持ちよく

心と身体の健康習慣づくり♪

桑名市長島町福吉268-1シニアプラザながしま1階
通所リハビリテーション みらい



医療法人(社団) 佐藤病院

シニアプラザながしま

通所リハビリテーション/小規模多機能型居宅介護