

唐津市総合事業

運動しましょ



A
C 型

A
A 型

筋肉はしつと
はいてもつぎまよ!!

憧れられる先輩
にならましょ。

仲間と一緒にだから
楽しい!! 自然に仲良く
なり、笑顔になれます。
仲間バンザイ!! 笑顔バンザイ!



- マシコース (マンツマン)
- 全身運動コース
- 曜日運動コース
肩曜日・腰曜日・膝曜日 etc
- 音楽にのって体操
ラジオ体操は
美しい体操です
- オリジナル体操は
楽しい体操です

- 介護予防運動療法士(アトレ),
ラジオ体操公認指導者が一緒にお手伝い致します。
- ハママネージャーが介護保険の相談も受けします。
- 認知症サポーターもいます。
- 笑いヨガのインストラクターがいます。
- 若石健康法 足つぼマッサージをしています。
- 地元のからの介護指導もさせて頂いています。
- ヒーリングタッチで楽になって下さいね。

遊ばせ

- 一緒に中野へ買い物
へ行って食事作りましょう。
- 散歩に出かけましょう
電車に乗って行きましょう
虫の松原に行って行けまよ
季節を思いっきり満喫
しましょう。
- 手芸むいこのりて可か
- 指技を先にお指導
ください!!

連絡先 有限会社在宅介護お世話宅配便 ☎0955(74)3836
場所 (元)山口小児科:唐津市新興町193 受付時間 9:00~18:00(月~土)

