

令和8年度 洲本市リハビリ教室について

■対象者:

- 16歳以上の洲本市民の方でリハビリ(運動)を行う必要のある方
 - 疾病、負傷、閉じこもりにより心身の機能が低下している方でリハビリ(運動)を行う必要のある方
 - 日常生活の自立を助けるためのリハビリ(運動)を行う必要のある方
- 以下の方は参加できません
- ×15歳以下の方
 - ×原則、介護保険サービスを利用されている方
 - ×原則、医療・施設においてリハビリを受けている方(病院でのリハビリなど)

■期 間:1年間(2026年4月1日～2027年3月31日)

■日 時:火曜日: 9:00～11:30(受付は11:00まで)
13:00～16:00(受付は15:30まで)
水曜日:13:00～16:00(受付は15:30まで)

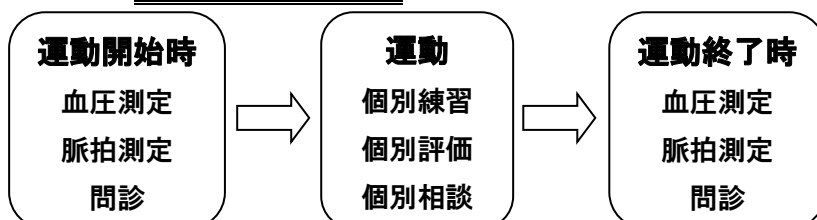
※集団健診が実施される日はお休みとなる場合があります(日程表をご確認ください)

■場 所:洲本市健康福祉館(みなと元気館) 2階 機能訓練室

■スタッフ:理学療法士、看護師、健康運動指導士 等

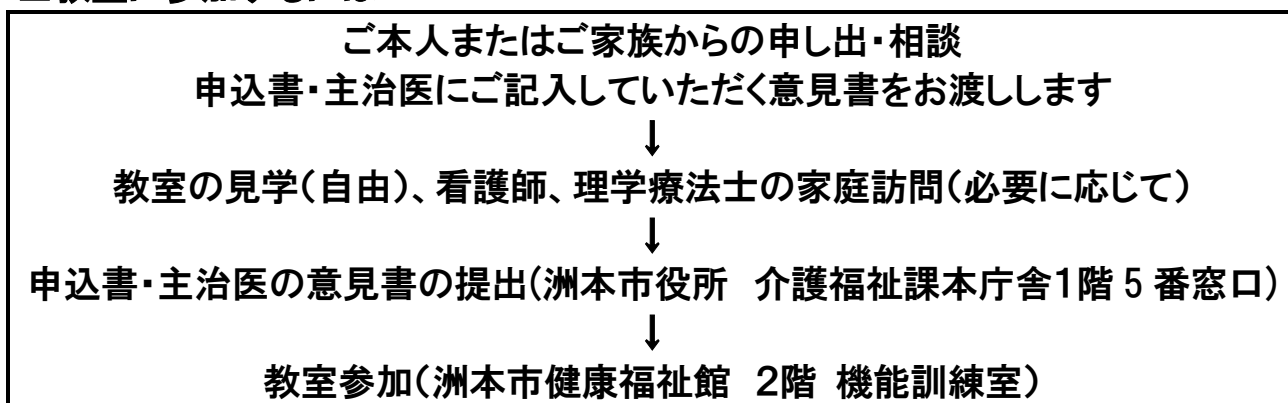
■内 容:基本的には、自主トレーニング。必要に応じて個別チェック

■教室の流れ:



■卒 業:スタッフが判断して、ある程度身体機能が回復・維持できている方・日常生活が自立されている方は卒業(終了)とさせていただきます

■教室に参加するには



【お問い合わせ】 洲本市役所 介護福祉課 長寿支援係 0799-26-0600