

こむずカフェとは？

こむずカフェは 居場所型介護予防教室です



【 目的 】

居場所とは、65歳以上の高齢者が自由に通い、自分たちが内容を決め利用者主体で楽しむ通い場です。

この介護予防教室で身体的・精神的・社会的健康の維持増進を目指し主体的にかかわることにより自分たちで出来ることの支援・応援・促しをおこないます。

【 内容 】

【利用者主体】

できることは自分です
自由時間・行事等、内容は話合いで決定

- ・介護予防体操（年2回自分の健康チェック）
- ・後半は居場所として自由時間
茶話会・手芸等やりたいことなど

開催場所・時間

【利用料 300円】

- ・富田 旧中央公民館
（火曜日 14時から）
- ・新田 新田公民館
（木曜日 10時から）
- ・上新田 上新田学習館
（木曜日 14時から）

～ カフェを利用して頂くために ～

- 一、他人に対し、暴力、攻撃的な言動、陰口などはおやめください。
- 一、勧誘、政治的活動、宗教活動は禁止です。
- 一、自分でできる事は、自分で行いましょう。



【 注意事項 】

- ・初めての方には、健康について（チェックリスト）をご記入いただきます。その際、身体的状況によっては受入れできない場合がありますのでご注意ください。
- ・交通手段がない方を対象にバスの送迎を行っています。ご希望の方は、担当にご相談ください。満席の場合は乗車できません。
- ・1か月以上バスの利用がない場合、送迎を中止させていただきます。復帰希望の際に、バスの定員状況によりすぐに復帰できない可能性がありますのでご連絡ください。
- ・カフェでの転倒、けが等は保険対応致します。

ただし、行き帰りでの事故等に関しまして対応できません。ご自身の保険にて宜しくお願い致します。