



買い物



リハビリテーション

ご利用対象の方



長久手市内在住の 65 歳以上の方で、

足腰が弱くなり、一人での外出や買い物が難しい方

※介護保険を利用してデイサービス、デイケアを利用していない方

ご自分が対象となるか
裏面でご確認ください



参加費



1 回 300 円 (買い物は自費)

1

アピタ

長久手店コース

※店舗改装中につき、
ピアゴパワー長久手南店で実施

毎週水曜日

10:30-12:10

申込
問合せ

リハビリフィットネス長久手
☎0561-64-5745

2

平和堂

長久手店コース

隔週月曜日

(午前) 10:00-11:30

(午後) 13:30-15:00

申込
問合せ

足腰ラボ 接骨院
☎052-887-9333

3

ピアゴパワー

長久手南店コース

毎週月曜日

※ 第 1 月曜日のみ休み

10:00-11:30

申込
問合せ

(株) 長久手温泉
☎0561-64-3511

長久手市 地域いきいきライフ推進事業 (事業者) 株式会社長久手温泉

買い物リハビリテーションの流れ



買い物リハビリテーションは、自分の目で見て、選んで買い物するという「買い物支援」と、外出を促し、専門家による健康チェックと軽運動を行う「健康教室」を合わせた事業です。

まずはこちらをチェック！



| 現在の状況についてそうと思ったらチェック！ | | チェック |
|-----------------------|--|------|
| 1 | 食料品の買い出しをしたいが、誰かの助けを借りてしている | ✓ |
| 2 | 15分位続けて歩くことができない | ✓ |
| 3 | 引きこもりがちで外出機会が少ない方 | ✓ |
| 4 | 【指輪っかテスト】 ふくらはぎの一番太い部分を両手の人差し指と親指で作った輪っかで囲むと輪っかの間に隙間ができる | ✓ |

4つの質問のどれかに当てはまる方で、本事業にご興味のあるかたは

① ② ③ どれかにご連絡ください！※定員あり

① **アピタ長久手店** コース
※店舗改装中につき、ピアゴパワー長久手南店で実施

リハビリフィットネス長久手
 ☎ 0561-64-5745

② **平和堂長久手店** コース

足腰ラボ 接骨院
 ☎ 052-887-9333

③ **ピアゴパワー長久手南店** コース

(株)長久手温泉
 ☎ 0561-64-3511