

こんにちは♪

「いきがいサービス ひかり」です！

「いきがいサービス ひかり」は、本宮市高齢者生きがいデイサービスの愛称です



いきがいサービスってどんなところ？

さまざまなレクリエーション活動や、軽運動に取り組み、元気に過ごせるようにお手伝いするところです。



花見

【活動の一部紹介】



転倒予防教室



本宮カルタ

どんな人が利用できるの？

介護保険サービスを受けていない、65歳以上の方が対象です。

いつ・どこでやってるの？

月曜日から金曜日の週1回 9時30分～15時まで。

※新型コロナウイルス感染予防のため、利用回数・時間が変更となる場合があります。
あだたら憩の家（和田字石上127）で活動しています。



利用者さんが活動で作成した「おひな様」

料金は？

1回あたり500円です。（昼食代含む）
※送迎はご相談ください。



思い思いの色で塗り絵

体験も出来ますので、お気軽にお問い合わせください。
お待ちしております♪

新型コロナ
ウイルス対策
≡
実施中



利用したい時はどうすればいい？

① いきがいサービスひかり ☎ 44-2133へ、まずお電話を。

②職員が自宅へ訪問・説明

③体験利用

④気に入ったら正式登録



どんなふうに過ごすの？

【1日のながれ】

| 時間 | 活動内容 |
|-------------|---|
| 9:10~9:30 | あだたら憩の家到着 |
| 9:30~9:40 | 一日の説明後、血圧・体温測定のチェック (月初めには、身長・体重測定) |
| 9:40~11:50 | リフレッシュタイム 健康機器(ヘルストロン)、軽運動(ステップ運動・100歳体操)等により健康維持増進を図ります。 お風呂も入れます。 |
| 12:00~13:00 | 昼食・休憩 |
| 13:20~14:50 | 機能訓練 日常生活を楽しく過ごすため、運動・ゲーム・手芸・歌等を行います。 |
| 15:00 | 帰宅 |

申込み・問合せ

本宮市高齢福祉課

☎ 24-5208

受託者 本宮市社会福祉協議会

(いきがいサービスひかり)

☎ 44-2133

いきがいサービスひかりは本宮市からの委託を受けて 社会福祉法人 本宮市社会福祉協議会が運営しています。