



近江八幡市介護予防・日常生活支援総合事業

パワーあっぷ!



「パワーあっぷ」で、『元気』を取り戻しませんか？

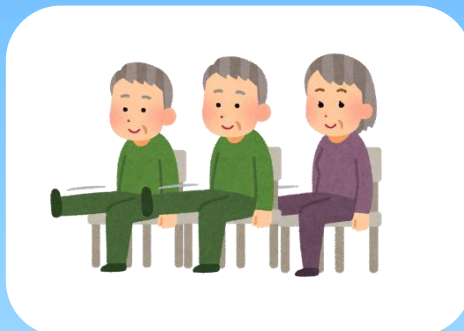
そろそろ介護保険のサービスが必要かも…と思っているそのあなた！

あなたに必要なのは「介護」ではなく「介護予防」です。

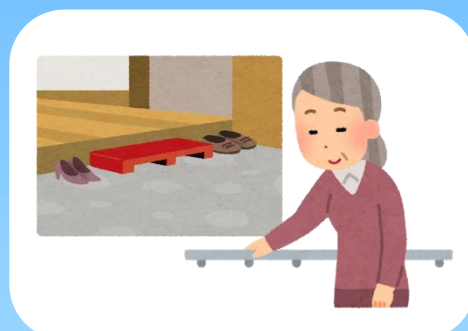
まずは3か月、仲間と一緒にチャレンジしてみませんか？



運動機器などを使って足腰を強くしましょう。



それぞれに合った運動に取り組み、活動しやすい体を作ります。



ご自宅に訪問し、生活動作へのアドバイスや自宅環境への提案を行います。

実施曜日・場所

	利用回数・期間	場所	受託事業者
パワーあっぷ 中北部	火曜日 9:30～11:30	メディカルフィットネスセンターヴォーリス (北之庄町 492 番地 メレル館3階)	公益財団法人 近江兄弟社
	金曜日 9:30～11:30		
パワーあっぷ 東部	水曜日 9:30～11:30	街なかりハステーション (西庄町 1465 番地)	医療法人 敬絆会
	土曜日 14:00～16:00		
パワーあっぷ 西部	月曜日 9:30～11:30	たに整形外科 (中村町 654 番地)	医療法人社団顕仁会 たに整形外科
	金曜日 9:30～11:30		

利用回数・期間

3か月（計 24 回）

費用

8回 3,700円

送迎

ご自宅まで送迎します。

お問い合わせ先

- 中北部地域包括支援センター（担当地区：八幡、島、岡山、沖島） 電話：31-1970
- 東部地域包括支援センター（担当地区：金田、馬淵、武佐） 電話：43-0602
- 西部地域包括支援センター（担当地区：桐原、桐原東、北里） 電話：36-2205
- 安土地域包括支援センター（担当地区：安土、老蘇） 電話：46-4134
- 近江八幡市役所長寿福祉課 電話：31-3737

お身体状況によってはご利用できない場合もありますのでご了承ください。

裏面に各地域包括支援センターの地図があります。

中北部地域包括支援センター

お住まいの小学校区：八幡・岡山・島・沖島

住 所 北之庄町 9 1 2

電話番号 3 1 - 1 9 7 0



東部地域包括支援センター

お住まいの小学校区：金田・馬淵・武佐

住 所 友定町 3 0 5

(0次予防センターカフェ内)

電話番号 4 3 - 0 6 0 2



西部地域包括支援センター

お住まいの小学校区：桐原・桐原東・北里

住 所 江頭町 4 1 7 - 2

電話番号 3 6 - 2 2 0 5



安土地域包括支援センター

お住まいの小学校区：安土・老蘇

住 所 安土町上出 9 0 8 - 1

(安土町総合支所敷地内)

電話番号 4 6 - 4 1 3 4

