

対象者
限定

お心当たりがある方、
今がチャンス！



ちょきん スマイル貯筋コース

※介護保険を使用した事業です

(高齢者相談支援センターと面談し、必要な方に、
利用いただく教室です)



スマイル貯筋コース3つのポイント

- ①個別指導で無理なく参加できる！
- ②3ヶ月の短期集中教室（週1・全12回）
- ③自宅で続けられる内容をお伝え！

参加費
無料



会場や
利用条件については
裏面をご覧ください





利用までの流れ

基本チェックリストの記入、面談



日程調整後、教室開始！（※初回は体力測定があります）



会場 ※お近くの会場で参加できます

会場	住所
あさひ接骨院	新舞子字明知山102-9
竹内接骨院	岡田字西違脇8-1
山口接骨院	原2-2-13
粕谷接骨院	南粕谷1-20-301
にしの台今井接骨院	にしの台1-2703-2
みずの接骨院	にしの台2-1704



利用条件（対象となる方）

以下の項目へ、チェックをお願いします。

- 要支援または「基本チェックリスト」で運動機能低下の心配があると判定された
- 現在、医療機関でリハビリを受けていない※1

〈備考〉

※1 リハビリを受けている人も、状況により利用可能となる場合があります。ご相談ください。

※ 以前「スマイル貯筋コース」を利用した方は、本事業の対象外となる可能性があります。ご相談ください。

（利用したことある方→ 年前）

《申し込み・問い合わせ》

知多市健康推進課（保健センター） 介護予防チーム
住所：知多市新知字永井2番地の1 電話：0562-54-1300