

知的機能を高める！

全身運動と知的活動が同時にできる社交ダンス



## 1日の流れ

- 13時00分～ 送迎
- 13時30分～ バイタルチェック
- 13時45分～ 体操
- 14時00分～ 社交ダンス
- 15時15分～ ストレッチ
- 15時30分～ 送迎

※バイタルチェック・体操・ストレッチ…介護職員  
※社交ダンス…ダンス講師・介護職員補助

### \*送迎応相談

日常的にお一人で外出できる方は、送迎範囲でも送迎はお断りする場合がございます。

音楽に合わせて  
体を動かそう



いくつになっても始められる！  
趣味が見つかる習い事感覚の  
介護予防に特化したデイサービス  
に来てみませんか？

※認定を受けていなくてもチェックリストに該当すれば利用できます。

管理者・生活支援相談員…介護支援専門員  
介護職員…介護福祉士  
ダンス講師…プロ・アマ

**利用料1回 343円**

※1割負担の方  
※介護保険の改正により金額が変更になる場合がございます。

踊れない方は踊れるように、踊れる方はもっと上手に踊れるように、経験豊富な先生がしっかり教えてくれます。



振りを覚え、音楽に合わせてながら全身運動を行うため、同時に多くの感覚を刺激します。

教室は敷居も値段も高い、興味があってもなかなか踏み出せない、趣味を見つけない、楽しみが欲しい、お洒落をしたい、そんな方々のお手伝いをさせていただきたいと思います。

デイサービスに抵抗がある方も動けなくなる前に予防することが大切です。予防に特化していますので介護の方は受け入れておりません。送迎も会社ロゴのない車で送迎しています。

**経験者も未経験者も大歓迎！**