


緩和した基準によるサービス(生き生き元気教室型)

サービス内容	介護予防に関する知識や実践方法を学ぶ ○運動（元気アップトレーニングメニューの実施など） ○レクレーション 
想定される対象者	短時間のトレーニングで機能向上が見込まれる方
利用回数	週1回
単価	1回 2時間 2,500円（送迎がない場合 2,000円）
利用者負担	1割～3割（負担割合証の割合になります）