

買い物しながら  
リハビリできるデイサービス

# ひかりサロン 網走

無料送迎付き



## サービス概要

### ご利用可能な方（原則65歳以上の方）

○総合事業の対象者及び要支援1・2認定者  
○要介護→継続利用していた方は利用できます  
※地域包括支援センターやケアマネジャーによる  
支援計画の作成が必要となります。

### 実施時間・対象地域・利用料

開催曜日：月曜日～土曜日（祝日を除く）

実施時間：① 9:30～11:30

② 13:30～15:30

対象地域：網走市内

利用料：月4回～5回 1,469円程度から

※サービス利用時のお買い物費用は別途自己負担

この事業は①買い物難民 ②移動難民  
③社会参加難民の救済ができる社会問題  
解決型のデイサービスです。

ショッピングリハビリ専門のクルーが  
健康づくりをご支援します。

### ご利用の相談・お申込みは

## ひかりサロン網走

網走市駒場北5丁目83番地1

TEL:0152-67-6738

FAX:0152-67-6739

MAIL [takayukihiraga@gmail.com](mailto:takayukihiraga@gmail.com)

運営会社：合同会社1人1つの笑顔をつくる

代表 平賀貴幸



## こんな方にこそオススメ

- 片足のどちらかで20秒以上立てない方
- 買い物しながら楽しい時間を過ごしたい方
- 買い物に困っている方
- 退院後のリハビリの一環として
- 視力や聴力の低下で買い物が困難な方
- 運転免許の返納を検討・返納された方
- 「歩けなくなること」を防ぎたい方
- 体力に不安のある方や体力をつけたい方
- 人とのつながりを増やしたい方
- 夫妻や友人と一緒に活動したい方