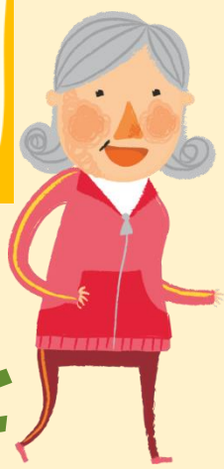
老人保健施設の機能・資源を
地域に生かす
取り組みを行っています。



# 老健スタッフを派遣します

**サロンなどの地域活動の場面にご活用下さい。**

老健ってどんな所？

無理なく続けられる
トレーニング内容

ちょっと聞いてみたい、
教えてもらいたい

## ◆提供可能な内容◆

| 理学療法士、作業療法士対応 | 管理栄養士、支援相談員等対応 |
|---|---|
| ・ロコモのお話・体操 | ・健康管理のお話 |
| ・転倒予防のお話・指導 | ・栄養指導のお話 |
| ・認知症予防のお話 | ・介護予防（口腔の内容） |
| ・脳トレーニング | ・介護方法のお話 |
| ・運動指導、集団体操　等 | ・老健の利用方法　等 |

● 提供内容は、ご相談ください。


**老健ふじさわ**

住所：〒029-3405　一関市藤沢町藤沢字町裏52-2
担当：支援相談　畠山

まずはお気軽にお電話ください。
**0191-63-2010**

## ◆リハビリ◆

日頃のサロン活動にプラスαで、老健
リハビリスタッフを呼んでみませんか？

5分～10分程度の短い時間の
ご依頼もお受けします！
一緒に運動しましょう！

## ◆栄養◆

- 食生活で「ロコモ」対策
- 簡単にできる高齢者の食事
- 介護食の作り方
- 高齢者の低栄養について
- 家庭での食中毒予防について
- 老健ふじさわのお食事の紹介　等々

## ◆介護◆

◍介護技術指導
◍ちょっとした余興
等々

お気軽にご相談
ください😄