

令和5年度

名古屋市地域サロン活動等支援事業

身近な場所で介護予防・健康づくりを!

無料!

# リハビリテーション 専門職派遣



リハビリの専門家が  
集いの場で  
介護予防・健康づくりをお手伝い  
下記テーマで1時間ほど各専門職がお話をします

職種	番号	テーマ	内容
理学療法士	1	転倒予防	転倒予防の7つのポイントを説明し、効果的な運動を行います。
	2	腰痛予防	腰痛の種類や姿勢のタイプによって、どんな運動がよいか説明し、運動の方法を紹介します。
	3	膝関節痛予防	膝の健康チェックを行い、膝の健康に効果的な運動を行います。
	4	脳卒中予防	脳卒中予防10ヶ条の紹介、予防方法、脳卒中の初期症状をわかりやすく説明します。
	5	自宅でできるトレーニング	家庭で簡単にできる姿勢の改善方法や正しい姿勢を保つ筋力トレーニングを行います。
	6	体力チェックでフレイル予防	なごやハ〇フレイルテストでご自身の体力を確認することで、フレイル予防の意識を持ちましょう。
作業療法士	7	脳トレで認知症予防	脳トレをしながら楽しく認知症について学びましょう。
	8	料理で認知症予防	炊事をちょっと工夫するだけで認知症を予防する事ができます。
	9	高齢者に多い「うつ」を予防しましょう	認知症に間違われやすい「うつ」について、予防、向き合い方、接し方などをお話します。
	10	足腰が弱ってきたときの生活の知恵	やり方や道具を工夫することで、足腰が弱っても今の生活を続けることができます。
	11	新しいことに挑戦して若さを保とう	年を重ねると新しいことを敬遠しがちですが、「何をどうやって」挑戦するか、皆さんと一緒に考えます。
言語聴覚士	12	食べる機能を保ちましょう	①食べること・話すこと・呼吸との関係 ②呼吸・発声練習 ③口の体操 ④食べられなくなったらどうするか
	13	聞こえと認知症	①難聴とは ②早期ケアの大切さ ③ケアの方法 ④周りの対応方法などをお話します。

※申し込み方法等詳細は裏面をご覧ください。 ※感染症対策を踏まえて実施いたします。

令和5年度

名古屋市地域サロン活動等支援事業

# リハビリテーション専門職派遣依頼書

依頼者

住所：  
.....

氏名：

連絡先：

派遣  
希望日

派遣希望日は第3希望までご記入ください

第1希望：           年   月   日       時   分～   時   分

第2希望：           年   月   日       時   分～   時   分

第3希望：           年   月   日       時   分～   時   分

派遣場所

住所：  
.....

名称：

団体名

名称：

人数：

依頼  
テーマ

表紙より希望のテーマを2つ迄選んで番号とテーマをご記入ください

第1希望テーマ：  
.....

第2希望テーマ：

対 象

65歳以上の方が誰でも参加できる

住民主体の集いの場

(高齢者サロン、老人クラブ、認知症カフェ、自主サークル等)



申 込

**2ヶ月前迄のお申込が必要となります。**

この依頼書をFAXにてご送付ください。

Fax: **052-972-6295** (愛知県理学療法士会)

予約は1団体につき、1件までに限らせていただいております。

予定派遣が終了後より、次回の予約が可能となります。

申込受付時間：月曜日～金曜日 9:00～17:00 (土日祝日・年末年始は除きます)

名古屋市健康福祉局/公益社団法人 愛知県理学療法士会