

令和6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      | なごや八〇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。



## 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：  
.....

## ご案内

## 申込前に必ずご確認ください

派遣希望日の2ヶ月前迄の  
お申込が必要となります

《年度内の申込回数の上限：6回まで》

## ●複数回まとめてのお申込も可能

依頼書をコピーいただき

「1回の派遣依頼につき依頼書を1枚」ご提出ください。

## ●派遣日時・講師決定の目安：開催日の1ヶ月前程度

\*日時・講師の調整にはお時間をいただきます。

\*複数回まとめて申込の場合、日時・講師は  
順次調整・決定となりますのでご了承ください。依頼書受領後、3営業日以内に  
依頼者様宛に受領(受付)連絡をします数日中に「愛知県理学療法士会」からの連絡がない  
場合は依頼書が届いていない可能性があります  
ので恐れ入りますが改めて送付をお願いします。\*郵送された場合は依頼書受領(受付)までにお時間を  
要しますので予めご了承ください。

## 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

この依頼書をFAXにてご送付ください。

(※FAXがない場合は郵送にてご送付ください。)

受付先 公益社団法人 愛知県理学療法士会

Fax: 052-972-6295

〒460-0002

名古屋市中区丸の内3-18-1 三晃丸の内ビル601

申込受付時間：月曜日～金曜日 9:00～17:00

(土日祝・お盆・年末年始除く)