

高島まるごと介護予防まつり

～笑って、学んで、^{けんこう}健口になろう～

『いくつになっても達者で、住みなれた地域で安心して暮らし続けられる』こと、『いつでもおいしく食べる』こと、は私たちの願いです。「見て」「聴いて」「体験して」介護予防について考えてみませんか。

日時

平成30年 12月 2日(日)

13時 00 分～16時 30 分

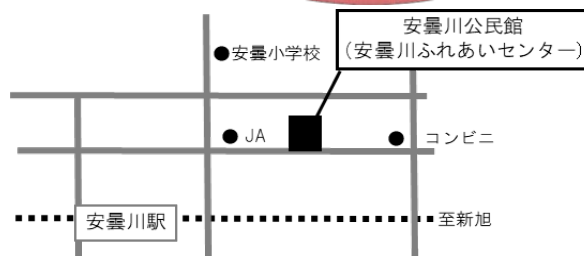
どなたでも
参加できます
(参加費無料)

場所

安曇川公民館

(安曇川ふれあいセンター)

高島市安曇川町田中 89 番地



講演会（申し込み必要）

★ 在宅療養講演会：13時00分～14時20分

テーマ：「健口（けんこう）で

いつまでも元気に」

こう し おおにし けいじ
講師：大西 啓之 先生

おおにし歯科クリニック 院長
滋賀県歯科医師会常務理事



口から元気になれる楽しいお話です。今日から実践できることがみつかるはずです。

在宅療養講演会申込書

必要事項をご記入の上、FAX番号（0740-25-8054）までお送りください。
電話申し込みも可能です。＜申込み締め切り：平成30年11月28日（水）＞

氏名	住所または事業者名	連絡先（電話番号）

＜お問い合わせ先＞高島市役所 地域包括支援課 電話：0740-25-8150 FAX：0740-25-8054

介護予防まつりコーナー

各コーナー開催時間：14時30分～16時30分



スタンプラリーで各コーナーをまわると先着順で粗品をプレゼント！



お口元気アップコーナー

- ・お口を使ったゲーム・健口体操
お口周りの筋肉を使ってチャレンジ！
- ・歯医者さんの相談コーナーもあります。



介護予防リハビリ

- ・飲みこむ力や身体機能をチェックしてみませんか？
飲み込みにくさ、食べにくさを体験！食事の介護などいろいろなご相談に乗ります！



やさしい在宅介護食教室

- ・家族と同じ食事を、おいしく安全な介護食へアレンジ！ヒントを学んで味わってみましょう。
- ・お持ち帰り簡単レシピあります。

1部:14:30～(20人)
2部:15:30～(20人)

★当日総合案内にて整理券を配布します。



福祉用具コーナー

- ・最新の歩行器をご紹介します！
- ・実際に触れて、体感していただけます。
必要な福祉用具が見つかるようサポートいたします。



まちの保健室

- ・健康相談
- ・血圧や血管年齢の測定
自分のからだ年齢をチェック！



高島あしたの体操

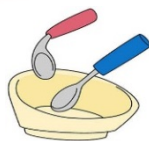
- ・みんなで体操を体験！
きっと体もほぐれます。
「フィットネス浜分」の
スタッフと一緒にやってみましょう。

1部:14:30～15:00
2部:15:30～16:00



保健所コーナー

- ・ほほえみ工房と共に日常生活用具
(自助具)を紹介します。
- ・保健所による難病相談窓口紹介



笑いヨガ&リズム体操

- ・笑った後は、悩みも
吹っ飛びます！！
誰でも簡単にできます。
一緒に楽しみましょう！

1部:15:00～15:20
2部:16:00～16:20



共催：高島市医師会／高島市役所健康福祉部地域包括支援課・健康推進課／高島市歯科医師会／滋賀県歯科衛生士会／高島市リハビリ連携協議会（公益社団法人滋賀県理学療法士協会、一般社団法人滋賀県作業療法士協会、滋賀県言語聴覚士協会）／たかしま福祉用具の会／滋賀県高島健康福祉事務所／公益社団法人滋賀県看護協会／高島市健康推進員協議会

後援：高島市医療連携ネットワーク運営協議会／高島市薬剤師会／社会福祉法人高島市社会福祉協議会／高島市民生委員児童委員協議会連合会／高島市介護サービス事業者協議会／高島市介護家族の会（紅葉の会・みのり会・ひまわり会・なごやか会）