

はーとぴあ健康講座

主催：松下介護老人保健施設 はーとぴあ
共催：大阪国際大学 湯川静信教授

第1回目

第1回目の「認知症サポーター養成講座」では、講師にMAMOちゃん'Sの山本真弓さん(認知症キャラバン・メイト)を講師に迎え、認知症についての知識と認知症の方や家族の気持ちについて学び、認知症予防の”楽笑脳トレ”を行いました。



第2回目

第2回目は、講師に中村歯科医院の中村隆之医院長を招き「はじめてみよう！やってみよう！口腔ケア！」を開催しました。
先着順で入れ歯の超音波洗浄も行いブラッシング指導や口腔チェック及び相談会を行いました。



第3回目

第3回目は、はーとぴあの理学療法士の小路さんに「体力に重要な筋肉をきたえましょう」をテーマに介護予防運動の大切さを学び、みんなで一緒に運動したり、血液サラサラ度や血中酸素濃度をチェックしました。



今後も継続して、地域の方々の役に立つ情報を提供していきます。

