



介護予防のためのサロン

高齢社会をよくする下関女性の会(ホームイ)

..... **2008年 6月 7日 サロンレポート**

雨の季節になりました。カラフルな傘を差して、色鮮やかな紫陽花やバラの花を観賞しながら、お散歩…なんていかがですか？市大のサロン会場では、いつも元気な笑い声が弾んでいます。

(参加総数60名)



音楽に合わせて、イチ・ニ・サン



筋力トレーニング・柔軟体操

健康講話

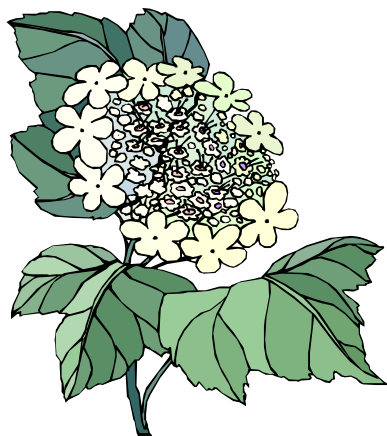
今月のテーマ・訪問看護って
なんだろう

訪問看護とは、看護師などが住まいを訪問して、主治医の指示や連携により行なう、療養上の世話や診療の補助です。

病気や障害があっても、医療機器を使用しながらでも、住み慣れた地域で人生最期まで暮らせるように、ヘルパーや他の職種と協力し、在宅療養を支援します。

市内には、訪問看護をしてくれる医療機関が211箇所あります。

訪問看護を受けたいときは、かかりつけの医療機関、病院の医師、お近くの訪問看護ステーション、ケアマネジャーに相談してみましょう。その他、病院の医療相談室、民生委員、社会福祉協議会、市役所、地域包括支援センターなどに電話しても分かります。



手作り楽器で楽しく合奏

..... **次回 7月サロンのご案内**

と き … 7月 5日(土) 10時~14時

ところ … 下関市立大学体育館(上履き持参)

★ 要予約…弁当実費(1,000円)

★ 連絡先…TEL/FAX 083-253-4892

ホームイ代表 田中隆子

当日のメニュー

★ リズム体操 ★ 健康講話

★ 筋力トレーニング

★ 昼食

★ 脳トレゲーム

★ 手話ソング