



介護予防のためのサロン

☆主催・高齢社会をよくする下関女性の会（ホーモイ） 代表 田中隆子

..... 2010年6月5日 サロンレポート

あじさいが鮮やかに街をいろどっています。朝から抜けるような青空に恵まれ、初めての方達を含めいつも以上に沢山の参加があり体育館の中は皆さんの熱気で溢れていました。（参加総数 77名）



★健康講話★ ～認知症の人とどう接すればいいのでしょうか？～

・・・ 済生会下関総合病院 吉永看護師さんのお話・・・

認知症の症状をよく理解し正しい対応で気軽に付き合えるよう、様々な症状と行動の特徴ごとに基本的注意事項や具体的対応を詳しく教えていただきました。生活習慣病予防が認知症予防にもつながるとのこと。日々の暮らし方に気を配りましょう。

“おはようございます！”

健康講話



リズム体操

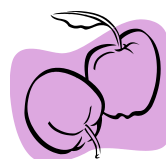


筋力トレーニング



午後のメニュー 下関中央図書館長、安富静夫氏の講話

声を合わせて合唱 ♪ ♪



..... 次回サロンのご案内

と き・・・ 7月3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・・・参加費1000円（弁当代含む）

★申し込みは・・・ Tel/Fax 083-252-1042

サロン担当 土井恒子

当日メニュー

★リズム体操 ★健康講話

★筋力トレーニング

★昼食

★あんさんぶるアポ