



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
ホーモイURL・・・ <http://www.yg-life.net/homoi/>

..... 2021年11月6日 サロンレポート

木々が色づき始めたこの頃です。11月のサロンが下関市福祉センター大ホールで久しぶりに開催されました。初対面の松崎先生や参加者は緊張し、スタッフも1年8カ月のブランクで感覚を忘れ、あたふたしました。次回は楽しいサロンをめざして頑張ります。
(参加総数29名)

健康講話

～その症状見逃したらいけないサインかも～

済生会下関総合病院 集中ケア認定看護師 堤 由佳さん

※脳卒中における症状の特徴

◎一時的に出現し、しばらくするとおさまる場合がある

◎自覚症状だけでなく、周りの人も症状に気づきやすい

⇒会話、歩き方、食事など

※3つのヘンにはご注意ください

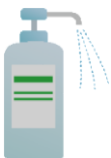
1.口(くち)ヘン ⇒ 口(くち)をイーとしたとき、
片方の口の端が上がらない

2.言(ごん)ベン ⇒ 呂律がまわらない。「言葉」がヘン

3.手ヘン ⇒ 手に力が入らず、「片側の腕」が動かない



▼感染予防対策をして、サロンの再開です



▼はじめまして松崎先生



▼365歩のマーチ

皆さんしっかり覚えていました!!



▼久しぶりなので、軽い運動から



~~~~~ これからのサロンのご案内 ~~~~~

場 所 : 下関社会福祉センター 4階大ホール

時 間 : 10:00~12:00

要予約 参加費700円

午前メニュー

★リズム体操

★健康講話

★筋力トレーニング

★お茶は各自ご持参くださ

※申し込み: Tel/Fax 083-253-6922