

介護予防教室の講師をしています



作業療法士が愛宕安野屋包括主催の介護予防教室にて講師をしています。地域の高齢者へ自宅でできる運動の指導をしたり、笑顔と元気が出るような楽しい時間を過ごせるよう努めています♪ 個々のお宅訪問以外でもこのように地域に出向き、集団を対象とした支援活動も行っています!!! ☆ご要望あれば承っています☆

アップル風味
試してネ!



経口補水液の勉強会

大塚製薬さんを招き、脱水&熱中症対策としての勉強会をしていただきました。

熱中症の多くは室内で起こっており、高齢者や子供が特に要注意です。高齢者でも男性より女性が起こる確率が高いそうです。なぜだか分かりますか？

水分をためておくのは筋肉。男性の方が筋肉量が多いため貯蓄しやすいのです。今年も猛暑が続く中、対策と予防をしましょう。

