

○介護予防教室

【ゲーム＆脳トレで脳の活性化を図りましょう】

歌をうたいながら手を動かす運動や、新聞紙を丸めて玉入れ合戦など、とても楽しく笑いが絶えない1時間でした。

【2017.08.31/臥牛荘】



○介護予防教室

【詐欺被害に注意】

還付金詐欺と送り付け商法の寸劇を見ました。どのようにだまされるのかを認識してもらいました。

参加者は自分は絶対に騙されないと思っていたようですが、そのような高齢者が一番だまされやすいという内容でした。

【2017.08.23/諏訪荘】



○介護予防教室

【ロコモと運動習慣の関係性】

講話、ロコモ判定テスト、アンケート、予防体操を行いました。

運動習慣の大切さが簡単にまとめられ、わかりやすい内容でした。

【2017.08.22/馬淵荘】