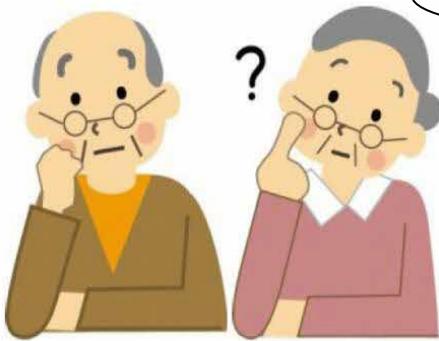


家族介護者教室のご案内

今回は、高齢者の健康状態維持についてのお話です。ご本人や介護者の動作負担軽減や日常生活動作の改善に繋がる為の説明や体験もご紹介します。

このようなお悩みや困りごとはありませんか？

- ・握力や筋力が急に弱ってきた。
- ・疲れやすくなり、体を動かすことが減ってきた。
- ・歩くのがおそくなった。



記

令和7年度 第1回 家族介護者教室

期 日：令和 7年 6月 20日（金曜日）10：00～11：00

場 所：上天草市大矢野老人福祉センター（宮津） 2階 診療室

演 題：「サルコペニア、フレイルって何？」

講 師：老人保健施設ほんごう苑 理学療法士 岩崎拓也

対象者：在宅の家族介護者等

参加費：無料

連絡先

上天草市大矢野在宅介護支援センター（南風苑内）

担当：水原真登

電話番号 56-0119・56-0263