

# いきいきサロン訪問（旧市役所）

理学・作業療法士が2回/月

定期訪問しています。

こんな方におすすめ！

## 6選

1

### 身体の状態を知りたい



運動習慣がない、最近運動を始めた...など、自分の身体の状態を知りたい方に、体力測定や体組成測定を行い、安全かつ効果的な運動を提案します。

2

### 健康維持したい



生活の中で身体を動かす機会が減っている方に、楽しみながら運動を始めるきっかけを提供します。



3

### 体力を回復したい



最近転んだ、むせこむようになった、体重が減った、物忘れが気になる...など心身の変化を感じる方に、その方に適した運動や生活の提案を行います。



4

### 相談相手が欲しい



病院で聞こうと思って忘れてしまう、受診するかどうか迷う、困りごとがある...など身近に相談相手がいない方のお話を伺い、必要に応じて担当窓口におつなぎします。

5

### 専門的な助言を受けたい



健診で「要注意」と言われた、リハビリが終わった後も継続したい...などけがや病気の回復を目指している方に、専門スタッフによる身体評価や助言を行います。

6

### 新しい友達がほしい



外出の機会がなくなった、家に閉じこもりがちの方には、定期的に通うことで同年代の方と知り合いになるきっかけになります。

問合せ先：大井田病院機能訓練室（高橋・宮崎・岸）

0880-63-2101