

高砂白寿苑 健康教室 ご案内

ご自宅で、ご家族や親しい友人と共に、
健康的な毎日を過ごしませんか？

高砂白寿苑では、
『安心 安全 信頼 のおけるサービス提供』をモットーに
あなたの思いに寄り添い、毎日の生活をサポートします。

皆様の地域で、健康な毎日を送るお手伝いをします。
自治会、老人会の集まりで、こんなことしてみませんか？
リハビリスタッフが、お集まりの場所まで出向きます。

- ・ 体力測定 健康チェック
 - ・ 健康体操
 - ・ 認知症予防のお話
 - ・ リハビリ体験(お子様もできます)
 - ・ ご自宅での困りごと相談会(ご本人・ご家族のこと)
 - * 玄関の上り框を上がりにくくなった
 - * 家族の介護で、腰が痛い
 - * コロナが広がってから外に出る機会が減った
 - * 家でゴロゴロしてしまう
 - * むせやすくなった など
- どんなことでもご相談下さい！

※日時や内容も、ご希望に添えるように調整します。



介護老人保険施設
高砂白寿苑
079-247-9811

リハビリテーション課
担当:吉田・下山・岡本