

地域サロン活動等支援事業

身近な場所で介護予防・健康づくりについて学んで見ませんか？

身近な場所で！あなたの活動先に

介護予防・健康づくり

をサポートする

専門職

がお伺いし支援します!!

悩んでいませんか？

活動がマンネリ化してきたけど、なんか良い活動はない？

体操以外の介護予防も学びたいけど、わざわざ違う場所に行くのは…

介護予防は必要と思うけど、実際どうやっていいかわからない…

介護予防の講師を呼びたいけど謝礼が支払えない…

利用無料

事前申込

対象

65歳以上の方が誰でも参加できる
高齢者サロン、老人クラブ、自主サークル等
(住民運営の集いの場)

申込受付

電話／FAX／来所にてお申し込みください

電話：052-651-6509 (保健感染症係)

052-651-6539 (保健看護担当)

FAX：052-651-5144

申込時間：月曜日～金曜日 8:45～17:30

(土日祝日・年末年始は除きます)

◆ 本事業（地域サロン活動等支援事業）とは

住民運営の集いの場を中心に、保健所の保健師、管理栄養士、歯科衛生士や外部の講師（リハビリテーション専門職等）が、積極的に関わることで、集いの場の介護予防機能を強化させ、自立支援に資する取り組みを推進するものです。

◆ 介護予防・健康づくりの内容の一例

専門職が行う介護予防・健康づくりの内容については下記のようなものがあります。詳しくは各保健所にお問い合わせください。

（例示）

- 健康の話
- 栄養の話
- お口の体操
- 音楽で介護予防
- 体力測定 など

◆ 申込から支援までの流れ

申込

- ・ 電話、FAX、来所にてお申込ください。

調整

- ・ お伺いする日程や内容の調整をします。

支援

- ・ 活動予定日にお伺いします。

名古屋市 港保健所 保健予防課

〒455-0015

名古屋市港区港栄二丁目二番一号

電話番号：651-6509（保健感染症係） 651-6539（保健看護担当）

FAX 番号：651-5144

地域サロン活動等支援事業

港保健所における専門職の健康教育の内容について

1. 認知・うつに関すること

内容例) 認知症・うつ病予防に関する講話
かるた、ダーツなどを使った脳トレ
楽しく歌って認知症・うつ病予防



2. 運動に関すること

内容例) ラジオ体操
筋力トレーニング、転倒・ロコモ予防



3. お口に関すること

内容例) お口の機能を高める体操
歌を歌ってお口の機能アップ

4. 栄養に関すること

内容例) 栄養に関する講話
調理実習

5. その他 健康づくりに関すること

内容例) 血圧測定、健康講話
結核、感染症に関する講話



<注意事項>

申込書は裏面へ
項目にないものはご相談ください。



