

# 在宅支援リハビリテーション課の活動報告

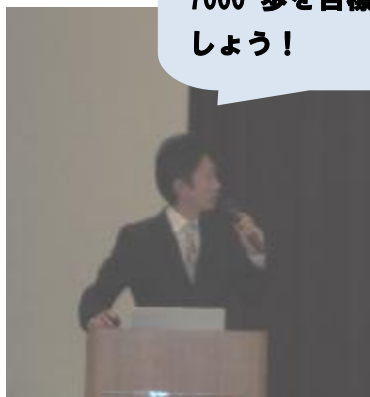
3月17日、弥富市総合社会教育センター 公民館ホールにて「健康寿命を延ばそう～リハビリテーションのイロハ～」をテーマに弥富市内のリハビリテーションスタッフと一緒にリハビリの考え方や効果的な運動についての講演会がありました。

当院からは加藤作業療法士 足立理学療法士が在宅生活で簡単にできる「脳卒中の予防」「転倒予防」で健康寿命を伸ばすポイントについてお話ししました。



塩分の取りすぎに  
注意しましょう

65歳以上では1日に、  
男性で8000歩 女性で  
7000歩を目標に歩きましょう！



地域の  
リハビリ職の方々  
と記念撮影

要介護状態を防ぐには2つの視点

- ① 骨折不い骨づくり
- ② バランスカ

健康寿命 up

## バランスカ

片足立ち運動



### 【私たちの基本理念】

- 1、患者のための医療を目指します。
- 2、他の医療機関と連携して、地域医療の発展を目指します。
- 3、教育・研究を重視し、職員の自己研鑽に努めます。

## 医療法人借行会

## 借行会リハビリテーション病院

〒490-1405 弥富市神戸5丁目20番地

TEL 0567-52-3883(代表)

FAX 0567-52-3885

URL <http://www.riha-kaikou.com/>

FB <http://www.facebook.com/riha.kaikou>

