

なりすなです

～介護福祉の専門職として

地域の皆様にお伝えできること～



日頃からご理解とご協力をいただきありがとうございます。
なりすな設立から15年が経過しました。社会福祉法人としてこれまでに培ってきた知識・技術を活かし、地域のニーズに合わせ下記の内容をいきいきサロンや、なりすな地域交流館で開催し、皆様のお役に立ちたいと思っています。
どんな些細な事でも要望や依頼をお待ちしています。
お気軽に声をかけてください。

1 介護予防コース

ご自宅等で介護をされているご家族や、ご自身のために。
いつまでも元気でお過ごしいただきたい。

介護予防のための適切な運動や介護の方法を分かりやすくお伝えします。

- ・腰痛予防体操
- ・セラバンド体操
(ゴムバンドを使ったゆっくりとした動きの体操で、筋力低下を予防します。)
- ・口腔体操
(飲み込む力の維持・向上のための、お口の体操です。)

2 おいしい介護食コース

毎日の食事は健康づくりの第一歩。

飲み込む力や、噛む力が弱くなられた方でもおいしく食べたいですね。

おいしく食べられるための工夫やちょっとしたコツをお伝えします。

- ・お手軽介護食
(介護食を作られる方の負担軽減のため、ご自宅で作れる介護食を紹介します。)
- ・家族で食べれる介護食
(ちょっとした工夫で！家族みんなで食べれる介護食を提案します。)
- ・介護食のレシピ紹介
- ・トロミ剤について
(トロミを付ければ飲み込みやすくなるんです。トロミ剤の紹介と使用方法。)
(適切なトロミ具合は…?など)

3 認知症について

- ・「認知症」って何？
- ・認知症予防について 等

4 健康管理について

- ・脱水の話
- ・感染予防の話 (手洗い等)

5 介護保険制度について

- ・施設利用の手続きの仕方 等
- ・施設利用でなんぼかかるかいなあ～
- ・介護申請の手続きの仕方 等

6 その他

- ・生け花、フラワーアレンジメント
- ・音楽クラブ
- ・地域サロン活動のお手伝い
(認知症の方の付添、配食のお手伝い 等)
- ・入浴介助、排泄介助、食事介助、移動移乗介助
- ・作品づくり

【連絡先】

特別養護老人ホーム なりすな
住所:鳥取市青谷町善田27-1
電話:85-0117

担当:清水 由理
谷尾 勉