

理学  
療法士

管理  
栄養士

保健師

作業  
療法士

柔道  
整復師

歯科  
衛生士

# いきいき訪問

要支援1・2または事業対象者で、何らかの理由で自宅でのアドバイスが必要な方に、各分野の専門職がご自宅まで出張し、介護予防の方法を一緒に考えます！

※事業対象者：65歳以上の方で、基本チェックリスト(問診票)で判定

## 専門家が自宅に！

### 運動・体操

●転倒予防や骨折予防のため、自宅でできる運動や体操を提案します！

●次の①または②のどちらかを選択

①**理学療法士または作業療法士**：身体に合わせた運動や生活環境のアドバイス(訪問1~4回)

②**柔道整復師**：定期的な運動・体操の実施(週1回 訪問8回)

【対象】次のいずれかに該当する方

- ・手すりがないと階段を上がれない
- ・何かにつかまらなると椅子から立ち上がれない
- ・15分以上続けて歩けない
- ・この1年間で転んだことがある
- ・転ぶことに対する不安が大きい



### 栄養の改善

●栄養バランスのとれた食事は生活習慣病の予防や認知症予防につながります。

●**管理栄養士**があなたの健康状態や食習慣をみながら、あなたに合った食生活を一緒に考えていきます。(訪問1~2回)

【対象】次のいずれかに該当する方

- ・体重が減ってきた
- ・高血圧、脂質異常症、糖尿病などの生活習慣が気になる
- ・バランスの良い食事を学びたい

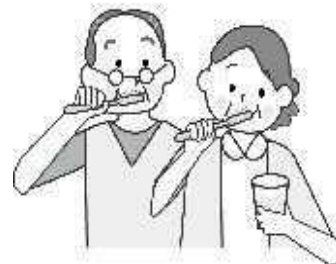


## お口の健康(食べる・飲み込む)

- 加齢にともないお口の働きが低下し、むせや口の渇きが現れやすくなります。お口の健康も予防できますよ！
- 歯科衛生士**がお口の手入れの方法や、むせを防ぐためのお口の体操、アドバイスをします！（訪問1～2回）

【対象】次のいずれかに該当する方

- ・お茶や汁物等でむせることがある
- ・口の渇きが気になる
- ・半年前に比べて固いものが食べにくくなった



## 認知症予防・閉じこもり予防・健康相談

- 保健師**が健康相談を行い、生活のアドバイスをします。（訪問1～2回）

【対象】次のいずれかに該当する方

- ・物忘れが気になる
- ・週に1回も外出していない
- ・気持ちが沈みがちである
- ・健康の相談をしたい



【問い合わせ】担当のケアマネジャーまたはお住まいの地域を管轄する地域包括支援センター

あなたのお住まいの地域	管轄する地域包括支援センター(電話)	
神山・今伊勢町・奥町	やすらぎ	61-3350
葉栗・北方町・木曾川町	コムネックスみづほ	86-5333
西成・浅井町	アウン	51-1384
向山・富士・丹陽町・千秋町	ちあき	81-1711
大和町・萩原町	萩の里	67-3633
起・小信中島・三条・大徳・朝日・開明	泰玄会	61-8273
宮西・貴船・大志	まちなか	85-8672

一宮市 高年福祉課 電話：28-9151