

65歳以上の元気なあなたへ

いつものサロン活動に**健康づくり**を フレイル予防のための**専門職派遣事業**

会場はそのまま

いつもの会場で
そのまま実施できます。

申請はかんたん

内容の調整も含めて
サポートします。



専門職が

無料

で
出張します！

選べる専門職

- ◇管理栄養士
- ◇歯科衛生士
- ◇理学療法士
- ◇作業療法士
- ◇言語聴覚士



こんな内容が人気です

- ◆転ばない身体づくり！自宅でもできる運動体験
- ◆みんなで楽しくできる脳トレ
- ◆低栄養を防ぐシニアの食事の工夫
- ◆知っておくとお得！お口のケアと誤嚥予防 等

※申し込み団体のご希望に合わせた内容で調整します

【対象】

市内で、住民主体で運営されている通いの場やサロン

【日時】

平日の9時～17時の間で、1時間～2時間以内

（夜間・土日の希望はご相談ください）

【会場】

通いの場・サロンの会場で実施します

【その他】

- ・開催希望日の1か月半前までにご連絡ください。
- ・講師は1回につき1名です。
- ・申し込み状況により、複数回の利用ができない場合があります

【利用の流れ】

1. 申込書を長寿福祉課へ提出
（FAX、郵送、持参どれでも）
 2. 講師決定後、開催日まで
に、講師と実施内容など
電話で調整
 3. 当日実施
- ※詳細な手続きは、担当が
ご案内いたします

申込み・問合せ

沼津市役所 長寿福祉課 高齢者支援係
電話(934-4835)まで