



しょうおうふくしかい
 社会福祉法人 **勝央福祉会** **地域の健康づくり事業**

※社会福祉法に基づく地域貢献事業の一環のため、無償での取り組みとなります

私達は勝央町を中心に20年地域の皆様の介護・福祉に携わってきました。その取り組みの中で、健康なうちから取り組みを行うことが重要であると感じています。平成29年度から地域貢献事業として勝央町内で活動の実績を積んできました。これまでの経験を活かして地域の皆様に広くお役に立てればと考えております。一緒に健康づくりの取り組みを始めましょう！

例えば、こんな時にご相談ください。得意分野は運動や健康です！

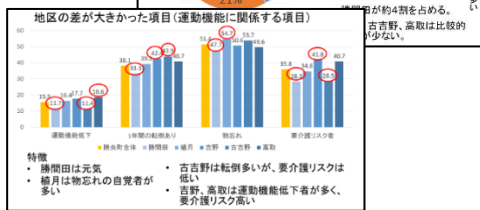
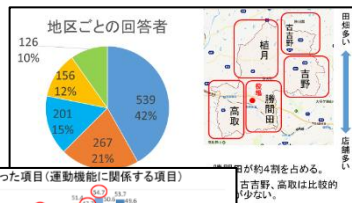


地域での体操の取り組み

- 地域の行事で健康体操をしてほしい
- 地域住民を対象に健康づくりの話をしてほしい
- 地域の健康づくりのため調査をしたい
- 職場での健康づくりの取り組みをしたい



地域での健康講話



地域の健康調査の分析

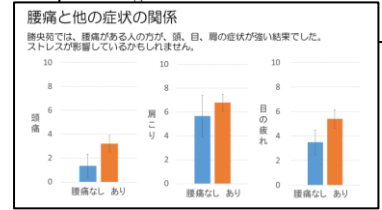
チェックしよう No1 バランス能力

閉眼片足立ちテスト

目を閉じて片脚立ちをして、何秒間保持出来るかを測定する

- ・手は腰に当てる
- ・両脚はくっつけない
- ・手が離れたり、足が動いたら終了

できた秒数から体力年齢を測定する



職場での腰痛予防事業

<担当者> りがくりょうほうし おおかた ひさし
 理学療法士 大片 久



H18年 吉備国際大学卒業「理学療法士」取得
 H24年 「認定理学療法士(生活環境支援)」取得
 老人保健施設、通所介護などで経験を重ねる。H29年地域の健康づくり事業担当に着任。現在、勝央町や津山市で介護予防業務の支援などを行っている。
 実績： 勝央町一般介護予防事業アドバイザー
 津山市個別地域ケア会議アドバイザー
 兵庫県加古川市職員対象腰痛予防事業講師 など
 その他、地域住民対象の健康講話を年間約30件担当しています。

社会福祉法人 **勝央福祉会**

- 老人保健施設 勝央苑
- 訪問介護たんぽぽ
- ケアプランセンター勝央苑

〒709-4334
 岡山県勝田郡勝央町平 242-1
 TEL (0868)-38-1880
 FAX (0868)-38-1891
 mail: shoo.rehab@bloominglife.or.jp

●通所介護ワンステップ

〒709-4334
 岡山県津山市北町 8-1
 TEL (0868)-20-1488
 FAX (0868)-20-1488

HP : <https://bloominglife.or.jp>

