

寝たきりにならない町づくり

をめざしております

介護老人保健施設ライフケア有田

電話 0737-63-5564

担当者 向山、池下

お気軽にご相談下さい。

・認知症予防 ……軽度認知障害(MCI) (認知症予防運動)

認知課題(頭を使った課題)と運動課題(体を使った課題)を両方同時に行うことに心身の機能を効率的に上げていくプログラムを行っています。

・転倒・骨折予防 ……ロコモティブシンドローム(運動器症候群) (ロコモーショントレーニング)

骨、関節、筋肉といった運動器の機能が加齢とともに衰えて、「立つ」「歩く」といった動作が困難となり、「要介護」や「寝たきり」になる、またはそのリスクが高い状態になることを予防するための運動を行っています。

