

つむぎは何をやっているところ？

茨木市介護予防生活支援総合事業

紡 希 の 庵 コミュニティデイハウス

～ 介護不要な身体作りと交流の空間 ～

ご利用は茨木市在住の65歳以上の元気高齢者から要支援2までの方が対象です。

米めぼ
また
元気が出る

非日常的な お楽しみ
Point !!

普段自分では行わない事を
楽しいEventで盛り上げます。

ダムパークいばきた音楽祭出演



箕面の大滝遠足



クリスマス会



BBQ



福井幼稚園交流会

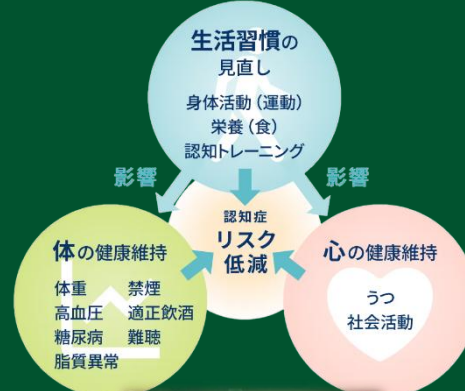
社会参加



TSUMIGI ACTIVITY

五感を刺激し
介護予防

認知症リスク軽減のためにできること
「WHOのガイドライン12項目」の3つのカテゴリー



口腔・栄養

ありえん世界

PROFESSIONAL CLASS

紡希にはハイレベルな専門資格を
保有している講師が一部の事業を
担当しています。

運動機能維持・向上

その疑問、全て解決します。

- ・フレイル予防体操
- ・脳活アンチエンジグ



保有資格 講師 小笠原資子

- * 小学校・中学校体育・保健体育教諭免許
- * 厚生労働省令 健康運動指導士
- * 東京都健康長寿医療センター 介護予防主任運動指導員
- * CTIジャパンコーチング応用コース終了
- * 日本カウンセリング協会認定1級心理カウンセラー
- * 食育インストラクター
- * 健康経営アドバイザー

認知機能維持・向上

知識と経験をもって、
全力で寄り添います。

・認知症予防レクリエーション



講師 安田千鶴

- 保有資格
- * 社会保険福祉士
 - * 精神保健福祉士
 - * 医薬品登録販売者
 - * ヘルパー2級
 - * 上級心理カウンセラー
 - * 福祉用具専門相談員

身体活動

外に出て活動をする事で人との出
会いや社会的な参加や交流が
生まれ、社会的な支援や個人的な
関係の構築などに役立ちます。



毎月の身体機能測定や出身地の
郷土料理の調理を楽しみ栄養
士・理学療法士とタッグを組み
口腔栄養を見守っています。



年齢とともに少しずつ衰える五
感（視覚・聴覚・嗅覚・味覚・
触覚）をイベントなどでは意識
し「五感を意識した行動」を
プラスしています。

