

洲本市民
限定

専門職による

訪問相談

お体について気になることはありませんか？
電話や自宅に訪問して、あなたの悩みを一緒に
考え、アドバイスいたします。(無料です)

※家族からのご相談も受付けています



運動

通いの場(いきいき百歳
体操やリハビリ教室など)
ご紹介します

ご本人に応じた運動
をご提案します

自宅で簡単な
体力・運動チェックを
してみませんか？



理学療法士
健康運動指導士等

健康

一緒に健康づくり
について考えませんか？

物忘れが気になりませんか？
簡単なチェックができます

1人で悩んでいませんか？
(睡眠不足や介護疲れなど)



保健師

口腔

家でできる口の体操
(吹き戻しを使った体操など)
お教えします

正しい歯磨きの仕方
をお伝えします

食べ物がかみにくく
なっていませんか？
簡単にかむ力を
チェックできます



歯科衛生士

栄養

食事バランスを
チェックしてみませんか？

病気に応じたレシピを
ご提案します
(減塩・糖尿病食など)

食べ過ぎ・食べられない
など気になりませんか？



管理栄養士

【お問い合わせ先】 受付時間:9:00~17:00

洲本市 健康福祉部 介護福祉課 (洲本市役所 1階⑤番)

TEL ☎: 0799-26-0600

訪問相談の件と
お伝え下さい