

# ふれあいデイサービス

## ふれあいデイサービスって何？



ふれあいデイサービスは、地区社協主催で高齢者がとじこもりにならないよう地域のボランティアの方々にご協力をいただきながら実施する事業です。

市社協担当職員が出向き健康チェック（血圧測定）レクリエーション、介護予防体操や健康についての話（看護師・専門機関）などを、地域の公民館や集会所で行っています。

### ★開催地区の一例★

10:00～10:30 健康チェック（血圧測定）

10:30～11:30 健康講話（裏面参照）介護予防体操

レクリエーションなど

11:30～ 解散

茶話会 昼食会など

午後から開催している地区もあります

## ※健康講話の内容※

転倒予防



熱中症予防



風邪予防



上記以外の健康講話もあります。

講師派遣については下記までお問い合わせください



一緒にレクリエーション・おしゃべりなどで楽しみましょう。  
みなさんが楽しく集える場所にお邪魔させていただき、少しでもお役に  
たてる情報を発信していきます。

【お問い合わせ先】

社会福祉法人 鳥取市社会福祉協議会 地域福祉課

〒680 - 0845 鳥取市富安二丁目104-2 さざんか会館1階

電話 (0857) 24-3180 FAX (0857) 24-3215