

からだの 動かし方、 見直しませんか

アドバイスします

専門家がご自宅で



理学療法士または作業療法士が訪問します。

生活の中で次のような困りごとはありませんか？

- ・歩くのが遅くなった
- ・以前に比べて筋力（握力）が弱くなった
- ・閉じこもりぎみ
- ・杖の長さを調整したい
- ・家の手すりの場所を見直したい
- ・介助の仕方を知りたい など

ご相談内容により、管理栄養士や歯科衛生士が
うかがうこともできます。

ご利用できる方

新宿区在住で、
訪問によるアドバイスを受けたい方。

無料・予約制

ご予約・お問合せは



担当の保健センターにお電話を。
裏面をご確認ください。