

熊本市南区オリジナル

介護予防動画

南区で、介護予防のためのオリジナル動画を制作しました。
音楽に合わせた体操や、バランスのいい食事のための替え歌を
うたいながら、ぜひ介護予防に取り組んでみてください。



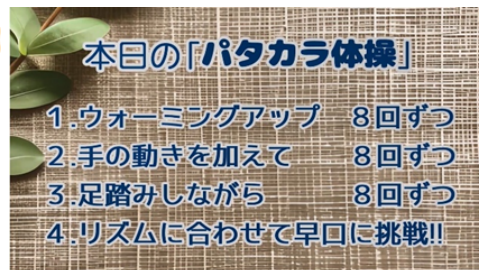
解説付きの体操動画です。
全部で約15分の構成です。



体操動画のみです。
全部で約4分の構成です。



解説付きのお口の健康に
ついての動画です。
全部で約15分の構成です。



誤嚥予防のための口腔体操
動画です。
全部で約7分の構成です。



高齢者の低栄養防止について
説明した動画です。
全部で約10分の構成です。

動画についてのお問い合わせ先

南区役所福祉課
地域包括支援班

電話：096-357-4129