

リフシア FESTA

長寿社会をイキイキと 暮らす知恵

「長寿社会を迎えていつまでも健康に過ごしたい、でも介護が必要になったら…」誰もが不安に感じるテーマです。私たちの身近な地域で積極的に活用できるサービスは何か、この機会に想像してみませんか！

アナログオモチャ
の体験

身近な人の介護を
シミュレーション

理学療法士原田さんの
健康呼ぼう教室
リハビリ体操



介護予防
はじめよう！

3/25 日

AM10:30～PM15:30

■場所／ 入場無料 入出退出自由

JR茅ヶ崎駅
改札口前

ラスカ茅ヶ崎6階ホール

お問
合せ

株式会社リフシア
HP : <http://lifsea.co.jp/>

☎ 0467-55-5102

PRESENT

ご来場者の皆さんに、真
空調理で作る介護食（パッ
ク）をプレゼント。無く
なり次第終了。お早めに
お越しください！



盛付け例▲



ライフステージに対応する暮らしの 知恵を地元の専門家に聞いてみませんか？

lifsea
株式会社リフシア

01 高齢者向けの 食事紹介 リフシアネットタンボボ

栄養士たちが中心となり、栄養のバランスや彩り、味にこだわった高齢者向けの食事を開発。真空調理法で作る美味しい介護食・嚥下食の紹介。



04 相続相談 コーナー

成年後見制度や遺言書の書き方等
相続に関することなんでもお答え
します。

ご相談者にエンディングノートを
プレゼント
(無くなり次第終了)



豊岡 勝哉氏
(司法書士)



渡部 達也氏
(相続診断士)

02 ライフステージ に合わせた 住まいと年金情報

- ①社労士による年金相談
(年金相談・労働相談)
- ②建築士による住まいのお悩み相談
(住まいの改修・増築・新築など)

専門家による無料相談コーナー



社会保険労務士法人
フレイン
小野 貴之氏
社会保険労務士



洋建築企画
清水智津子氏
一级建築士
福祉住環境コーディネーター
応急危険度判定士

03 ケアマネジャー による介護の お悩み相談コーナー

介護保険の手続きやサービスの種類、
利用方法、サービス付き高齢向け住宅
の住まい方や費用の事など、ケアマネ
ジャーの私たちがご説明します。



ケアプランリフシア浜之郷

06 パネル展示と 作品紹介コーナー

私たちの暮らしを支えるサービスを
パネルで紹介するほか、リフシアの
様々なサービス事業所を利用してい
る皆さんとの作品の展示もあります。



05 介護のお仕事 相談コーナー

仕事や資格内容、求人情報 などのご相談

リフシアで働きはじめて2~3年目の先
輩スタッフから直接話を聞くこともで
きます。

07 ハッピーらいふカレッジ無料体験

筋力測定なども
できます



リフシア健康
呼ぼう事業担当
原田 和巳
はらだ かずみ

茅ヶ崎市転倒予防教室・すこやか支
援事業でお馴染みの理学療法士原田
和巳による体験コーナーです。

理学療法士・おもちゃインストラクター・認知症ケ
ア専門士・福祉住環境コーディネータ等

健康呼ぼう事業部 スケジュール

10：30	知って得する健康情報 「膝痛予防に効果的な方法教えます！」
11：45	生涯現役のための運動方法 「歩く力」を鍛えよう！
11：20~	アナログゲームセッティング
11：30	認知症予防に効果あり！ 「アナログゲームで楽しく脳活」
11：50~	講座＆体操セッティング
12：00	知って得する健康情報 「フレイル予防に効果的な方法教えます！」
12：15	生涯現役のための運動方法 「立ち上がる力」を鍛えよう！！
12：50~	アナログゲームセッティング
13：00	認知症予防に効果あり！！ 「アナログゲームで遊ぼう」

気になる講座
だけ自由参加
(約15分)
定員15名予定



元気呼ぼうリハビリ体操

13：20~	講座＆体操セッティング
13：30	知って得する健康情報 「転倒予防に効果的な方法教えます！」
13：45	生涯現役のための運動方法 「バランス力」を鍛えよう！！
14：20~	アナログゲームセッティング
14：30	認知症予防に効果あり！！ 「アナログゲームで楽しく遊ぼう」
14：50~	講座＆体操セッティング
15：00	知って得する健康情報 「認知症予防に効果的な方法教えます！」
15：15	生涯現役のための運動方法 「認知機能」を鍛えよう！

お問合せ 株式会社リフシア

HP : <http://lifsea.co.jp/>

☎0467-55-5102