



▲地域包括支援センターのホームページはこちら

介護予防レンジャー 体鍛えるんジャー

▶問い合わせ 地域包括支援センター ☎73-3021
南部高齢者サポート ☎67-3788

6月のご案内

もの忘れ相談会

もの忘れや認知症のことについて悩んでいませんか？西香川病院の相談員が個別相談に応じます。

日時 6月12日(月) 午後2～3時

場所 みとよ未来創造館

対象 本人または家族



※希望する人は、当日会場にお越しください。

※希望者多数の場合は、お待ちいただくことがあります。

高齢者あんしん相談

認知症や介護に関すること、成年後見制度や高齢者虐待などの相談
※オンライン相談を希望する人は、市ホームページからお申し込みください。

日程	時間	場所
5日(月)	10:00 ～ 11:00	市民センター仁尾
8日(木)		三豊市役所
12日(月)		詫間ふれあい交流館
13日(火)		財田町国保高齢者保健福祉支援センター
15日(木)		山本町保健センター
21日(水)		豊中庁舎
26日(月)		三野町保健センター

みとよ元気運動塾

転倒予防のための運動教室

日程	時間	場所
1日(木)	10:00～11:30	山本町保健センター
	13:30～15:00	財田町国保高齢者保健福祉支援センター
2日(金)	10:00～11:30	三野町保健センター
	13:30～15:00	仁尾町文化会館
5日(月)	10:00～11:30	市民交流センター
	13:30～15:00	みとよ未来創造館
14日(水)	10:00～11:00	二ノ宮農業構造改善センター
21日(水)	10:00～11:30	マリンウェーブ

脳きらり教室

認知症予防の教室

【内】「お口の健康と認知症の関係」

日程	時間	場所
13日(火)	13:30 ～ 15:00	みとよ未来創造館
14日(水)		マリンウェーブ
16日(金)		財田町国保高齢者保健福祉支援センター
19日(月)		三野町保健センター
23日(金)		山本町保健センター
27日(火)		仁尾町文化会館
28日(水)		市民交流センター

オレンジかふえ

認知症に関心のある人、認知症の人とその家族、医療・福祉の専門職など、誰もが気軽に集える場所です。

料金 100～300円



日程	時間	場所	申し込み・問い合わせ先
15日(木)	14:00～15:00	みんなの看多機 なないろ(高瀬町)	みんなの看多機なないろ ☎73-4533
16日(金)	13:30～14:30	仁尾町文化会館	地域包括支援センター ☎73-3021
18日(日)	13:30～14:30	特別養護老人ホーム とよなか荘	とよなか荘 ☎56-6300 要申込
21日(水)	13:30～15:00	三野町保健センター (太陽の家)	みの元気塾 ☎72-1872
	13:30～15:30	山本町老人 ふれあいプラザ	まちづくり推進隊山本 ☎63-1501
22日(木)	13:30～15:30	マリンウェーブ	地域包括支援センター ☎73-3021
24日(土)	14:00～16:00	野田原集落センター (財田町)	阿須波(谷口) ☎090-5712-6777
25日(日)	13:00～15:00	デイサービス禅進 (山本町)	デイサービス禅進 ☎24-9333

フレイル測定をしてみませんか？

フレイルってなあに？

高齢期に心身の機能が衰えた状態のことです。早い時期に生活習慣を見直すことで、健康な状態へ戻すことができます。

6月の「みとよ元気運動塾」は
フレイル測定を行います！

対象者
市内在住の
おおむね65歳以上の人

握力や歩くスピードの測定などがあり、自分の体のことを知るチャンスです。「足がちょっと弱ってきたな」「動くのが以前よりおっくうになった」「瓶やペットボトルの蓋が開けにくくなった」など、思い当たる人はこの機会に参加してみませんか？

ほかにも、毎月みんなで楽しく運動し、体づくりをする運動教室をしています。みとよ元気運動塾への参加を希望する人は、当日直接会場までお越しください。

緊急通報サービスを提供しています

市内で一人暮らしをしている人が安心して生活できるように、緊急通報装置を貸与しています。対象となる人は、おおむね65歳以上の心疾患やぜんそくなどの内科的疾患を持っている人や、介護保険の要介護認定において要介護1以上の認定を受けている人です。

【サービス例(緊急通報)】

【主なサービス内容】

- 急な病気・けがの時 → **緊急通報**
- 健康・日常生活 → **相談対応**
- 毎月の安否確認 → **電話確認**

※サービス内容や対象となる条件などの詳細については、介護保険課までお問い合わせください。

▶問い合わせ
介護保険課 ☎73-3017

