



地域包括支援センターのホームページはこちらから



▲介護予防レンジャー

▶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

## 5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？市内のもの忘れ外来の相談員が個別相談に応じます。

**日時** 5月13日(月)  
午後2時～3時

**場所** 危機管理センター

**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。



### 脳きり教室

認知症予防の教室 内「歌って笑ってリラックス」

日程	時間	場所
14日(火)		みとよ未来創造館
20日(月)		三野町保健センター
22日(水)		豊中町保健センター
23日(木)	13:30～15:00	財田町国保高齢者保健福祉支援センター
24日(金)		山本町生涯学習センター
28日(火)		仁尾町文化会館
29日(水)		マリウエーブ

### 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
9日(木)		三豊市役所
13日(月)	10:00～11:00	詫間ふれあい交流館
		市民センター仁尾
14日(火)	10:00～11:00	財田町国保高齢者保健福祉支援センター
15日(水)		豊中庁舎
16日(木)		山本町保健センター
27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
2日(木)	10:00～11:30	山本町生涯学習センター
	13:30～15:00	財田町国保高齢者保健福祉支援センター
8日(水)	10:00～11:00	二ノ宮農業構造改善センター
10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
15日(水)	10:00～11:30	マリウエーブ
27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

## 地域包括支援センターにご相談ください

このような悩みを抱えていませんか？

### お金の管理

最近、通帳やら財布やら  
ようなくすんよ。  
これからお金の管理、大丈夫  
やるかなあ。



### 健康づくり

近所のAさんが、週1回  
の運動をして、家でも体操  
しよったら、老人会の旅行  
に行けたってよかったなあ。  
わたしもできるやろか。



### 悪徳商法・詐欺

こないだ知らん人がいきなり  
家に来て、「何でも売ってくれ」  
言うてきて、断るとるのに家に  
上がろうとして怖かったわあ。



地域包括支援センターは、高齢者の皆さんが安心して自分らしい生活を続けられるように支援するための相談窓口です。「もうできない」と諦める前に、「困ったな、どうしよう」と思ったら、まずはご相談ください。

## 介護保険課の場所が変わりました

高齢者の窓口対応の利便性向上のため、介護保険課の場所を3階エレベーター横に移動しました。

### 三豊市役所3階

	301会議室	福祉課	階段
	キッズコーナー		
保育幼稚園課	子育て支援課	介護保険課 地域包括支援センター	エレベーター

## オレンジかふえのお知らせ

認知症が気になる人や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。料金は100～300円

日程	時間	場所	問い合わせ先
8日(水)	10:00～12:30	粟島開発総合センター	アーチ訪問看護みとよ ☎24-8738
15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
16日(木)	14:00～16:00	みんなの看多機能ないる(高瀬町)	みんなの看多機能ないる ☎24-8911
17日(金)	13:30～15:00	仁尾町文化会館	地域包括支援センター ☎73-3021
19日(日)	13:30～15:30	特別養護老人ホームとよなか荘	とよなか荘 ☎56-6300
23日(木)	13:30～15:30	マリウエーブ	地域包括支援センター ☎73-3021
25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
26日(日)	13:30～15:00	デイサービス禅進(山本町)	デイサービス禅進 ☎24-9333

## 「おたっしや出前講座」の申し込み受け付け中!

地域包括支援センターでは、出前講座を行っています。テーマに応じて、講師が地域の活動の場に出向きます。

### 講座内容

- ・高齢者の健康づくりについて
- ・自宅でできる簡単体操
- ・お口の健口について など



ぜひ活用してね!

人と話すんジャー



▲「自宅でできる簡単体操」講座



▲「お口の健口」講座

**対象** 市内の老人会・自治会・サロンなどの団体

**講師** 保健師、社会福祉士、理学療法士、歯科衛生士など  
(内容によっては、協力企業が出向きます)

**申し込み** 申込用紙を地域包括支援センターに提出してください。  
※申込用紙は、地域包括支援センターまたは各支所にあります。市ホームページからもダウンロードできます。

詳しくは、地域包括支援センター(☎73-3021)までご相談ください。



◀申込用紙などはこちらから