

10月のご案内

もの忘れ相談会 要予約

日時 10月6日(月) 午後2時～3時

場所 みとよ未来創造館

受付 10月3日(金)まで

▶申し込み・問い合わせ
地域包括支援センター ☎73-3021



◀申し込みはこちらから

つなぐ会 もの忘れが気になる人と家族の交流会

日時 10月23日(木) 午後2時～4時

場所 みとよ未来創造館

家族介護教室 ④ お口の話と体操

日時 10月25日(土) 午後1時30分～4時

場所 財田町デイサービスセンター

▶問い合わせ 財田町デイサービスセンター
☎67-0120

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

日程	時間	場所
6日(月)	10:00～11:00	三野町保健センター
9日(木)		三豊市役所
14日(火)		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)		山本庁舎
20日(月)		詫間ふれあい交流館
27日(月)		市民センター仁尾

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	山本町農村環境改善センター
	13:30～15:00	財田町国保高齢者保健福祉支援センター
10日(金)	10:00～11:30	三野町生涯学習センター
	13:30～15:00	仁尾町文化会館
15日(水)	10:00～11:30	マリンウェーブ
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

脳きりり教室

認知症予防の教室

④「やってみよう! 認知症予防運動」

日程	時間	場所
6日(月)	13:30～15:00	財田町国保高齢者保健福祉支援センター
7日(火)		みとよ未来創造館
8日(水)		マリンウェーブ
20日(月)		三野町生涯学習センター
22日(水)		豊中町農村環境改善センター
24日(金)		山本町生涯学習センター
28日(火)		仁尾町文化会館

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 100～500円



▲7月にみんなの看多機能ないろで開催されたオレンジかふえ

日程	時間	場所	申し込み・問い合わせ先
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
	13:30～15:30	山本町老人ふれあいプラザ	地域包括支援センター ☎73-3021
16日(木)	14:00～16:00	みんなの看多機能ないろ(高瀬町)	みんなの看多機能ないろ ☎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	マリンウェーブ	地域包括支援センター ☎73-3021
24日(金)	14:00～16:00	みとよ未来創造館	四国学院大学専門学校 ☎72-5192
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

地域包括支援センター

おたっしやだより

▶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

▲介護予防レンジャー 歯みがくんジャー

口の健康でからだも元気に!

口の健康が全身の健康につながります

歯や口の機能は、「好きなものをしっかり食べること」「家族や友人と楽しく話すこと」など健康的な生活に欠かすことができない重要な機能です。

歯や口の機能が衰えると、次の症状がみられます。

- ・硬いものが食べづらくなった
- ・お茶や汁物でむせる
- ・口の乾きが気になる
- ・滑舌が悪くなる

これらをきっかけとして、食事の楽しみがなくなることや食生活に支障をきたし、栄養不足で体力や気力が低下することがあります。また、滑舌が悪くなることで人との交流を避けるようになる、かむ力の衰えから脳への刺激や血流量が減ることで、認知症を発症するリスクが高くなるなど、全身にさまざまな影響を及ぼします。いつまでも元気でおいしく食べられるように、口を健康に保ちましょう。

顔ジャンケン(顔面体操)

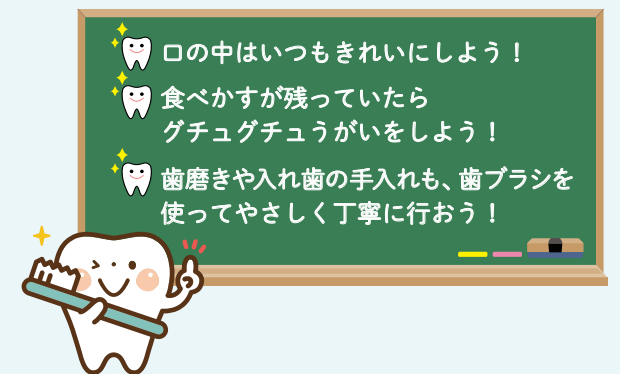
頬を膨らます(グー)

口をすぼめる(チョキ)

口を大きく開く(パー)



出典：香川県歯科医師会「健口生活読本」



早期発見・早期保護

SOSネットワークシールを交付しています

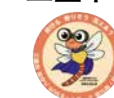
認知症などにより、行方不明になった高齢者を早期発見・保護するために、SOSシールを交付しています。

困っている人がいたら、やさしく声をかけてあげてください。



使用例

三豊市 SOSネットワーク



000



▲「SOSネットワークシール」
枠内に番号が記載されています

シールは靴や衣服、杖などに貼っています。QRコードを読み取って、表示される電話番号(三豊警察署または地域包括支援センター)へ連絡してください。その際、オレンジの囲み枠の番号を伝えてください。