



介護予防教室

サロンへお伺いいたします。

サロンって何？・・・地域にお住まいの住民が『仲間づくり』や『健康づくり』をするために集まる活動の場です。（公民館・ご自宅・その他）

転倒防止

転ばないようにするには
今、何が必要か？

認知症と 認知症予防 について !!



法律について

知ってますか？
遺言書の書き方と
遺産相続の方法 !!



介護保険

制度の仕組みを
詳しく知りたい。

★ お困りごとはないですか？ 聞いてみたい話しは … ありませんか？

口腔ケア

口腔ケアの・・・
効果と目的は？

料理教室

高血圧症 や
糖尿病に良い
食べ物って・・・？
※その他の疾患も
ご相談ください。

脱水

水分補給していても
脱水症状になる？
こわ～い熱中症！

消防・防災

火災時や地震時
などの対応と、
普段からの備え。

急変時の対応

倒れている人を
発見したら!?
どうすればいい？

◎その他レクリエーションなど、ご要望・ご相談に応じて行います。

◎5名以上の参加から申込みいただけます。

門川町地域包括支援センター 63-1129 担当 道前

