

令和6年度 第1回 出前南部包括

高齢や認知症になっても住み慣れた地域で、
その人らしい暮らしを続けましょう。

ちょっと困り始めたど、
どこに相談したらいいの？

家族が物忘れが
多くなった・・・どうしよう？

要介護にならない
ようにするにはどう
したらよいの？



伊勢原市公式イメージキャラクター
クルリン

ボランティア
したいけど・・・

**南部地域包括支援センターが地域に出向いて
相談や介護予防教室を開催いたします。
お気軽にご相談、お立ち寄りください。**

日時：令和6年5月22日(水)9時30分から15時30分

場所：伊勢原南公民館(東大竹854)

対象者：65歳以上 伊勢原南地区にお住まいの方

★総合相談：終日 ※予約の必要ありません。

★介護予防教室：9:30～終日(体操・脳トレ等)

★オレンジカフェ：終日おしゃべりともものづくり

★イベント：10:30～11:30「食生活でフレイル予防」

講師：健康づくり課管理栄養士

13:00～14:00「血管年齢・骨密度・体内糖化
物質分析測定」なかよしヘルスチェックセンター

イベントは予約が必要です。随時受け付けます。

送迎が必要な方はご相談下さい

ツクイ東大竹デイサービスさんがお仕事の都合をつけて、
無料で送迎して下さいます。

(送迎時間の目安 迎え10:00過ぎと13:00頃 送り12:00頃と15:00頃)



問合せ・申込み

南部地域包括支援センター ☎71-6616 FAX94-5990