

ご近所カフェ  
In つくし野

参加  
無料

# けんこう

チェック会

in

# Summer

2019.07.29 (月)

10:00~11:30

つくし野コミュニティーセンター  
2階 ホール

夏、  
本番!!

健康の  
秘訣は

「セルフメディケーション」  
今の自分の状態を知って  
「自分で自身の健康を管理する」ことが大切です

## いろいろおからだ測定

健康チェック  
ミニ講座

骨ウェーブ（骨強度）測定  
など…

あなたの“健康の  
ヒケツ”も教えてく  
ださい

耳の聴こえ  
補聴器の相談

耳が聞こえにくくなると  
認知症になりやすいの？

私に合った補聴器って？  
どんなの？



ご存知  
ですか？

## いろいろ相談・あんしんキーホルダー登録

町田市見守り支援ネットワーク事業  
あんしんキーホルダー

登録料  
200円



【主催・問合せ】  
南第1高齢者支援センター  
☎042-796-2789  
小川あんしん相談室  
☎042-850-6234

介護や  
健康のこと  
(介護予防ケアマネジメント)

- 介護予防ケアプランを作りたい
- 認知症対応の申請を詳しく知りたい
- 身体の状態に不安がある
- 今の健康を維持したい

悩み 疑問 相談ごと

一人で抱えこんでいませんか？

こんな  
お役に  
立ちます

南第1高齢者支援センター

権利を  
守ること  
(権利擁護)

- さまざまな利用費の軽減を受けた
- 権利侵害のリスクを減らしたい
- 自治体によって異なる人がいる
- 権利を行使したい



さまざま  
相談ごと  
(総合相談)

- 近所の一人暮らしの高齢者が心配



暮らしやすい  
地域のために  
(認知症・認知症ケアマネジメント)

- ケアマネジャーってどんな人？

南第1高齢者支援センターでは、生活ケアマネジャー、社会福祉士、介護士などを中心として、高齢者の支援を行います。またそれぞれの専門分野を担っていますが、専門分野の垣根を越え連携してはならず、互いに連携を取りながら「チーム」として総合的に高齢者を支えます。