

話せる場、社会参加できる場、地域にあります。

絆カフェ (認知症カフェ)



認知症の方やその家族など
だれもが気軽に参加できる
「つどいの場」です。

<問い合わせ先>

中央地域包括支援センター
0794-89-2337

ふれあいサロン

地域で仲間づくり・居場所
づくり・生きがいづくりをする場
です。

<問い合わせ先>

ボランティア活動プラザみき
0794-83-0090



家族介護者 交流会



日頃の想いを話し合い、
リフレッシュする場です。

<問い合わせ先>

高齢福祉課介護予防係
0794-82-2000(代表)



みっきい☆ いきいき体操



地域で日常生活に必要な筋力
や体の動き、バランスを身につける
ことができる筋力トレーニングをする
場です。

<問い合わせ先>

高齢福祉課介護予防係
0794-82-2000(代表)

認知症に早めに気づく。

認知症 予防健診



町ぐるみ健診(集団健
診)を受けられる65歳以
上の方を対象に無料で実
施しています。

<問い合わせ先>

高齢福祉課介護予防係
0794-82-2000(代表)



頭の 健康チェック



タッチパネルによる「物
忘れ相談プログラム」と保
健師などの専門職による
認知症相談です。

<問い合わせ先>

中央地域包括支援センター
0794-89-2337

みっきい☆ 頭すっきりクラブ

物忘れ相談や教室に参
加された後、自主的に予
防活動をしているグルー
プです。

<問い合わせ先>

中央地域包括支援センター
西部サブセンター
0794-83-0160

このほか、公民館などでも
いろいろな活動や教室が
開催されています。