

令和8年6月10日配布

NO.5

本宮第二包括便り

本宮第二地域包括支援センターです



こんにちは、本宮第二地域包括支援センターです。新緑がまぶしく、汗ばむ陽気の日も増えてまいりましたが、皆さまいかがお過ごしでしょうか。日頃より地域包括支援センターの活動にご理解とご協力をいただき、心より感謝申し上げます。梅雨入りを控え、体調を崩しやすい時期でもありますので、どうぞ無理のないようお過ごしください。

☀ にこにこカフェ

当センターでは、どなたでも気軽に参加できる【にこにこカフェ】を開催しています。今回は4月・5月に行われた様子をご紹介します。お話したり、ちょっとした催しを楽しんだり、初めての方も安心して参加できる、あたたかな交流の場です。

4/21(火) 青田公民館
福祉用具について/東京インテリア様

5/19(火) 仁井田公民館
スクエアステップ・骨密度/明治様

5/26(火) ふれあいプラザ荒井
咀嚼力チェック



5/21(木)
五百川第一「ふれあいサロン」

出前講座

5/28(木)
ふれあい枳形サロン



脳の健康度チェック会
-のうKNOW-



転倒予防
-明治スクエアステップ-

脳健康、知ることからはじめよう！

脳健康度の チェック会

認知症は、誰でもかかる可能性のある身近な病気です。
元気に自分らしい生活を送るために
体の健康と同じく「脳健康」も大切！
自分の脳健康度を意識することに
遅すぎるとか早すぎるといふことはありません。
脳健康度をチェックしてみませんか？

認知症予防
のミニ講座
付き、50分
程度



65歳以上の本宮市民の方が対象です



※本チェックは疾病の予防・診断を
目的としたものではありません

測定方法

タブレットをタッチ
して脳健康状態を
はかります

測定時間は
約15分

トランプゲーム感覚
簡単チェック！

開催日	場所	受付時間	定員
7月7日(火)	東北病院 まゆみの実	9:30～	6名
		10:30～	6名

【問い合わせ・申し込み先】

本宮市本宮第二地域包括支援センター ☎0243-34-3344

本宮市 保健福祉部 高齢福祉課