

1 総合事業 通所型サービス

デイサービスセンターで、機能訓練やレクリエーションなどの日帰りのサービスが受けられます。

介護保険HPはこちら▶



2 介護予防教室

健康でいきいき暮らしていけるための教室を開催しています。

問い合わせ先 熟年相談室(裏表紙参照)

3 口腔ケア健診(江戸川歯つらつチェック)

口腔の機能を検査し、口腔ケア(口腔内清掃や健口体操)を行うことにより、誤嚥性肺炎や低栄養を防ぎます。65歳以上の区民であれば、区内の指定歯科医院で受診できます。

※成人歯科健診対象の方は、6～11月が受診期間です。

(成人歯科健診&歯つらつチェック～65歳・70歳のお口の節目健診～)

指定歯科医院はこちら▶



4 認知症あんしん検診

認知症あんしん検診は、長寿健康診査及び福祉健康診査におけるフレイル予防に関する質問票の結果により、65歳、67歳、69歳、71歳、73歳、75歳、77歳、79歳、81歳、83歳の区民の方を対象に無料で検診を実施しています。

3・4の問い合わせ先 福祉部介護保険課事業者調整係 電話：5662-0032

5 にこにこ運動教室

なごみの家(P18参照)で行っている、音楽や脳トレを取り入れた運動教室です。
無理のない運動で、介護予防に取り組みましょう。

6 健康診断

健康的な毎日を送るためには、規則正しい生活とともに、自身の健康に関心を持ち、体の状態を知ることが大切です。日頃からの生活習慣の改善に加え、定期的に健診を受けましょう。

7 健康相談

健康サポートセンターでは、熟年者のための運動や、食事、お口のケアなど健康づくりについて専門家が相談を実施しています。

問い合わせ先 健康サポートセンター(裏表紙参照)

