

こんにちは

日高町地域包括支援センター

です！

平成29年度 もの忘れ無料相談会

「最近、もの忘れをする…」「あれ？っと思うことがふえた」「何かおかしい…」
でも、どこに相談すればよいのかわからない???
ご本人、ご家族の方、お気軽にご相談ください！

精神保健福祉士 長嶺 賢一氏

日 時 平成29年12月19日(火) 13時30分～15時30分

場 所 日高町保健福祉総合センター（ふれあいセンター）

定 員 申し込み順 3組まで ※ご家族だけの相談でも可能です。

相談時間 約40分程度

※診察ではありません。

※事前予約が必要です。下記までご連絡下さい。



【お申込み先】日高町地域包括支援センター（役場内）（☎63・3801）

ジェネリック医薬品使用促進の お知らせをお送りしています

後期高齢者医療制度に加入されているみなさまへ

11月下旬から12月上旬にかけ、ジェネリック医薬品を使用された場合、1か月の自己負担額が200円以上軽減される可能性がある方を対象に、ジェネリック医薬品使用促進のお知らせをお送りしています。

患者負担の軽減や医療保険財政の改善には、ジェネリック医薬品の普及が重要です。この機会に、ジェネリック医薬品の使用をご検討ください。



このお知らせは、現在処方を受けているお薬を、ジェネリック医薬品に切り替えた場合に自己負担額が軽減できることをお伝えするもので、切り替えを強制するものではありません。

お薬によっては、ジェネリック医薬品への切り替えができない場合もあります。
切り替えを希望される方は、かかりつけの医師または、薬剤師にご相談ください。

【お問い合わせ先】

後発医薬品利用差額通知コールセンター
☎0120・53・0006（通話無料）

和歌山県後期高齢者医療広域連合
和歌山市吹上2丁目1番22号 日赤会館9階
☎073・428・6688

教室のご案内

日高町では介護予防事業として2つの教室（健康運動教室・脳トレーニング教室）を開催しています。

12月から、平成29年度 第3回目の健康運動教室と脳トレーニング教室が始まります。
参加対象者は、満年齢65歳以上の方です。

健康運動教室

参加者募集!!

気功を中心に脚・腰の筋力強化や体力アップを図り、運動機能の低下を予防・改善します。また、お口のケアや食生活のアドバイス等のお話もあります。

- 期 間：平成30年1月～3月（全12回）
毎週木曜日 午前9時00分～午後1時30分
- 場 所：メディカル&フィットネス・アクト
- 定 員：15名程度（定員になり次第締め切ります）
- 内 容：気功とプールまたはジム（お口のケア、栄養のお話）
- 参加費：1回につき345円と昼食代毎回520円

脳トレーニング教室

参加者募集!!

楽しく楽に、脳トレーニングができる!!楽しいから続く、続けるから、能力アップ!!
らくしゅう式機能訓練による多種多様なプログラムで楽しみながら脳トレーニング。
脳を活性化させ、認知症を予防・改善します。

- 期 間：平成30年1月～3月（全12回）
毎週金曜日 午後1時00分～午後2時30分
- 場 所：コミュニティケア キタデ ゆうゆう
- 定 員：15名程度（定員になり次第締め切ります）
- 内 容：音読・計算・両手指の運動・脳トレ体操・ゲームなど
- 参加費：1回につき220円

※各教室とも、送迎があります。

申し込み期間：12月1日（金）～12月8日（金）まで

■お問い合わせ・申込先
健康推進課・地域包括支援センター ☎ 63・3801

介護が必要な状態にならないために 元気なうちから
積極的に 介護予防事業に参加しましょう!!

