

つるかめ料理教室

～65歳からの健康維持ライフ～



「食べる」事を通して、栄養バランス・介護保険・認知症をおいしく学んでみませんか？

- ▶ 対象 介護認定を受けていない65歳以上の方
- ▶ 会場 神崎ふれあいプラザ保健福祉館
- ▶ 定員 16名
※初めて受講される方が優先となります。
- ▶ 受講料 無料
- ▶ 送迎 希望者には送迎をいたします
- ▶ 申込み・問合せ 神崎町地域包括支援センター ☎②1607 奥山・越川

9月17日 受付開始！

(先着順です)

日にち	曜日	時間	お 話	調理実習内容
10月23日	水	10:00～14:00	シニア期の食事ポイント	簡単和食でバランスよく
11月28日	水	10:00～14:00	健康データから見た神崎	秋の恵を頂きます
12月11日	水	10:00～14:00	食事でブロック！認知症	旬の食材を使って (変更することがあります)



「認知症相談窓口」のご案内

千葉県では、誰もが気軽に相談できる認知症の電話相談窓口「ちば認知症相談コールセンター」を設置しています。介護経験者や専門職員などが相談に応じますので、ご利用ください。

また、若年性認知症（65歳未満で発症した場合）に関わる相談は、「千葉県若年性認知症専用相談窓口」をご利用ください。若年性認知症支援コーディネーターが相談に応じます。

【ちば認知症相談コールセンター】 ☎043-238-7731 (短縮ダイヤル) #7100

- ▶ 日 時 (電話相談) 月・火・木・土曜日 (面接相談) 金曜日 ※要予約
10時～16時 (祝日・年末年始を除く)

- ▶ 所在地 千葉市中央区千葉港4-3 千葉県経営者会館5階 513号室

【千葉県若年性認知症専門相談窓口】 ☎043-226-2601

- ▶ 日 時 (電話及び面接相談) 月・水・金曜日 ※面接相談は要予約
9時～15時 (祝日・年末年始を除く)

- ▶ 所在地 千葉市中央区亥鼻1-8-1 千葉大学医学部附属病院

- ▶ 問合せ 県高齢者福祉課 ☎043-223-2237

