

# 介護予防パネル展及び 相談コーナー開催のお知らせ



長生きするため、自分らしい暮らしを人生の最後まで続けるため…  
毎日の生活活動のヒントを提供します。

## ～ 介護予防パネル展 ～

- 開催期間：平成29年11月20日(月)～平成29年12月1日(金)
- 場 所：宮古島市役所平良庁舎 1階ロビー

## ～ 専門職による相談コーナー開催 ～

- 開催期間：各専門職の配置日程は下記のとおりです。
- 場 所：宮古島市役所平良庁舎 1階ロビー特設相談コーナー
- 対象者：シニアの皆様(65歳以上ならどなたでも)、  
その支援者(家族など)

### 🌸 相談コーナー開催日程

相談内容	11/20 (月)		11/21 (火)		11/22 (水)		11/23 (木)		11/24 (金)		11/27 (月)		11/28 (火)		11/29 (水)		11/30 (木)		12/1 (金)		
	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	
お口や歯のこと	●	×	×	×	●	×	勤 労 感 謝 の 日 (祝日)	●	×	×	●	●	×	●	×	×	×	●			
栄養や食事のこと	●	×	×	×	●	×		●	×	×	●	●	×	●	×	×	×	×	●		
運動のこと	×	●	●	●	×	●		×	●	×	●	×	●	×	●	●	●	●	●		
生活の工夫こと	●	×	●	×	×	●		×	×	×	●	●	×	×	●	×	●	×	●		
お薬のこと	●	×	●	×	●	×		●	×	●	×	●	×	●	×	●	×	●	×	●	

※午前の部(10:00～12:00) 午後の部(14:00～16:00)

**このチャンス、行かないともったいない!**

詳細については、高齢者支援課介護予防係(73-1979)までお問い合わせください。