

水戸市中央高齢者支援センター
共催：水戸市いきいき交流センターあじさい

回覧

みっくすぷち講座

Mitoshi Chuo Koureisha Siencenter



楽しく聞いて納得

知っておくとちょっとお得な情報です。



※参加費無料

場所 いきいき交流センターあじさい 2F和室・談話スペース
(水戸市末広町2-3-13 TEL:029-232-0021)

時間 各回 10時～11時 終了後、相談などもお受けします。

1

6/7 [火]10時～11時

福祉用具を上手に
活用してみよう

実際に見て、触れて、使ってみることができます。
AIを使ったご自身の歩行診断も体験できます。

2

7/5 [火]10時～11時

介護保険制度ってなあに？

複雑な介護保険制度について
専門職が分かりやすく解説します。

3

9/6 [火]10時～11時

「口の健康が体の健康につながる」
知っていますか？

高齢者の口の中に見られるトラブルと効果的な
ケア方法を学ぶことができます。

4

10/4 [火]10時～11時

お薬手帳を使いこなそう

お薬手帳のあれこれを薬剤師が
やさしく説明します。

介護・福祉・保健・医療の相談窓口

水戸市中央高齢者支援センター

〒310-0035 水戸市東原 3-2-11 (セブン・イレブン並び)

TEL.029-306-9582 8:30～17:15 [月～金]

一中・二中校区 担当

<http://micks-mito.com/>

