

区役所の保健師は 地域で生活する皆様が
元気に暮らすお手伝いをしています

日頃こんなことはありませんか？

家でどんな
運動をしたら
いいの？

食事で気を
つけること
は？

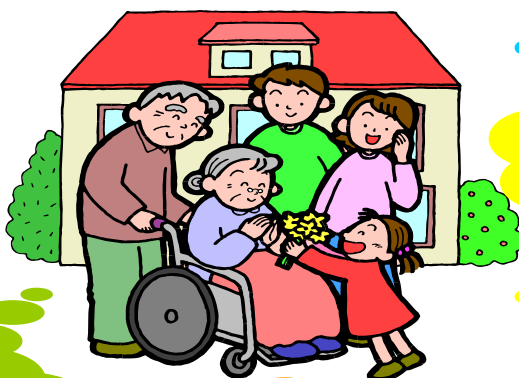
介護が
大変…

最近転びやすい
から外出が億劫

生活習慣病の
予防法は？

最近物忘れが
多くて心配…

介護保険って
どんな人が申請できるの？



私たちは、ご家庭を訪問させていただくなかで、
地域の身近な方々やいろいろな専門機関と連携しながら、
皆様が安心して、住み慣れた地域で生活できるよう、
相談にのらせていただいております。
ご相談がありましたら、お気軽にご連絡ください！！

中央区役所 保健福祉課 保健支援係

電話 205-3305