

気軽に聞けるかな、話せるかな～♪だれでも参加できるみみサポサロンです♪



宮城県聴覚障害者情報センター

【平成30年度】

# 岩沼市 みみサポサロン

聴覚障害のある方やそのご家族、関係者のみなさん  
どなたでもご参加いただけるサロンです。事前申込は不要です。  
同じ地域の仲間と、気軽に交流しませんか。  
時間内の出入りも自由です。お気軽にお越しください！

聞こえない  
聞こえにくくても安心！  
**「手話通訳」「要約筆記」**  
**「盲ろう通訳（事前申込要）」**が  
付いています！

会場：岩沼市総合福祉センターあいプラザ

時間：13：30～16：00（15:00～交流サロン）

## 9/14(金)

### 「ロコモティブシンドローム を予防しよう」

ロコモとは広い概念で、筋肉・骨・関節等の障害により足腰が弱くなり、将来介護が必要になったり寝たきりになる可能性が高い状態をいいます。これが進行すると転倒し骨折、歩けなくなるなどの危険性が考えられ、早い段階に自分で気付くことが重要となります。そこで、今回はロコモチェックと簡単に出来る予防体操をご紹介します。



## 12/3(月)

### 「もしも介護が 必要になったら・・・」

自分らしく安心して暮らせるようにしたいですね。利用できる介護保険サービスはどんなものがあるか？利用者負担は？など知りましょう！

岩沼市高齢者福祉サービスなどの介護福祉制度のしくみを介護福祉課の保健師さんにお話していただけます。



## 交流サロン♪

(講話終了後～16:00)

コミュニケーションの練習などの懇談や、日常生活用具の紹介・体験や個別相談もあります。自分の好きな時間にどうぞ♪途中参加もOKですよ。



みみサポには、  
相談窓口があります。

相談専用 TEL・FAX  
相談専用 E-mail

**022-393-5503** (TEL・FAX)  
soudan@mimisuppo-miyagi.org

宮城県聴覚障害者情報センター（みみサポみやぎ）

〒980-0014 仙台市青葉区本町3丁目1-6 宮城県本町第3分庁舎1階  
電話/022-393-5501 FAX/022-393-5502

メール/info@mimisuppo-miyagi.org HP/「みみサポみやぎ」で検索！

協力：岩沼市社会福祉課 電話 0223-22-1111 FAX 0223-24-0406