

いつまでも自分らしい人生を 生きるために

介護保険サービスを上手に 使って、いきいき長寿！

今までは…

歳をとったら介護サービスを使うものだ。
ずっと介護サービスを使って生活しなければ。



考え方の転換を！

介護サービスを集中的に使って
体を回復！

リハビリで
筋力アップ！

認知症の予防

いつまでも住み慣れた地域で自分らしい生活を。

詳しくは、介護保険適正推進員がお話しに伺います！

■地域のサロン、イベントなどに出張し、**介護保険の使い方**
や介護予防についてお話しをします。

■市内なら、どこへでもうかがいます。
※料金はかかりません。

連絡先

鶴岡市長寿介護課

〒997-8601 山形県鶴岡市馬場町 9-25

TEL:0235-29-4180
(直通)

FAX: 0235-29-5658

【担当】



叶野真弓



今野まどか

お気軽に
ご連絡ください。