

令和8年度

やってみよう!



# 脳の健康チェック

～タブレット・スマートフォン操作で簡単セルフチェック!～

脳の機能は働き盛りの世代から、少しずつ確実に衰えが始まっています。日々の暮らしを元気に健やかに送るためには、体の健康と同じくらい脳の健康を意識する必要があります。

まずは目に見えない「脳の健康度チェック」から始めてみませんか？

開催日時：奇数月の第4火曜日（各日定員18名）※予約制

5月26日	7月28日	9月29日 <small>*第5週</small>	11月24日	令和9年 1月26日
-------	-------	------------------------------	--------	---------------

① 9:30～ ② 10:00～ ③ 10:30～ ④ 11:00～ ⑤ 11:30～ ⑥ 12:00～

会場：三田市総合福祉保健センター

内容：タブレットをタッチして脳の健康状態を測ります  
(ご自分のスマートフォンやタブレットを使用することも可能です)

対象：三田市在住で40歳以上の方

費用：無料 (ご自分のスマートフォン等を使用した場合、パケット通信料が発生します)

申込：電話・QRコード・FAX (FAXの場合は裏面の申込書をご利用ください)



← 左記QRコードを読みとって  
申込フォームをご入力ください



その他：※この検査は認知症の診断を目的としたものではありません。  
※天候不良等により日程変更や急きょ中止する場合があります。

【お問い合わせ・お申込先】

三田市地域包括支援センター（平日9:00～17:30）

三田市川除675（三田市総合福祉保健センター2階）

電話：079-559-5941 FAX：079-559-5707

※申込受付後のキャンセルは必ずご連絡ください

★のうKNOWとは？  
こちらから!!



# 申込用紙 (FAX用) 「タッチde脳の健康チェック」

FAX送信先：079-559-5707 (三田市地域包括支援センター)

ふりがな	
氏名	
住所	三田市
電話番号	— —

・申込受付後、担当者より確認のご連絡をいたします。

## 会場 三田市総合福祉保健センター



友だち登録募集中！！  
三田市地域包括支援センター公式LINE  
【オレンジライン】



地域の皆さまへ認知症に関するお役立ち情報などを定期的に配信！！

※タッチde脳の健康チェックはLINEからも申込できます

【登録はこちら】

地域包括支援センターでは、高齢者の方に関する様々なご相談に応じています。各地域の支援センターにお気軽にご相談ください！



脳の健康不安が募るその前に…

## 認知症専門医によるもの忘れ相談を実施しています。

あれ？おかしいな」と思ったらお気軽にご相談ください。

### もの忘れ相談



家族が認知症？病院へ行きたがらないしどうしたらいいの…

頭がぼんやりすることが増えたけど病院へ行くのはなんだか敷居が高い

最近もの忘れやうっかりミスが増えてきたけど認知症かな？



申込用QRコード

認知症の介護ってどうするの？



認知症ってどんな病気？

内容：認知症疾患医療センターの医師による30分間の無料相談

※お問い合わせは三田市地域包括支援センターまで