

R7.2月 地域包括ケア推進会議で

NEW!!

中村区

あなたもまちも

元気になるガイドブック

～中村区の社会参加・相談先～

を発行しました！



中村区の皆さんこんにちは。
わたしの名前はトヨ・トミー。
冊子案内人をしております。好きな食べ物はイワシです。ホホホホ。
このガイドブックの魅力を少～しだけお伝えしましょうネ。



魅力その1

中村区周辺の活動や社会参加先がわかりやすく載っていますヨ。
社会参加していることは名古屋の健康ご長寿さんの特長※なのですヨ。

※詳しくはガイドブック参照



魅力その2

中村区の相談先が相談別にわかりやすく載っていますヨ。
困ったときはひとりで抱え込まず、まず相談してみてくださいネ。



魅力その3

自分自身を振り返るじぶんノートがありますヨ。
いつからだって遅くありません。あなたのやりたいことを応援していますヨ。

わたしたちもガイドブックに出演しています。
一緒にいきいきとした生活を送りましょう！



ガイドブックは区役所等で配布しています。

WEB版はこちらから▶▶▶



答えはガイドブック内にありますヨ！

脳トレをやってみよう！

二字熟語になるような
□に入る漢字は？

1	一	2	道
花	□	学	音
栄			勝

ガイドブックや地域包括ケアに関するお問合せは
中村区役所福祉課 052-433-2912へ