～　目次　～

令和　8年　1月　1日現在

関係機関 2～7	・・・	○勝浦市役所　○シルバー人材センター ○社会福祉協議会　○移動市役所
相談窓口 8～10	・・・	○高齢者のための相談窓口　○難病に関する相談窓口 ○消費者生活に関する相談窓口　○犯罪･防犯に関する相談窓口 ○精神保健福祉に関する相談窓口　○女性のための相談窓口 ○男性のための相談窓口　○その他の相談窓口
権利擁護･終活 11～14	・・・	○成年後見制度　○悪質商法から高齢者を守るには ○終活について
生活 15～20	・・・	○配達可能店　○生協 ○送迎サービス/理美容室/介護タクシー/高齢者タクシー券 入浴施設/はり･きゅう･マッサージ施術業者
医療 21～24	・・・	○勝浦市内の医療機関･市外の医療機関リスト ○在宅医療　○お薬手帳
介護サービス 25～27	・・・	○訪問介護　○訪問看護　○訪問リハビリテーション ○訪問入浴　○通所リハビリテーション(デイケア) ○通所介護(デイサービス)　○短期入所(ショートステイ) ○介護老人保健施設　○特別養護老人ホーム ○認知症グループホーム　○居宅介護支援事業所(ケアマネジャー)
生きがい 28	・・・	○ボランティア連絡協議会登録団体　○サークル
フレイル予防 29～32	・・・	○運動機能向上　○閉じこもり予防　○栄養改善 ○フレイル自己チェック表(イレブンチェック)　○パタカラ体操
勝浦いきいき元気体操 33～34	・・・	○勝浦いきいき元気体操