

地域包括支援センター

シニア世代の豊かな暮らしを支える

高齢者の皆さんの身近な場所で、皆さんに寄り添って介護や福祉の相談を受けている地域包括支援センターについてご紹介します。

地域包括支援センターは、介護・福祉・健康の総合窓口として、高齢者の皆さんやご家族などのさまざまな相談に応じています。

相談は、電話や地域包括支援センターの窓口の他、自宅でも応じます。費用は掛かりませんので、お気軽にご相談ください。

専門職が連携して 助言や支援を行います

■いつまでも自分らしく健康に生きる 介護予防のためのケアプラン作成や、サービスの利用調整など、要介護状態にならないための

予防対策を一緒に考えます。

■困りごと相談 どこに相談したら良いか分からないときは、まずお近くの地域包括支援センターへ。適切なサービスにつながります。

■権利を守る 高齢者虐待や消費者被害の防止、成年後見制度(※1)の活用など、専門家や関係機関と連携して皆さんの権利を守ります。

■地域と連携して暮らしやすい街に 心身の状態に合わせたサービスが提供できるように、ケアマネジャーへの支援や地域の関係機関との連携・調整を行います。

地域包括支援センター利用者に話を聞きました



利用者 桑野享子さん
(徳次郎町)

定年後、体調を崩してしまい、一人で家で過ごすことが多かったのですが、そのような時、地域包括支援センターの訪問があり、「げんき応援教室」を勧めていただきました。

教室では、ストレッチや脳トレ、お口の体操などに無理のない範囲で取り組めたので、ほとんど出席でき、友人もたくさんできました。

修了後の今も、継続して体を動かしていますし、外に出て友人と会ったり、近所の集会所の管理をして、トンボ玉や季節の飾り物の教室を開いたり、次は何をしようかと、わくわくしています。地域包括支援センターの相談をきっかけに多くの人と触れ合い、毎日がとても充実しています。

「げんき応援教室」を終えて、運動機能の向上がみられました。明るく、生き生きと活動されている姿に、とても嬉しく元気がもらえます。

何か気になることがある人は、気軽に私たちにお話してください。



富屋 篠井
地域包括支援センター
看護師 鈴木容子さん

げんき応援教室とは？

短期間集中的に介護予防のための運動などを行う教室です

▽期間 約3カ月。全10回(週1回)。

▽内容 ストレッチや筋力トレーニング、お口の健康、認知症予防のための講話など。

▽対象 「要支援1・2」と認定された人または基本チェックリスト(生活機能の低下を見るための25項目のチェック表)において基準に該当した人。

▽その他 申し込み方法など、詳しくは、お近くの地域包括支援センター(左の表)へ。



お住まいの地区の 地域包括支援センター

▽日時 月～金曜日、午前8時30分～午後5時15分(※2)。

名称・電話番号	担当する地区
御本丸 (651)4777	中央・築瀬・城東
ようなん (658)2125	陽南・宮の原・西原
きよすみ (622)2243	昭和・戸祭
今泉・陽北 (616)1780	今泉・錦・東
さくら西 (610)7370	西・桜
鬼怒 (683)2230	御幸・御幸ヶ原・平石
清原 (667)8222	清原
瑞穂野 (656)9677	瑞穂野
峰・泉が丘 (613)5500	峰・泉が丘
石井・陽東 (660)1414	石井・陽東
よこかわ (657)7234	横川
雀宮 (655)7080	雀宮(東部)
雀宮・五代若松原 (688)3371	雀宮(西部)・五代若松原
緑が丘・陽光 (684)3328	緑が丘・陽光
砥上 (647)3294	姿川(北部)・富士見・明保
姿川南部 (654)2281	姿川(南部)
くにもと (666)2211	国本
細谷・宝木 (902)4170	細谷・宝木
富屋・篠井 (665)7772	富屋・篠井
城山 (652)8124	城山
豊郷 (616)1237	豊郷
かわち (673)8941	古里中学校区
田原 (672)4811	田原中学校区
奈坪 (671)2202	河内中学校区
上河内 (674)7222	上河内

※1 認知症・知的障がい・精神障がいなどによって、判断能力が不十分な人について、本人の権利を守る援助者(成年後見人など)を選ぶことで、法的に支援する制度です。詳しくは、高齢福祉課☎(632)2357、障がい福祉課☎(632)2366、保健予防課☎(626)1114へお問い合わせください。

※2 緊急の場合は、24時間電話での対応可。

◎この特集についての問い合わせは、高齢福祉課☎(632)2357へ。