



## 気になることや相談したいことがあるときは「地域包括支援センター」へ

介護や福祉など在宅生活をする上で、高齢者について困りごとがある場合は、まずは「地域包括支援センター」に連絡をしてください。

地域包括支援センターは、町内にお住まいの高齢者やそのご家族の健康や介護、福祉などについての相談に対応している専門機関です。

## 地域包括支援センターでは、次のような業務を行っています

- **高齢者の生活上の困りごとに対し相談にのります** ～総合相談～  
医療や福祉など、地域内にあるさまざまな社会資源を活用し、制度の枠を超えて高齢者に適切なサービスを案内します。
- **高齢者の権利を守ります** ～権利擁護～  
財産や土地などを守るために「成年後見制度」を利用するお手伝いをしたり、虐待されている高齢者をいち早く保護したり、振り込め詐欺や悪質商法の被害に遭わないようさまざまなアドバイスを行います。
- **普通の暮らしが継続できるよう支援します** ～介護予防ケアマネジメント～  
介護予防のための事業を行い、高齢者がいつまでも自立した生活を送れるための支援を行います。  
例：あおぞら塾、シニアはつらつ教室など
- **暮らしやすい地域づくりを行います** ～包括的・継続的ケアマネジメント～  
高齢者のみなさんが住み慣れた地域で安心して普通の暮らしが継続できるように町内の医療機関や、社会福祉協議会、サービス事業所などさまざまな機関や専門家と連携・協力ができるネットワークを構築します。  
例：地域ケア個別会議、在宅医療・介護連携推進事業、多職種研修会など

## あなたの周りで、こんな出来事はありませんか

外で高齢者と出会ったときや近所の高齢者の自宅などに、何か変わったことや疑問に思ったことがあれば、積極的に「声かけ」をしましょう。あなたのひと言が高齢者の身の安全を守ることにつながるかもしれません。

### 高齢者が住んでいる家の様子

- ・郵便受けに、新聞や郵便物がたまっている
- ・同じ洗濯物が干したままになっている
- ・家の中から怒鳴り声や悲鳴が聞こえる
- ・夜になっても部屋の明かりがつかない

### 高齢者と顔を合わせたとき

- ・今まで挨拶していたのに、急にしなくなった
- ・地域の集まりや行事に参加しなくなった
- ・髪や服装が乱れるようになった
- ・体にアザや傷がある

何か気になることがあれば、地域包括支援センターへご連絡ください。



## 2月のシニアはつらつ教室

身体全体に少し負荷をかける筋力トレーニングを取り入れることが、介護予防のカギです。筋力アップはいつになっても可能です。

と き	と ころ
2月5日(水)	13:30～15:00 生きがいセンター
2月10日(月)	13:30～15:00 宮代地区まちづくりセンター
2月14日(金)	10:00～11:30 栗原地区まちづくりセンター
2月20日(木)	13:30～15:00 岩手地区まちづくりセンター
2月24日(月・振替)	10:00～11:30 府中地区まちづくりセンター
2月27日(木)	10:00～11:30 東地区まちづくりセンター
2月28日(金)	10:00～11:30 表佐地区まちづくりセンター

対 象 / 65歳以上

申 込 / 不要

参加費 / 無料

持ち物 / 運動のできる服装、室内用運動靴、水分補給できるもの



## 垂井町認知症カフェ メモリーカフェいぶきっさ

最近物忘れが気になる人、認知症の人やそのご家族、地域のみなさんが自由に参加し交流できる場所です。

お茶を飲みながら、楽しく過ごしましょう。

と き / 2月26日(水) 午前9時30分～正午

と ころ / いぶき苑別館 地域交流スペース

※送迎有り(要予約)

参加費 / 100円(運営協力費として)

問合せ / 特別養護老人ホームいぶき苑別館

担当：吉田 ☎22-5701



“専門職員” に相談できます  
一緒にお話しましょう