

いきいきとした暮らしを応援します

—生涯にわたって健やかで安心した暮らしを—

高齢者の総合相談窓口
地域包括支援センターを
ご利用ください

住み慣れた地域でいつまでも自分らしくいきいきと生活することができるよう、総合的な相談窓口として地域包括支援センターを設置しています。

平成18年4月の開設以来、介護保険の利用をはじめ、介護予防への取り組み、一人暮らしの方の相談など年間1、400件あまりの相談を受け、主任ケアマネジャー、保健師、社会福祉士の3職種が地域の民生委員さん、介護サービス事業者、医療機関等と連携・協力して対応しています。
お困りのことや気にかかることがありましたら、お気軽にご相談ください。



高齢者ご本人・ご家族

サービスを利用したいのですが、手続きの方法がわかりません

将来、自分の財産を適切に管理できるか不安です

同世代の顔見知りがないので、友人をつくりたいと思います

日野町地域包括支援センター (日野町保健センター内)

介護・生活

介護や医療または生活全般のご相談に関して、必要に応じてご自宅を訪問し、サービスの調整や手続きの支援を行います。



介護予防

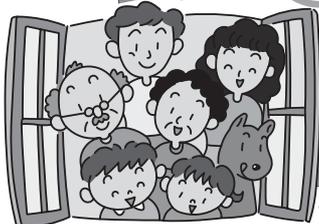
いつまでも元気な体を維持していただくため、おたっしゃ教室や元気塾の開催を通じて、介護予防の取り組みを支援します。また、要支援1・2の方に対して介護予防ケアプランを作成します。

権利擁護

悪質商法や虐待への対応をはじめ、お金や財産の管理、各種の契約に不安のある方に対して、成年後見制度や社会福祉協議会が実施する地域福祉権利擁護事業の利用を支援します。

家の中から大声が聞こえることがあります

最近体調があまりよくないと聞いたことがあります



ご近所の人、民生委員、福祉・医療等の関係機関

最近外出している姿を見かけなくなりました

普段見慣れない人が家を出入りしているみたいです

自宅を訪問しても、顔を出してもらえなくなりました

あなたの地域でも 介護予防に 取り組んでみませんか？

いつまでも元気で、できるだけ介護を必要としない生活を送るためには、関節や筋肉の老化を遅らせる効果がある運動を継続的に実施することが大切です。このため、町ではおたっしや教室と元気塾を実施しています。「動ける身体」を維持することにより、意欲や関心の向上につながり、行動範囲や活動範囲が広がります。

あなたの地域でも、教室を実施し、運動機能の維持・向上に努めましょう。

♥おたっしや教室

適度な体操を通じて、転倒や骨折を予防するための教室です。各地区や老人クラブなど身近な場所を活用し、ボランティアのおたっしや教室サポーターの皆さんとともに、地域の仲間同士で楽しく体操を続けることができます。

♥元気塾

町が実施する日常生活に関する質問への回答内容などにより、積極的な介護予防が必要と判断される方を対象として、主に足腰の力を改善するための教室です。仲間と一緒に日常生活動作や口腔機能の改善に取り組んでいます。

※事業の実施は、いずれも社会福祉協議会に委託しています。

内池西長寿会の

おたっしや教室に
おじゃましました



社会福祉協議会から声をかけてもらい、長寿会の皆さんに呼びかけて教室が始まりました。現在、31名が参加しています。先生方が、楽しく、体を痛めないように教えてくださいました。

タオルを持って運動したり、ストレッチをしたり、誰もが無理なくできる運動をしています。頭の体操になる運動もあります。

参加されている皆さんと交流できて、いつも大笑いしながら楽しんでいます。習ったことは、家でも実践しています。

おたっしや教室は良いことがいっぱいです。どんなところか、まずは一度参加してみてください！

おたっしや教室サポーターさんに インタビューしました



いどひさお
井戸久雄さん
(北畑)

教室用のビデオで運動するだけでなく、ラジオやテレビの情報も活用しています。

サポーターは、参加者の方に楽しんでもらえるようにサポートするだけ。私も一緒に楽しんでいます。みんなで運動して、会話して、笑うことが良いことだと思います。

います。

教室に気軽に参加することで、年を重ねても、できるだけ長く自分の力で動くことができればいいですね。



おかざき
岡崎ヨシ子さん
(鎌掛2区)

みんながニコニコ元気なまちなってほしいという思いで、皆さんと一緒に楽しみながら参加しています。お話や歌などを取り入れ、「笑い」の中で運動しています。

また、サポーターになってたくさんの方と触れ合えました。新たな皆さんとの出会いも楽しみです。

教室は、自分に合わせて運動できるので、気楽な気持ちで参加してみてください。

◆問い合わせ先 介護支援課 介護支援担当
日野町地域包括支援センター

☎ ⑤2 6501 有線 ⑤ 7788
☎ ⑤2 6001 有線 ⑤ 1148