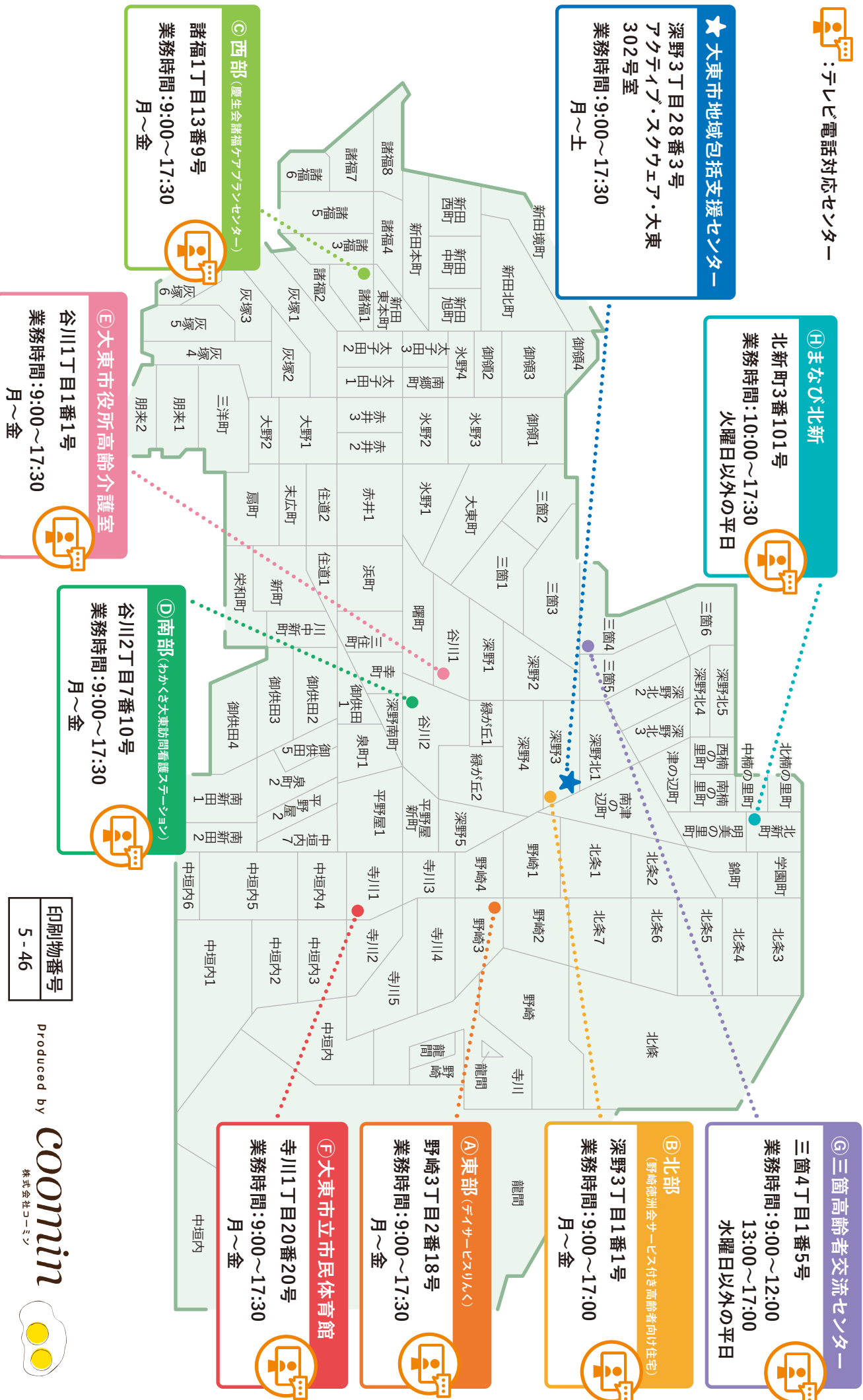


高齢者のなんでも相談窓口 地域包括支援センター



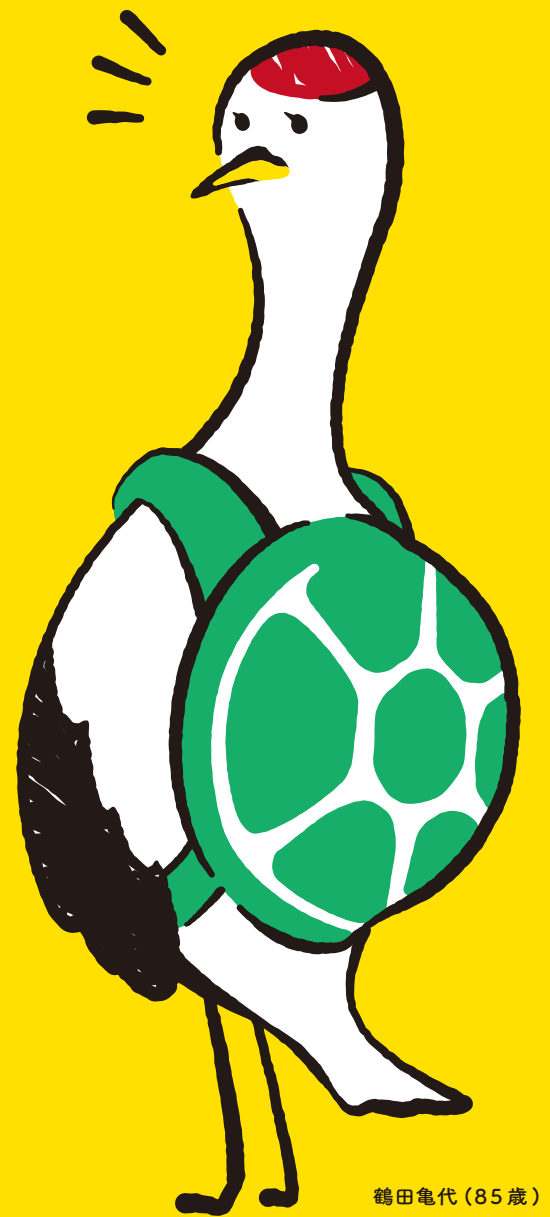
大東市地域包括支援センターマップ

：テレビ電話対応センター



長生きを 長イキイキに。

日本人の健康寿命は約74歳です。
平均寿命である約85歳には、
まだまだ及びません。
大東市の地域包括支援センターでは、
高齢者の総合相談支援はもちろん、
みなさんに健康でイキイキと
長生きしていただくための、
介護予防事業に取り組んでいます。
なんでもお気軽にご相談ください。



鶴田亀代 (85歳)

大東市地域包括支援センター

地域包括支援センターの各専門職は大東市地域包括支援センターに配置されています。
地域の皆さまの身近な相談窓口として、東西南北の各エリアと市役所等にテレビ電話を設置し、
大東市地域包括支援センターの専門職が相談を受けています。お気軽にご相談ください。

印刷物番号
5 - 46

Produced by
comin
株式会社こみん

健康や介護のこと、地域包括支援センターにご相談ください。
自立した生活を続けるために最適なケアプランを、
職員があなたといっしょに考え、ご提案します。



ケアプラン作成の流れ

1 改善したいことや、希望を
地域包括支援センターの
担当職員に伝えます。

買い物は
自分でやりたい！



2 目標を設定します。

半年後に、
近くのスーパーに
行けるように！



3 ケアプランの原案をよく検討しましょう

	月	火	水	木	金	土	日
午前							
午後							

大東元気でまっせ
体操を取り入れて、
体力アップしませんか？



ケアプランのチェックポイント

- ☐ サービス内容など地域包括支援センターから詳しい説明があったか？
- ☐ 不必要なサービスはないか？
- ☐ 目標や希望は達成できそうか？
- ☐ 経済的な負担は大きくないか？
- ☐ 家族の負担は軽減されるか？

4 一定期間後、目標が達成されているか評価します。

ケアプランが自分に合わないと感じたら ...

サービスの利用途中でもケアプランの見直しができます。
遠慮なく、地域包括支援センターに相談しましょう。



自分がイキイキ
できる！
そんな暮らしを
目指しましょう！

体は使わないでいると、だんだん動かなくなってしまいます。
要介護度を悪化させないよう、ヘルパーさんに任せっきりにせず、
できることは自分で行うようにしましょう。

できることまでヘルパーさんに任せきりだと ...



積極的に介護予防に取り組むことで ...

なるべく介護が
必要にならないように、
大東元気でまっせ体操などで
体を動かすように努力！



家事の意欲が
出て活動的に！



介護状態の予防・改善のために心がけること

要支援の
方は ...



できないことを
補助してもら
うだけでなく、
できることを、
増やしましょう

できる範囲のことは
自分で行うように。
介護状態の悪化を
防ぎましょう



いつでも
ソーダ
ください

こんな時！地域包括支援センターへ！



地域包括支援センターには保健師、主任ケアマネジャー、社会福祉士などといった専門職が、介護予防ケアプランの作成やサービスを利用するためのお手伝いをしたり、様々なかたちで地域の高齢者の生活を支える業務をします。

総合相談支援

健康、福祉、医療、生活にまつわること等、
なんでもご相談ください。

権利擁護

虐待や消費者被害などの権利侵害を
防止。成年後見制度などの活用
に向けた支援を行います。

介護予防事業

できる限り自立した日常生活を送れるように生活機能の低下を
防ぎ、できることが増えるよう、支援します。

認知症の対応相談

専門職チームによる支援を行います。
認知症カフェおよび認知症サ
ポーター養成講座等を開催。

包括的 継続的 マネジメント

ケアマネジャーや主治医、関
係機関との連携を図り、在宅
医療の相談も承ります。