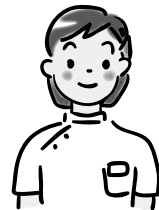


地域包括支援センターだより

問 健康福祉課
地域包括支援センター
(13) (14) 番窓口
TEL 64-1120



地域包括支援センターは高齢者の相談窓口です

▶ 地域包括支援センターとは

高齢者が住み慣れた地域で安心した生活を続けることができるように、地域で暮らす高齢者の皆様の生活を介護・福祉・健康・医療の分野から総合的に支援するための機関です。保健師・社会福祉士・主任ケアマネジャー等が中心となり、連携して取り組んでいます。

主な 相談内容

- 介護や健康に関する相談など、高齢者に関するさまざまな相談
- 介護サービスの利用や高齢者向け施設に関する相談
- 高齢者の介護予防、健康づくりに関すること
- 成年後見制度や高齢者虐待など、高齢者の皆様の権利を守ること

本人や家族だけでなく、近所の方などからの相談も受け付けています。来庁や電話での相談だけでなく、自宅へ訪問での相談も行っています。

高齢者に関する悩みや心配ごとは、お気軽に地域包括支援センターへご相談ください。

「フレイル」をご存じですか？

フレイルとは、加齢とともに心身の機能が低下し、健康と要介護の中間の状態のことです。フレイルの状態であれば、食事や運動など生活習慣を改善することでフレイルの進行を食い止め、健康な状態に回復することができます。

元気なうちから「運動」「栄養」「社会参加」の3つのポイントを意識し、フレイルを予防しましょう。

フレイル予防を目的とした教室もあります。詳しくはお問い合わせください。



広告