

### ほっこり相談 はじめ

地域包括支援センターは『高齢者の総合相談窓口』として、さまざまな相談を受けております。



No.1

#### 介護保険認定・サービス利用関係

「介護保険を申請したい」  
「介護保険サービスで何が使えるの？」



No.2

#### 認知症関係

「近所の人が認知症かも・・・？」  
「家族の物忘れが進んでいて心配」



No.3

#### 医療・健康関係

「訪問看護を受けたい」  
「血圧高いって言われたんやけど、大丈夫かな？」

また「もっと身近に相談できるように」との思いから各まちなかサロン・カフェにてほっこり相談をはじめました。お気軽にご相談ください☆

相手の名前が出てこないのは認知症？

震災時の対応が心配だ

空き地で花の栽培をしたい

## 支えあいネットワーク

個々の機関では解決できない問題や、お互いに支えあうことで解決しやすくなることが多くあります。

そんなときに必要なのは『支えあいの輪』です。

(支えあいの例については、別紙をご覧ください)

また、「どこに相談したら良いか分からない」という相談に対し、市役所内に【くらし丸ごと相談室】が7月より設置されました。地域包括支援センターも協力して解決に向けて取り組んでおります。

## いきいき百歳体操

「介護予防・みんなを呼ぼう！・みんなでやろう！」

これを合言葉に始まった、いきいき百歳体操。

4人以上集まれば開催可能な手軽さから、9月1日時点で12ヶ所にて開催されています！

ある方は「服を着るのに腕が上がるようになった！」と話されています。ぜひ体操をやってみませんか？



### 【お問い合わせ】

阪南市介護保険課

**072-471-5678**

尾崎・東鳥取地域包括  
支援センター

**072-493-2304**

西鳥取・下荘地域包括  
支援センター

**072-447-6428**

# 専門職同士のネット

専門職同士もネットワークづくりが欠かせません！

ケアマネジャー

介護相談員

主任  
ケアマネジャー

福祉用具相談員

社会福祉士

Mina  
de  
Jirei α

理学療法士

保健師(看護師)

作業療法士

生活支援  
コーディネーター

(自立支援型  
ケア会議)

言語聴覚士

行政職員

歯科衛生士

管理栄養士

「その人らしい自立」に向けて、  
それぞれの力を活かした事例検討を  
しています。

この会議で地域課題が発見され、

【支えあいネットワーク】に発展  
することもございます。

# 認知症支えあい

平成30年9月～、認知症にやさしい図書館プロジェクトが開催されます！※詳しくは広報9月号をご覧ください。

## 認知症にやさしい図書館プロ

### 知る

認知症啓発の特設コーナー



### 学ぶ

認知症サポーター養成講座



### つながる

マスターズC a f e



7月21日(土)は、認知症講演会を開催しました。



薮下脳神経外科・内科 薮下 哲成先生  
田中医院 田中 亜紀先生  
回想法ボランティアグループ スイートピー

”認知症になっても自分らしく生きよう“をテーマに、講演会と座談会を行いました。