中央市 地域包括支援センターだより

令和6年10月発行

地域包括支援センターのご紹介

地域包括支援センターとは、介護・医療・保健・福祉などの側面から高齢者を支える「総合相談窓口」です。専門知識を持った職員が、介護サービスや介護予防サービス、保健福祉サービス、日常生活支援などの相談に応じており、可能な限り住み慣れた地域で自分らしい暮らしを続けることができるようにサポートします。

地域包括支援センターはこんな仕事をしています！

高齢者を支える地域づくりに取り組みます！

みなさんを支える地域のケアマネジャーの支援のほか、医療機関や民生委員などと連携し、高齢者が暮らしやすい地域をつくります。

高齢者のみなさんの権利・財産を守ります！

虐待の早期発見や防止など、高齢者の権利を守ります。財産管理や契約など、適切な判断ができない方のために成年後見制度等を紹介します。

お気軽にご相談ください！

介護に関すること、健康・福祉に関することなど、何でもご相談ください。認知症に関する相談が増えています。ご本人だけでなく、ご家族も支援します。

健康づくり・介護予防を支援します！

元気な方、基本チェックリストで該当となった方、要支援認定を受けた方に、自立に向け、生活に合わせたさまざまなサービスをご案内します。

中央市地域包括支援センター

（中央市役所 福祉部長寿推進課内）

中央市臼井阿原３０１番地１

電　話：０５５（２７４）８５５８

ＦＡＸ：０５５（２７４）１１２５

営業日：月曜日～金曜日
午前８時３０分～午後５時１５分

休業日：土・日曜日・祝日・年末年始

事業実施地域：中央市全域

職員体制：管理者、主任介護支援専門員
社会福祉士、保健師、事務員

健康体操サポーター

げんきかい通信

地域に介護予防体操と笑顔を届けるボランティアです！

ふれあいコンサートを行いました！

6/27 にふれあいコンサートを開催しました。げんきかいメンバーが呼びかけた団体と合同の企画で、体操したり歌を歌ったり、ギターやオカリナの演奏などを楽しみました。音楽を通して楽しく和やかで豊かなひとときを過ごしました。

毎週木曜日 10:15～11:00 頃まで、玉穂総合会館 2 階多目的ホール 2 で体操をしています。市内在住の方はどなたでも参加できます。

一緒に体操しませんか

参加者募集中

健康体操サポーター養成講座

令和 7 年 1 月から 3 月に健康サポーター養成講座を開催します。この講座では、健康運動指導士による高齢者向けの健康体操プログラムを基にした講義と実技を全 12 回で行います。一緒に筋肉や骨の変化、運動技術について学びましょう。講座終了後には、健康体操サポーターの会「げんきかい」の会員として活動に参加することができます♪

詳細については、地域包括支援センターへお問合せください。

オレンジカフェ

素敵なお花！

協力者さんが心を込めて作ってます！

楽器やハンカチを使った音楽療法

認知症の方やそのご家族、地域の皆さんが自由に参加し、ほっと一息つける場所です。認知症などの心配事の相談にも対応しています。

実施日：毎月第 4 金曜日　時間：午後 1 時 30 分～2 時 30 分
場所：玉穂総合会館　多目的室 1－5
（中央市下河東 620 番地）
興味のある方は、地域包括支援センターまでご連絡下さい。