

地域包括支援センター …ってどんなところ？

地域包括支援センターは、平成18年4月の介護保険制度改正に伴い、地域の介護予防の拠点として札幌市が業務を委託した機関です。同センターは、高齢者の方々が住み慣れた地域で、その人らしい生活を続けていけるように、専門の資格を持った人たちが皆さんのさまざまな相談に分かりやすく応えたり、活動を支えるなど、地域の介護予防に取り組んでいます。

「主任ケアマネジャー」「社会福祉士」「保健師・看護師」が協力して対応します

① 自立した生活を支援します！

《介護が必要となるおそれのある方（特定高齢者）の支援》

最近、足腰が弱くなってきて、転んだらどうしようかと心配です。

「運動能力向上トレーニング教室」に通ってみてはいかがでしょうか？

筋力がつきバランスも良くなり、以前よりも安定して歩けるようになりました！



▲手稲区第2地域包括支援センター
山口 優美（やまぐち ゆみ）保健師

さっそく通ってみました！



リハビリ専門の先生の指導を受けながら無理なく、楽しく運動を行い、転ばない体をつくりましょう！



運動のほか、「口腔（こうくう）機能向上教室」「栄養改善教室」「訪問指導」があります。お体の状態やお悩みに応じて、介護を必要とする状態にならないように、一緒に考えます。

《要支援（1・2）の方への自立に向けた支援》

最近物忘れが増えてきたので、この先の生活が心配・・・

夫の介護をしているが、毎日の生活に疲れてしまって・・・



「デイサービス」ってどうしたら通えるの？



安心して生活できるように一緒に考えて、介護保険サービスの利用を支援します。私たちが自宅に伺いますので、お困りのことなどがあればお気軽にご相談ください。



▲手稲区第1地域包括支援センター
菊地 弘毅（きくち こうき）社会福祉士

「要支援」って？

介護保険のサービスを利用するには、介護認定申請を行い、認定を受ける必要があります。認定の区分は、要支援（1・2）と要介護（1～5）の7段階があります。そのうち、要支援（1・2）の方に対しては、地域包括支援センターがケアプランを作成しています。