

困ったときは1人で悩まず、ご相談ください！

# 釜石市 地域包括支援センター



地域包括支援センターは、高齢者のみなさんが住み慣れた地域で、元気にいきいきと安心して、その人らしく生活が続けられるよう、**介護・福祉・健康・生活**などについて相談できる身近な窓口です。



釜石市

# どこに相談したらいいか、迷うことはありませんか？



介護保険って、どうやったら使えるの？  
ケアマネジャーって聞くけど、何をする人？  
要支援（介護）と認定されたけど、どんなサービスがあるんだろう？



入院中の母が近々退院予定。  
介護が必要だけど、どこに相談したらいいの？  
ひとり暮らしの父が、最近物忘れが増えてきたみたい。  
足腰も弱くなってきたし… どうしたらいいの？



親の介護が大変で、仕事との両立に悩んでいる。  
誰にも相談できない。どこに相談したらいいの？



ご近所から怒鳴り声が聞こえる。  
もしかして虐待？



お金の支払いや契約をするのに不安を感じてきた  
けど、手助けをしてくれる制度などはあるの？



## 地域包括支援センターは、こんな仕事をしています。

### 地域包括支援センターは『地域包括ケア』を支える中核機関です。

「地域包括ケア」とは……「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、医療・介護・予防・住まい・生活支援が包括的に確保される」という考え方で、その仕組みを「地域包括ケアシステム」といいます。

地域包括支援センターは、みなさんが地域で安心して暮らしていくように、関係機関や関係者の皆様とのネットワークづくりを進めます。

## ◆総合相談支援業務◆

### 高齢者の相談窓口です！

- ・介護に関する悩みや相談、健康や福祉、医療や生活に関することなど、お気軽にご相談ください。
- ・ご本人はもちろん、ご家族や近隣に暮らす方、介護と仕事の両立に悩んでいる方などから相談をお受けし、安心して生活を続けられるよう支援します。

それぞれの専門  
分野を活かして



社会福祉士



主任ケアマネジャー



保健師・看護師

三職種連携をとりながら総合的に対応しています。

## ◆権利擁護業務◆

### みなさんの権利を守ります！

- ・財産の管理などが不安なときは、成年後見センターと連携して制度等の利用を支援します。
- ・高齢者虐待の相談・早期発見・防止に努めます。
- ・悪質な訪問販売等による被害の防止のため、消費生活センター等と連携しています。

## ◆包括的・継続的

### ケアマネジメント支援業務◆

#### 多方面からみなさんを支えます！

- ・講習会等を開催し、ケアマネジャーの技術向上を支援します。
- ・支援困難な事例について、ケアマネジャーと一緒に対応します。
- ・高齢者が住み慣れた地域で暮らし続けられるよう、「地域のネットワークづくり」を進めます。

## 地域包括支援センターは、このような事業を行っています。

### ●『いきいき100歳体操』●

「いきいき100歳体操を行ってみたい」というグループ（3人以上・週1回以上の活動）の支援をします。この体操は、実演DVDを見ながら椅子に座って行うもので、手首や足首に軽い重りをつけて行う30分程度の筋力運動です。保健師等が、開始前と開始3か月後に体力測定を行い、効果を実感できるようお手伝いします。



✿ 実演DVDを差し上げています。  
また、体操で使う重りの貸し出し  
(3か月間)を行っています。

# 地域包括支援センターの事業を紹介します

## ●認知症の人とあゆむ会●

家族会「認知症の人とあゆむ会」では、認知症の高齢者を介護する家族等が、ひとりで悩みを抱え込まないように介護者同士が集まり「つどい（会話の場）」を開催し、互いに支え合う関係づくりに取り組んでいます。

そのほか、認知症講演会等の企画運営を行っています。

## ●認知症カフェ●

認知症の人や家族、地域の人気が気軽に集い、認知症について理解を深める居場所づくりを進めています。

## ●認知症サポーター養成講座●

認知症に関する正しい知識や対応方法などについて学び、地域で認知症の人と家族の応援者となるサポーターを養成しています。

## ●認知症高齢者徘徊 SOSネットワーク●

徘徊が心配される高齢者の情報を事前に登録していただき、行方不明になった場合、早期発見につなげるための取り組みです。

### 【内容】

- ・釜石警察署と情報共有を行い、防災無線等で情報提供を呼びかけます。
- ・岩手県警察が安心安全情報を提供する「ぴかぽメール」の普及を図ります。
- ・「どこシル伝言板（※）」を活用し、早期発見、保護に取り組みます。

### ※「どこシル伝言板」とは？

QRコードラベルを活用した情報共有の仕組みで、認知症等による行方不明高齢者の発見から保護、帰宅までをWeb上の伝言板で情報共有し、サポートします。

連絡先のメールアドレス等の事前登録が必要となりますので、お問い合わせください。

具体的な介護方法についても、専門職員がお伝えします。ご相談ください。



『認知症初期集中支援チーム』を配置しています

認知症は 早期発見・早期治療 が重要です！

困りごとや心配ごとなどご相談ください。

# 地域包括支援センターの事業を紹介します

## ● 家族介護教室 ●

高齢者を介護している家族の方などを対象として、介護方法や介護予防、健康づくりについて学ぶことのできる「家族介護教室」を、市内の居宅介護支援事業所に委託し、実施しています。

## ● 地域住民グループ支援事業 ●

地域住民団体等が介護予防等に役立つ活動を行おうとする場合に、活動費を支援します（3年間）。他の補助金などを受けている場合は対象外です。

※活動費の支援終了後も活動の継続をお願いします。

## ● 地域ケア個別会議 ●

地域の方々や多職種が集まり、要支援高齢者等の個別事例を検討するなどの「地域ケア個別会議」を開催します。

### 【主な目的】

- ・地域力の向上、ネットワークの構築
- ・地域のケアマネジャーの支援
- ・地域課題の把握 など

各事業のお問い合わせは、

☎ 22-2620 まで

## ● 介護予防教室 ●

認知症予防や口腔機能向上のための教室、健康体操やニュースポーツなど、介護予防のための教室を開催しています。

## ● 閉じこもり等予防事業 (ふれあい教室) ●

高齢者が家に閉じこもりがちにならないよう、集会所等で音楽・手芸・ニュースポーツを楽しんだり、健康に関する講話等の教室を開催しています。

## ● 権利擁護の普及啓発 ●

権利擁護について多くの方に知つていただくために、地域での出前講座や成年後見制度、高齢者虐待、消費者被害についての研修会を開催しています。

## ● 高齢者現況調査 ●

市内在住で65歳以上の要介護認定を受けていない方を対象とした調査です。生活の困りごとや健康状況等を把握し、地域づくりや、緊急時・相談時の基礎資料として活用することを目的に実施しています。

※この調査は毎年行っています。  
ご協力を願いいたします。



## ご相談は地域包括支援センターのほか お気軽にお近くの窓口へ



※記載している電話番号の市外局番は、全て「0193」です。

### ★総合相談窓口 月曜日～金曜日 8:30～17:15 (土日祝日と年末年始を除く)

釜石市 地域包括支援センター	釜石市大渡町3-15-26 釜石市保健福祉センター2階 TEL: 22-2620 FAX: 22-6375
-------------------	--

※ 平日以外でも緊急の場合は 0193-22-2111 (市役所代表番号) にご連絡ください。

### ★生活応援センター（地域包括支援センターのサブセンター）

釜石地区生活応援センター	釜石市大町3-8-3 青葉ビル1階	22-0180
平田地区生活応援センター	釜石市平田町3-1000	26-7655
中妻地区生活応援センター	釜石市上中島町2-6-36	23-5541
鵜住居地区生活応援センター	釜石市鵜住居町2-901	28-2470
小佐野地区生活応援センター	釜石市小佐野町3-4-25	23-5037
甲子地区生活応援センター	釜石市甲子町10-255	23-5524
栗橋地区生活応援センター	釜石市橋野町34-16-2	57-2111
唐丹地区生活応援センター	釜石市唐丹町字小白浜50	55-2111

### ★在宅介護支援センター（地域包括支援センターの相談窓口）

仙人の里在宅介護支援センター	釜石市甲子町7-144-4	23-1016
はまゆり在宅介護支援センター	釜石市小佐野町3-9-1	25-0650
ニチイケアセンター釜石 在宅介護支援センター	釜石市中妻町1-12-2	21-1133
東釜石地区在宅介護支援センター (釜石市社会福祉協議会指定居宅介護支援事業所)	釜石市大渡町3-15-26	31-1400
鵜住居地区在宅介護支援センター (いきいき指定居宅介護支援センター)	釜石市鵜住居町2-20-1	29-1881
あいぜんの里在宅介護支援センター	釜石市大字平田2-51-7	26-6602
唐丹地区在宅介護支援センター (いきいき指定唐丹居宅介護支援センター)	釜石市唐丹町字小白浜50	55-2109