

悩み・不安・相談ごと、ひとりで抱え込んでいませんか？

いろいろな相談ごと

- 近所に住む高齢者が、最近お家に閉じこもり気味で心配
- サービス事業所に不満があるが、直接言いにくい
- 引っ越してきたばかりなので、友人を作りたい
- 近所にある高齢者のサークルを知りたいなど

権利を守ることにについて

- 振り込め詐欺の被害にあった
- 財産の管理に自信がない
- 虐待にあっている高齢者を知っているが、どうしてよいかわからない
- いけないとわかっていても、虐待してしまうなど

介護や健康について

- 介護予防ケアプランを作ってもらいたい
- 介護予防について相談をしたい
- 介護保険を利用したいが、体調が悪いため要介護認定の申請に行けない
- 寝たきりへの不安がある
- 今の健康を維持したいなど

地域包括支援センター

主任ケアマネジャー

社会福祉士

保健師(看護師)

認知症地域支援推進員

地域包括支援センターは、市が設置している高齢者のなんでも相談窓口です。高齢者の皆さんが住み慣れたまちで安心して暮らしていけるように、福祉、介護、健康、医療など、様々な面から高齢者やそのご家族を支えています。

本人や家族、地域住民、ケアマネジャーなどから受けたいろいろな相談ごとを、適切な機関と連携して解決に努めます。
相談は無料です。お気軽にご相談ください。

- ※ケアマネジャー…………… 介護の知識を持った専門員です。適切なサービスを利用するためのケアプランの作成、利用者の心身の状況把握、利用者や家族からの相談を受けたりアドバイスしたり、事業所へ連絡・手配などを行います。
- ※認知症地域支援推進員…… 認知症の人の状態に応じて必要なサービスが適切に提供されるように、医療機関や介護サービス、地域の支援機関の間の連携支援や認知症の人やその家族を対象とした相談業務を行います。
- ※社会福祉士…………… 高齢や病気などのさまざまな理由により、日常生活に困難を感じている人から相談を受け、日常生活がスムーズに営めるよう支援を行います。

カフェを開催しています!!

各地域包括支援センターでは、認知症への理解を促し、地域の方をはじめ、高齢者の方やその家族の居場所づくりの場、また支援者や専門職種が連携する場として、カフェを開催しています。

カフェでは、高齢者同士が集い、和やかな雰囲気の中で、交流を楽しんだり、介護予防に関する講話を聴いたり、認知症予防の脳トレや運動、手工芸などを行っています。どうぞお気軽にお立ち寄り、お楽しみください。



●利用者の声

—カフェを利用したの感想は？

介護予防のため月に一度通っています。人が話をしているのを聞いたり、見ているだけでも楽しいです。このような外へ出る機会があるのは、とてもありがたいです。

—長寿の秘訣は？

健康で元気でいるから長生きできます。自分のできる範囲で毎日コツコツと体を動かすことが大事。私は、毎日15分のストレッチを2回行っています。あと、趣味を持つことです。

「みまもり」のネットワーク

地域包括支援センターは、住民のみなさんや民生委員、警察、消防署、医療機関、民間企業などと協力して、地域の高齢者をみまもるネットワークづくりを進めています。

ネットワークが高齢者の問題や異変を早期に発見し、地域包括支援センターへ報告します。報告を受けた地域包括支援センターは適切な機関と連絡を取り合い、問題解決の支援をして、高齢者のみなさんが安心して暮らしていける地域づくりに努めています。



あなたらしさに寄り添います。
あなたの活動の場、地域で広げてみませんか。

高齢者のなんでも相談窓口 地域包括支援センター

■**地域包括支援センターとは**
どういったところですか
高齢者のためのなんでも相談窓口です。
高齢者の方が、どこに、誰に相談したらいいのかわからない時は、まずこちらに相談してもらいたいのです。
地域包括支援センターでは、相談の内容に合わせて必要な支援を紹介しており、高齢者と必要な支援を行う場所をつなぐ役割を担っています。
■**どのような相談がありますか**
「どうやってたらサービスを受けられるのか、そのために何をしたらいいのかわからない」などの介護サービスや介護保険に関する相談が多く、介護保険を受けるまでの申請のお手伝いも行っています。
本人やそのご家族からの相談も



地域包括支援センターぎのわん
センター長 金城 敬 (きんじょう たかし)

多いですが、病院や企業などからの相談もあります。
■**これまでの相談で印象に残っていることは**
病院から高齢の方の退院時の相談になりますが、近くに親族もいないので施設への入所しかないと思っていました。そんな時、主治医の先生から「その方の飼っている猫も家族と思いますが、施設に入所すると一緒にいられないですね」との声から、どうか自宅での生活できないかとの考えになりました。
本人宅の近隣の方にお話を聞くと、この方は普段から周辺の花木の手入れなどをボランティアで行っており、近所の方は皆さんご存じで、これまでも近隣の方や配達業者の方もサポートを行っていたことがわかりました。自宅での生活について相談の場を設けると、地域の方それぞれが、できることでサポートしていただけたとの声がありました。その後、自治会にも加入してミニデイサービスの利用にもつながり、当時から5、6年になりますが、今でも地域の皆さんに支えられ自宅で生活されています。
実は地域には、もともとネットワークがあり、それがうまくつながることで、高齢者も住みやすい地域づくりになっていくものだと気づきました。

■**地域の高齢者の皆さまへ一言**
高齢者の皆さんは、それぞれの長い人生の中で、経験してきた知識や技術が豊富だと思います。地域包括支援センターでは、各々で行われている介護予防教室や各サークルなどのつながりから直接的な参加でなくても、その方にあつた関わり方をみつけて、本人のニーズにあつた活動の場につなげていきます。小さなことでも相談にのってもらいたいと思います。
■**介護長寿課より**
宜野湾市では、地域の皆さんといっしょに、高齢者の方が住み慣れた地域で、自分の能力を活かしながら、生き生きと生活していけるための地域づくりを進めています。どなたでも活躍できる場は沢山あります。ぜひ一度、地域包括支援センターへご相談ください。



地域包括支援センター ぎのわんスタッフの皆さんと宜野湾市介護長寿課の濱川さん(左)

地域包括支援センター **ふれあい**
所在地: 我如古402
電話: 897-4165 FAX: 897-4167
●中部商業高校 R330 我如古十字路 那覇
▲普天間
サンエ 佐真下店 ● パチンコ店 ● 宜野湾ホル
ローソン ● ガソリンスタンド
ふれあい ● 嘉数中学校 ● 真栄原交差点 那覇
▼大謝名

【担当地区】真栄原(佐真下)、嘉数、我如古、上大謝名

10月に移転しました

地域包括支援センター **かいほう**
所在地: 真志喜2-22-2 (海邦病院駐車場敷地内)
電話: 942-8377 FAX: 898-2174
▲伊佐 R58 那覇
●沖縄銀行 宜野湾警察署
かいほう ●ウォーター・P外来 ●海邦病院
●ステーション ●駐車場 ●宜野湾高校
●宜野湾バイパス ●コンベンションセンター ●欽海門

【担当地区】伊佐、大山、真志喜、宇地泊、大謝名、大謝名団地、嘉数ハイツ

地域包括支援センター **ぎのわん**
所在地: 宜野湾3-3-13
電話: 896-1339 FAX: 896-1340
長田十字路 我如古十字路 中部商業高校 ● 那覇
▲普天間 R330
●普天間 宜野湾記念病院 ●ガソリンスタンド ●宜野湾国際 ●ぎのわん

【担当地区】中原(赤道・上原)、宜野湾、愛知(愛知・神山)、長田(志真志)

7月に移転しました

地域包括支援センター **ふてんま**
所在地: 普天間1-9-3
電話: 943-4165 FAX: 943-4067
●普天間宮 普天間高校 ●普天間小学校
▲伊佐 ていご通り 沖縄市
●ふてんま ●琉球銀行普天間支店
普天間 けいこう

【担当地区】野嵩1区・2区・3区、新城喜友名、普天間1区・2区・3区