

高齢者に関する総合相談窓口 地域包括支援センター

☎ 市地域包括支援センター（伊奈庁舎 1 階） ☎ 0297 - 57 - 0203

皆さんは「地域包括支援センター」をご存じですか？
伊奈庁舎 1 階にある同センターは、市が設置した高齢者に関する総合相談窓口で、市社会福祉協議会が運営しています。同センターでは、高齢者に関するさまざまな相談を、社会福祉士・主任ケアマネージャー・保健師らが無料で

受けしています。また、相談内容は秘密厳守ですので、安心してご利用いただけます。
今月号の特集では、地域包括支援センターについて紹介します。

このようなお悩み、抱えていませんか？

身体が弱って、身の回りのことが大変になってきた…

介護保険について聞きたい！

隣の一人暮らしの高齢の方が心配…

最近物忘れが気になってきたけど、どこに相談すればいい？



「小さな不安でも、まずはご相談ください」

地域包括支援センターとはどのような窓口ですか？

地域包括支援センターは、高齢者が住み慣れた地域で安心して暮らし続けるために、本人はもちろん、そのご家族や近所にお住まいの方もご相談いただける「高齢者に関する総合相談窓口」です。

地域包括支援センターの仕事を教えてください。

主に、介護・医療・福祉・権利擁護などの相談を受け付けており、必要に応じて関係機関と連携して支援しています。また、高齢者が主体的に介護予防に取り組めるように、介護予防の支援なども行っています。センターの職員（社会福祉士・主任ケアマネージャー・保健師など）それぞれの専門性を活かすことで、医療・介護・福祉の“切れ目ない支援”を行い、地域全体で高齢者を支えられるようにしています。

相談内容はどのようなものがありますか？

家族の介護や介護保険、退院後の生活、もの忘れや認知症、消費者被害、財産管理、虐待などのさまざまな相談があります。ご家族からの相談が最も多いですが、近所の方の様子に心配といった相談もあります。



地域包括支援センター センター長
あべ 阿部 いづみさん

私たちが
サポートします！



どんな時にやりがいを感じますか？

センターの仲間や関係機関の方々と連携し、その方の不安や心配に向き合い、少しでも本人らしい暮らしができるよう支援している時です。「相談してよかった」と言ってもらえると、とても励みになります。

また、悩みのある方を支援することで、地域の困りごとが見えてくることがあります。関係機関とのネットワークづくりや、課題解決への取り組みなどを通して、住み慣れた地域で安心した生活が送れるような地域づくりに少しでも貢献できていると感じたときに、「やっていてよかったな」と思います。

お悩みを抱えている方に向けてメッセージをどうぞ！

私たち地域包括支援センターは、地域で安心して自分らしく生活できるよう支援しています。“こんなこと聞いてもいいのかな”という小さな疑問や不安でも構いません。専門の職員がチームとなってお話を伺い、それぞれの状況に応じた支援を皆さんと一緒に考えていきます。必要であれば、医療・福祉・行政などの関係機関とも連携しますので、まずはご相談ください。



ひと息コラム：家族で支える温かい暮らし「在宅介護」

住み慣れた自宅で介護を受けながら生活する「在宅介護」は、ご本人にとってもご家族にとっても、心安らぐ選択肢の1つです。住み慣れた環境で大切な人たちに囲まれて過ごせるため、精神的な安定につながりやすいという大きなメリットがあります。

住み慣れた環境で普段と変わらない生活を送ることは、認知症の進行を緩やかにする効果も期待できると言われています。しかし、在宅介護はご家族にかかる負担が大きいのも事実です。

在宅介護を長く続けるためには、一人で抱え込まず、さまざまなサービスを上手に活用することが大切です。

大切なのは「無理をしないこと」。在宅介護は、ご家族の理解と協力なしには成り立ちません。無理を続けると、ご家族自身の心身が疲弊してしまいます。介護は長期戦です。時にはプロの手を借りたり、休息を取ったりすることも重要です。ご家族が笑顔でいることは、介護される方にとっても一番の安心につながります。

在宅介護について、もっと詳しく知りたいことや、具体的な悩みなどがあれば、地域包括支援センターまでお気軽にご相談ください。

