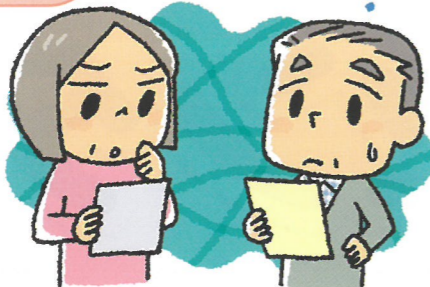


# こんなことで困ったら…

## 介護のこと

介護保険を利用したいのですが、  
どうすればいいですか？

まずは地域包括支援センター  
に相談しましょう。心身の状態  
にあわせて、基本チェックリス  
トや要介護認定の申請をご案内  
します。



要支援と認定されたのですが、  
その後はどうすればいいですか？

介護保険のサービスを利用するための計画（介護予防ケアプ  
ラン）をたてますので、ご連絡ください。

## 健康のこと

最近足腰が弱くなり、  
寝たきりへの不安があります。

市区町村が行う介護予防の取り組み（介  
護予防・日常生活支援総合事業）が利用  
できます。地域包括支援センターでは、  
さまざまな取り組みを紹介しています。



ひとり暮らしで持病もあり、  
急に具合が悪くなったら…と不安です。

市区町村の独自サービスとして、緊急通報装置の貸し出しな  
どを紹介します。また、老人クラブやサークルなどの集まりに  
参加することで、近所の人との交流もうまれ、孤立を防ぐこと  
もできます。

## お金や財産管理のこと

最近物忘れがひどく、お金の管理に  
自信がなくなってきました。頼れる身内もいません。

判断能力が衰えた場合に備  
えて、「成年後見制度」を利用  
して後見人を選んでおくこと  
ができます。地域包括支援セ  
ンターでは、成年後見制度の  
利用を支援しています。



振り込め詐欺の被害にあってしまいました。

おかしいなと思ったときや被害にあってしまったときは、ご  
相談ください。消費生活センターや行政などと協力して問題を  
解決します。

## 家族のこと

母の介護をしていますが、  
つい声を荒らげてしまいます。

介護する人の負担やストレ  
スを軽減するためのサービス  
を紹介したり、情報提供をし  
ます。



離れて住んでいるひとり暮らしの父が心配なのですが、  
なかなか様子を見に行けません。

市区町村の独自サービスとして、定期的にひとり暮らしの高  
齢者を訪問したり、電話での安否確認、配食サービスなどがあ  
る場合がありますので、お問い合わせください。

## 近所の高齢者のこと

最近顔を見かけなくなった  
高齢者がいますが、  
ひとり暮らしなので心配です。

地域包括支援センターにご連絡  
ください。高齢者を訪問して様子  
を確認し、必要な場合は関係機関  
と連携して解決に努めます。



近所の高齢者が虐待されているようなのですが、  
どうしたらいいですか？

虐待を発見したときや、虐待があると思われるときは、地域  
包括支援センターに通報してください。早期に発見し、第三者  
が介入することで、虐待の深刻化を防ぐことができます。

## 地域包括支援センター に行けないときは…

体調が悪かったり、家族の介護で地域包括  
支援センターへ行けないなどの場合は、地域  
包括支援センターの職員が訪問することもで  
きますので、お気軽にご連絡ください。



# このほかにも、高齢者に関する相談や悩みを受け付けます!