

地域包括支援センターをご存知ですか？

地域包括支援センターは、地域で暮らす高齢者の生活に関する困りごとについて、専門知識を持ったスタッフが、関係機関と連携・協力しながら、問題解決に向けたサポートをする総合相談窓口です。

高齢者ご本人やご家族、ご親族はもちろんのこと、地域の方々などどなたでもご相談いただけますので、まずはお気軽にお問い合わせください。

こんなことはありませんか？

- ・物忘れが増えてきて心配…
- ・家に高齢者だけで何かあったら…
- ・財産管理ができなくなったら…
- ・警察を名乗る男から不審な電話が…
- ・最近見かけない人がいる…
- ・新聞や郵便が溜まっている？



困ったときはご連絡ください！

保健師・社会福祉士・主任介護支援専門員などの専門知識を持ったスタッフが皆さまのご相談に応じます。

地域包括支援センター設置場所

高齢介護課 地域包括支援係
(本庁舎 2 階 12 番窓口) ☎55-5374

平日 8 時 15 分から 17 時まで（土、日、祝日および
年末年始（12 月 29 日から 1 月 3 日）を除く）
※緊急の場合には休業日の日時においても対応します。

地域包括支援センターブランチ

右ページに記載の「在宅介護支援センター」でも総合相談支援窓口（ブランチ）として地域包括支援センターと連携し、高齢者の皆様の支援をします。

地域包括支援センターが開催するイベントに参加してみませんか？

①認知症カフェ「オレンジカフェささえあい」



認知症の方やご家族の相談、交流を目的として、月に 1、2 回程度開催しています。認知症に関するテーマで話し合うほか、講師をお呼びしての講話や制作活動なども行います。どなたでもご参加いただけます。当日参加も可能です。

②「平川市何でも相談会」



医療・介護の専門職が集まり、からだやこころについて普段疑問に感じていることを直接気軽にご相談いただけるイベントを例年 2 月頃開催しています。体組成や骨密度の測定のほか、お菓子やコーヒー、お弁当などの出店もあります。お気軽にお越しください！

[問合せ] 平川市地域包括支援センター ☎55-5374

「通いの場」に参加してみませんか？

🏠「通いの場」にはこんなメリットがあります！

仲間づくり

馴染みのある方や新しい出会いの中で、近況を話し合ったり、情報交換をしたりすることができます。仲間と定期的に顔を合わせることで、社会とのつながりを感じることができます。

生きがいづくり

レクリエーションや趣味を楽しむことで、毎日に新たな喜びが生まれます。

仲間と一緒に活動することで楽しさも倍増し、充実感が得られます。

閉じこもり防止

主に地区単位で開催されているので、気軽に通って外出のきっかけにもなります。仲間との交流は、見守りの役割も果たします。

健康づくり

体操やレクリエーションなど、体や頭を使うことで健康維持や認知症予防につながります。仲間と一緒に楽しく続けることができます。

🏠「通いの場」への参加や運営をするには？

詳細は、市ホームページ
をご確認ください。

市では、現在、21団体が体操やレクリエーション、おしゃべりなど、楽しく活動しています。「通いの場」について詳しく知りたい、見学をしてみたい、新しく始めてみたいという方は、まずはお住まいの地域を担当する生活支援コーディネーターにご相談ください。



生活支援コーディネーター事業所名	担当地区	所在地	連絡先
三笠在宅介護支援センター	平賀西中学区	館田西和田 200	☎44-8877
緑青園在宅介護支援センター	平賀東中学区	沖館和田 84	☎44-6116
さわやか園在宅介護支援センター	尾上中学区	日沼樋田 85	☎43-5432
碓ヶ関在宅介護支援センター	碓ヶ関中学区	碓ヶ関三笠山 120-1	☎45-2182
平川市社会福祉協議会	全域（統括）	柏木町藤山 16-1	☎88-7639

🏠 今年度新たに立ち上げた「通いの場」をご紹介します！

健康まーじゃんクラブ

- 活動場所 平賀公民館
- 開催日 不定期（月1回程度）
- 活動内容 体操、茶話会、麻雀、趣味活動など

代表者の声

「何か楽しみを持って過ごせる場所をつくりたい」という想いで、今年から活動を開始しました。初心者の方が多いため、講師を招いたり、参加者同士で教え合ったりしながら、楽しく活動しています。

今後は麻雀だけでなく、メンバーの「やりたいこと」や「興味のあること」を取り入れ、園芸や創作活動などにも挑戦していきたいと考えています。

経験の有無に関わらず、どなたでも大歓迎です！



参加者の声

初心者ですが、優しく教えてもらいながら楽しく参加しています。頭を使うので、良い脳トレにもなっています。麻雀をしながら、皆さんと色々なおしゃべりができるのがとても嬉しいです。今では、ここに来るのが毎月の大きな楽しみになっています。

〔問合せ〕 高齢介護課 地域包括支援係 ☎55-7807（本庁舎2階12番窓口）
平川市社会福祉協議会 ☎88-7639（第2庁舎内）