

しょうわの地域包括支援センター こんな活動もしています！

I. 介護予防

歳を重ねても、いつまでも
元気であるために…



こびっと元気倶楽部

脳のアンチエイジング

リズムに合わせて
バランス運動！

噛む力がバランスに
影響するって、
初めて知ったよー。



歌をうたい
ながらの
指たいそう

2つのことを
同時にやって
脳を活性化



はなまる運動教室



歩くことに
自信が
ついたよ。

II. 認知症対策

できる限り、住み慣れた町で
暮らせるような見守りづくり！



サポーターさんの
手作り!! つるし雛
グループホームに
飾りました！

ステップアップ 講座



認知症サポーター 養成講座

寄り添うことで
笑顔がうまれます。

III. 家族介護者を 地域で支える

今だけでなく、いつかにも備えて…



家族介護者の つどい



少しの工夫で
ラクラク移動！



誰でもワクワク 介護教室

みんなと話して
リフレッシュ！

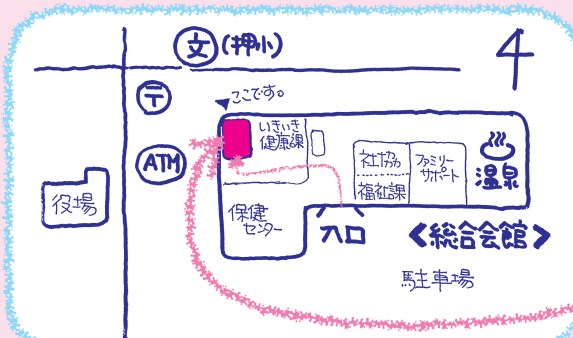
ひとりで抱えこまずに…



ご相談
ください



昭和町地域包括
支援センター TEL 275-4815
または 275-8785



しょうわ町

地域包括支援センター

虹のかげはし

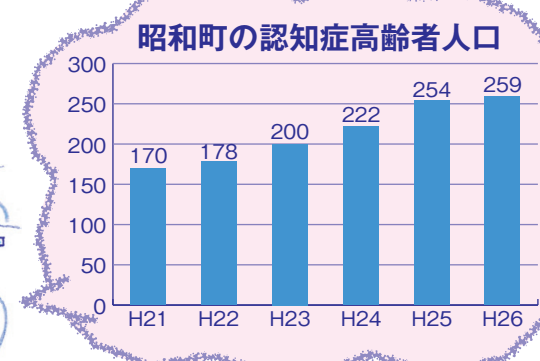
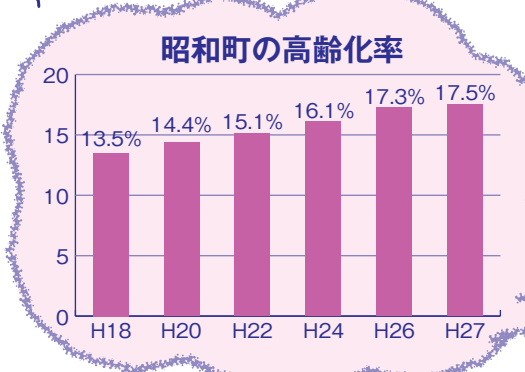


高齢者のみなさまや、そのご家族の相談窓口です。

No.7

日本だけじゃない…

このままでは
昭和町だって
危ない!?



子ども、孫世代に大きな負担が…

老後も自宅で生活したいと
考えている人が約6割います。

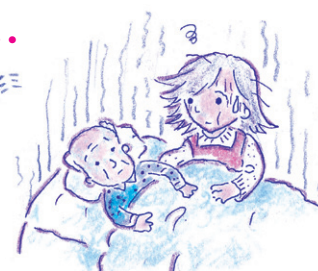


約60%

しかし…



介護財政が
心配…



介護の担い手が
足りない…

高齢者支援は
今と未来に関わること!!

総合会館内・いきいき健康課
地域包括支援センター ☎ 275-4815

これからも
子の代・孫の代まで
安心して過ごせる町
「住みよい昭和町」で
暮らすためには？



住んでいて
よかった♡



住んでいるみんなで作る！今やなくちゃ間に合わない！

にじいろしょうわ町づくり

ここにずっと
住んで
いたい！



1 本人・家族の選択と心構え

ご主人が他界し、ひとり暮らしの花まるこさん

病気をしてから杖を手放せない…
自分だけではできない事が増えて不便だけど
食事の支度くらいは頑張れます。
できるだけこの家で暮らしたい。



月に2回は様子を見にくるよ。
その時は一緒に
買い物に行こう。



県外に住む
息子

病院へ行く時は
お仕事もお休み
とれるから、
連れて行けるよ。



隣市に住む
娘

お母さんの希望をかなえたい！

2 すまいとすまい方

老後は、どこでどのように暮らす
のか、考える必要があります。

やっぱり
ひとり暮らしは
不安…



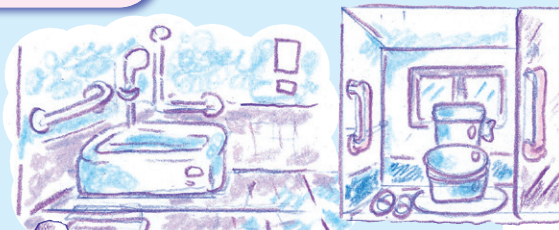
有料老人ホームに
住んだ方が
いいのかしら…



お母さんがいいと
思うことをしてね。
応援するよ！

**でも、思い出のある
この家に住んでいたいな。**

元気なときは、
何の不便も
なかったのにね～。



家の中には段差が
多くて危ないから、
トイレとお風呂場に
手すりをつけよう！

『地域包括ケアシステム』って？

子育てをしている方、障がいのある方など、誰もが安心
して生活できる町はみんなの願い。地域包括ケアは、介
護など手助けが必要になっても出来る限り住み慣れた地
域や自宅で生活し「人生最期のときまで自分らしく生きた
い」と望む人が、医療や介護など必要なサービスを受け
ながら自立した生活を続けられるように地域ぐるみで支え
る、という考え方、システムです。

地域の特性を活かし昭和町らしいかたちにする事でうまく
機能します。

システム作りは行政や法人等だけでなく、民間事業者や
住民のみなさまもその担い手になります。自分たちが今
後も安心して住める町になるよう、進んで地域づくりに参
画していきましょう！

④
介護
リハビリ
テーション

④ 医療・看護

④ 保健・予防

③ 生活支援・福祉サービス

② すまいとすまい方

① 本人・家族の選択と心構え

3 生活支援・福祉サービス



ボランティアの
ささもとさん

公会堂でサロン
やってるから、
一緒に行こうよ！

ゴミ出しの
時は手伝うよ！

お隣の
いそべさん

ハイ！お弁当です！
おかわりないですか？

週に1度は見守りを兼ねた
町の配食サービスなど



おべん
どう
ですあ！



地区担当の
民生委員さん

近くに来たから寄ってみたよ。
お困りの事はないですか？

4 将来の見通し

もし介護や医療などが必要になったら…
その人の体や心にあわせた
サービスを考えていきます。



介護予防事業の多くは、介護保険料も使われています。
町では「介護予防」に力を入れており、裏面にはセンターで行っている介護予防事
業も載せましたので、ご参照ください。また他にも「高齢者ふれあい教室」や「脳
の若返り教室」など、いろいろな事業がありますので、詳しくはご相談ください。