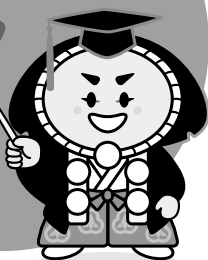




自分の身体や心の状態、かかりつけ医や介護支援者などの情報を整理して書き込むことができます。自分の想いを周囲の支援者にうまく伝えられなくなったとき、自分自身のことを周囲の人に知ってもらうための大切なツールです。利用にあたっては、担当ケアマネジャーや高齢者総合相談センターにご相談ください。

1 はつらつシニア かんじん帳

知っておきたい 各種お役立ち ツール



2 短期集中予防サービス

入院により急激に体力・筋力が低下した人が、早期に入院前の状態へ回復するようリハビリ専門職などによる短期集中的な支援を行うサービスです。利用にあたっては、入院先の医療機関や高齢者総合相談センターにご相談ください。

費用 通所支援：1回500円

訪問支援：無料

※利用回数は、医療・介護専門職との検討会で決定します。

入院前の体力に戻りたいがどうすれば...



こんな方はぜひご利用を！

転倒で足を骨折し、うまく歩けなくなりましたが、短期集中予防サービスを利用し、また歩けるようになりました。今では自宅で料理をしたり、近所の人とおしゃべりをしたりとメリハリのある日常を楽しんでいます。

80代女性 S.Gさん

困ったときは 高年齢者総合相談センター

高齢者総合相談センターは、高齢者の皆さんの介護、健康、暮らしにおける心配事や相談に対応する窓口です。市内10カ所に設置し、専門の相談員などが総合的な支援を行います。

業務時間 月～金曜日8時30分～17時30分

※緊急時などにおける電話相談は24時間対応しています。

センター名	電話	担当区域(小学校下)
丸内・芦城	23・5225	芦城、第一(糸町、白江町、白松町を除く)
丸内・芦城第二	22・5070	稚松(上牧町、下牧町を除く) 第一(糸町、白江町、白松町)
安宅・板津	41・6055	安宅(上牧町、下牧町を含む)
安宅・板津第二	46・6192	犬丸、荒屋、能美
松陽・御幸	22・2280	向本折、苗代、蓮代寺
松陽・御幸第二	46・6883	今江、串、日末
国府・中海	47・2921	国府、中海、東陵
松東	46・8211	金野、波佐谷、西尾
南部	65・3131	粟津、那谷、矢田野
南部第二	44・5750	月津、木場、符津

3 こまつ認知症 ほっとけんSOSネット

高齢者が行方不明になったとき、市から協力事業者に行方不明者情報を発信します。警察や消防だけでなく、地域全体で捜索に協力して速やかに行方不明者を発見・保護する仕組みを整えています。

介護者の皆さんへ

行方不明になる可能性のある人の名前や特徴、写真などの情報を、事前に登録する取り組みを行っています。行方不明になった場合に協力機

行方不明者事前登録、協力事業者登録は 長寿介護課窓口まで!!



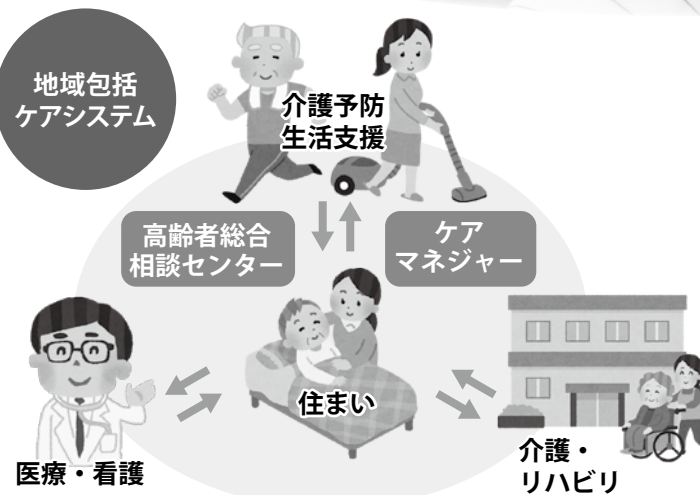
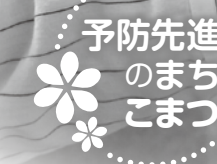
事業者の皆さんへ

行方不明者が発生したとき、業務に支障のない範囲で捜索にご協力いただける事業者を募集しています。

関への確かつ迅速な情報提供を行うために、事前登録をお願いします。

住み慣れた地域で暮らし続けるために

問い合わせ 長寿介護課 ☎24・8168



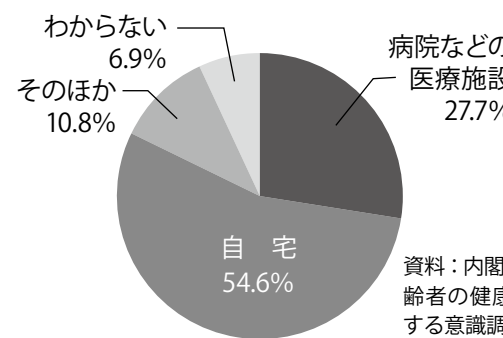
地域包括ケアシステムの構築

2025年には、団塊の世代が75歳以上となり、更なる医療・介護ニーズの増加とサービスの供給不足が懸念されています。そのため市では、病气・介護の予防に努めるとともに、介護や支援が必要になっても住み慣れた地域で暮らすことのできる包括的なサポート体制・地域包括ケアシステム(づくり)を地域の皆さんと共に創進しています。これにより、超高齢社会においても安心して住み慣れた地域で生活を送ることができるようづくりに目指しています。

「最期まで自宅で」という願いのために

人生の最期は自宅で迎えたいという人が多い一方、現状では約9割の人が病院などで亡くなっています。その背景には、家族の負担や「もう入院・入所しかない」という諦めがあります。しかし、現在在宅医療を行う医師が増加するなど、自宅で療養できる環境が整いつつあります。まずは、日々の診療や悩みを相談できる「かかりつけ医」をもつことが安心の第一歩です。自分や家族に医療や介護が必要になったとき、どのように暮らしていきたいのか、そしてどうすれば実現するのかを、かかりつけ医や高齢者総合相談センターに相談しながら考えてみましょう。

Q. 万一、あなたが治る見込みのない病気になった場合、最期はどこで迎えたいですか。



かかりつけ医に定期的に診てもらい、ちょっとしたことでもすぐに相談できて私も家族も安心です。自宅でも生活を続けられているのは、かかりつけ医の方のおかげです。

90代女性 H.Kさん

迅速かつ的確な治療を行うためにも、普段から医師とコミュニケーションを取ることを大切に。皆さんもかかりつけ医をもち、日常生活における疑問などを遠慮せず話して欲しいと思います。

かかりつけ医をもちましょう

在宅での介護や療養は何かと心配事が多いかと思えます。「かかりつけ医」はそうした不安を解消するため、日々の診療だけでなく、専門医の紹介、日常の些細な悩みを聞くなど多方面から患者さんをサポートします。



小松市医師会 会長 東野義信さん