

地域包括

支援センター

ニュース



清水町地域包括支援センター

ところ 清水町堂庭221-1 福祉センター内

でんわ 9 8 1 - 1 6 7 5

清水町地域包括支援センターは

清水町で在宅生活をしている高齢者の相談窓口です。

- ・主任介護支援専門員
- ・社会福祉士
- ・看護師
- ・介護支援専門員

これら専門職が協働して、高齢者の健康保持及び生活の安定のための支援を行います。

● ネットワーク

清水町地域包括支援センターは、「高齢者が住み慣れた地域でいつまでも安心して暮らすことができるよう支援すること」を目的としている「機関」です。

イメージでは介護に目が行きがちですが、目的である「安心して暮らす」ということは介護のみならず住宅・生活支援・医療サービス・権利擁護などを整備し充実させることが必要にな

ります。また、「地域」という視点では地域の関係機関・関係者との連携体制(ネットワーク)が重要になります。

清水町地域包括支援センターが取り組んでいるネットワークづくりは、「地域」にある行政機関(町・警察署等)、医療機関、介護保険サービス事業者、地域住民組織(シニアクラブ・自治会等)、その他機関(民生児童委員協議会・消費生活センター・銀行・郵便局等)が有機的に結びつき高齢者を面で支えることを目指しています。もちろん清水町地域包括支援センターもこのネットワークの一員です。清水町地域包括支援センターでは、清水町高齢者支援ネットワークを徘徊高齢者の見守り・搜索や虐待の早期発見に活用しています。

● 介護予防について

高齢期には、心身に様々な変化が生じますが、介護を必要とする状態にならないよう、元気づちから介護予防に取り組む

ことで、自立した生活が続けられます。

介護予防のポイント

①運動機能の低下防止

要介護状態になる主な原因は、生活不活発病による転倒・骨折などです。特に下半身の筋力低下を防ぐため、適度な運動を心がけましょう。

②低栄養に注意

筋肉量・筋力低下を予防するには、肉・魚・卵・大豆などのたんぱく質の摂取が重要です。欠乏すると、体力低下、寝たきりにつながります。

③口腔機能向上

口は健康の入口です。しっかりと噛んでおいしく食べることは、低栄養を防止し、元気に活動するための源です。また、飲み込む力が低下すると、誤嚥性肺炎につながります。毎食後の歯磨きと、よく噛んで食べることを習慣にしましょう。

④閉じこもり防止

閉じこもりの生活は、筋力低下・食欲低下・低栄養・寝たきり・うつ・認知症につながりかねません。外へ出る楽し

みを持ちましょう。

⑤認知症予防

活動的な生活は、脳の血流を良くします。また、高血圧や糖尿病など、血管を傷害される病気の管理をしっかりしましょう。

● 介護予防ケアマネジメント

について

介護予防ケアマネジメントは、介護予防の目的である「高齢者が要介護状態になることをできる限り防ぐ(遅らせる)」「要支援・要介護状態になってもその悪化をできる限り防ぐ」ために、高齢者自身が地域における自立した日常生活を送れるよう支援するものです。

介護予防の主役は高齢者のみならずです。でも自分や家族のことになると良くわからなくなってしまうたり、遠慮してしまったりすることはありませんか？そんな時こそ清水町地域包括支援センターに声をかけてください。地域の介護支援専門員にも

ご協力いただきながら、個別のケースに対応し、それぞれの介護予防・それぞれの健康維持・増進に、高齢者自身が主体的に取り組めるよう一緒に考えていきます。

「これまでの生活で大切にしてきたこと」「これからの生活に対する希望や願い」をぜひ私たちに教えてください。

認知症総合支援事業

清水町地域包括支援センターでは、いつでも認知症の相談を受けています。軽度認知障害(MCI)から軽度・中度・重度の認知症まで状態にあった支援を行っています。

認知症の方がいつまでも安心して住み慣れた地域で生活が続けられるように地域づくりをしています。



● 認知症 地域支援推進員

認知症地域支援推進員とは、認知症の方の状態に応じて必要なサービスが適切に提供されるように、医療機関や介護サービス、地域の支援機関との連携支援や、認知症の方やその家族を対象とした相談業務などを行います。

〈取り組み〉

- ・ 認知症の方やその家族の相談支援を行います。
- ・ 地域の方を対象に、誰にでも起こりうる身近な病気として認知症を理解していただくための活動を行います。(認知症サポーター養成講座等)
- ・ 認知症の方やその家族が、状況に応じて必要な医療や介護のサービス、介護者同士の交流会などの活動ができるよう、社会資源の整備やそれらをつなぐための支援を行います。

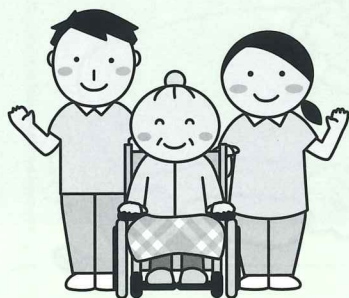
● 認知症初期 集中支援チーム

認知症が疑われる方や認知症の方及びその家族を、医療・福祉の専門職が訪問し、包括的、集中的に支援を行い、自立生活のサポートを行うチームです。

〈対象となる方〉

40歳以上で、清水町で在宅生活をされており、認知症が疑われる方または認知症の方で①または②に該当する方。

- ① 医療サービス・介護サービスを受けていない方または中断している方。
- ② 医療サービス・介護サービスを受けているが、認知症の行動心理症状が著明で対応に苦慮している方。



新任職員紹介



事務員 三並 恭子

はじめまして。
縁あって本年3月1日より清水町地域包括支援センターで事務員として働かせていただいております。

清水町介護予防・生活支援事業として、外出支援・寝具類洗濯乾燥消毒・軽度生活支援・見守り配食・緊急通報システム設置・紙おむつ給付・訪問理美容などの、高齢者在宅福祉サービスのご相談・申請代行手続きや、車いすの貸し出し業務を行っております。

まだまだ不慣れな点がありますが、人と人との繋がりを大切に、地域のみなさまのお役にたてるよう、笑顔でがんばってまいります。よろしくお願いたします。

成年後見制度について

認知症などによって、判断能力が不十分な方は、不動産や預貯金を管理したり、介護サービスや施設入所に関する契約を結んだりすることなど、自分で行うことが難しい場合があります。

また、判断できないことで、不利益になってしまう契約を結んだり、悪徳商法の被害にあつてもあります。そのような方を保護し支援するのが成年後見制度です。

清水町地域包括支援センターでは、町内の高齢者とその家族に対して、成年後見制度に関する情報提供や申立ての支援などを行っています。

高齢者虐待防止について

清水町地域包括支援センターでは、高齢者虐待防止の相談、対応を行っています。

下のチェックリストで、一つでもあてはまることがあれば、ご相談ください。

●高齢者虐待防止 気になるチェックリスト●

【高齢者本人の様子】

- 不自然な傷やあざがある
- 「殴られる」や「家に帰りたくない」と訴える
- 怯えたり、怖がったりする
- 無気力や諦め、投げやりな様子がある
- 極端に痩せてきている
- 周りの関わりを必要以上に拒否する
- 汚れた服を着ていたり、強い悪臭がする
- 「お金がない」と訴える



【介護者の様子】

- 介護疲れ、または、病気がある
- どなる声、たたく音、物を投げる音が聞こえる
- 高齢者に対して乱暴な言葉を使う
- 周りの関わりを必要以上に拒否する
- 「介護が辛い」と訴える

