

# 高齢者に関する総合相談窓口

大和・深谷・長島

 **0594-42-2119**

FAX:0594-41-0515

## 桑名市北部東地域包括支援センター

地域包括支援センターでは、専門職として主任介護支援専門員(ケアマネジャー)・保健師または経験のある看護師・社会福祉士が連携して、地域の皆様の介護や保健・医療・福祉など様々な相談に応じます！お気軽にご相談下さい。



最近、おばあちゃん。  
物忘れがあるわ。  
認知症かな？



この頃、こけそうになるから、  
ケガをする前に何か予防  
できる方法はないかな？

**まずはお気軽に、地域包括支援センターにご相談を！**



お風呂やトイレにお手伝い  
がいるようになってきたわ。  
どうしたらいいのかしら？



隣の家からけんかする声や大き  
な物音がするから心配です。  
どうしたらいいですか？



開所時間 8時30分～17時15分(土日祝祭日除く)  
※時間外の電話は、携帯電話に転送されます  
住所 〒511-1122  
桑名市長島町松ヶ島 66 番地  
デイサービスセンターほほえみ 2 階



# 通いの場に参加してみませんか？

地域の活動に参加することは健康にいいことばかりです。



よく笑うと、脳卒中や心疾患リスクが低くなる☆

人との交流が多いほど健康に良い☆



# さらに…通いの場を作ってみませんか？

地域の方が参加できる場所を作って、交流の輪を広げることができます。



★みなさんの力で地域を元気に★

北部東圏域にはたくさんの通いの場があり、多くの高齢者が担い手として活躍されています。しかし、もっともっと気軽に交流できる場を必要としている人がたくさんいます。みなさんが地域で活躍するサポーターとなっていただけるよう私達も全力でご支援させていただきます。

# 地域包括支援センターは自宅訪問を行っています！

桑名市は 65 歳以上の方を対象に健康維持に関する※アンケートを行っています。

## アンケート項目

- ①ご家族や生活状況
- ②からだを動かすこと
- ③食べること
- ④毎日の生活
- ⑤地域での活動
- ⑥たすけあい
- ⑦健康
- ⑧地域包括ケアシステム

アンケート結果をもとに、困りごとや生活状況を伺いに自宅へ訪問しています。



※アンケートとは：『桑名市介護予防・日常生活圏域ニーズ調査【いきいき・くわな】』のことです。

ご本人・ご家族・ご友人、どなたでも相談できます！

桑名市北部東地域包括支援センター 長島町松ヶ島 66 番地(☎42-2119)