

京田辺市地域包括支援センター あんあん だより



■ 特集記事 ■ 見開きページをご覧ください。

知っておきたい! ~介護保険を申請する前に~

認知症によりそう ~認知症ケアパス~



©92-237

京田辺市地域包括支援センターあんあんは、
高齢者のみなさんがいつまでも住み慣れた地域で
安心して暮らしていけるよう、介護・福祉・健康・
医療など、さまざまな面から支えるための市の機関です。
保健師、社会福祉士、主任ケアマネジャー等が連携し、
さまざまな相談に対応します。
こんなときには、「あんあん」にご相談ください。

- ・要介護にならないように予防したい
- ・介護、医療、福祉のサービスを利用したい
- ・認知症について相談したい
- ・成年後見制度について知りたい
- ・近所の高齢者の様子が心配

※あんあんの連絡先・所在地は裏面をご覧ください。

あんあんという愛称には「あんしんあんぜん」「あ〜ん」まですべてという意味が込められています

【お知らせ】

あんあんだより2号でご案内していた、老人福祉センター常磐苑の耐震工事が3月末にて終了します。これにともない、平成28年3月28日(月)から地域包括支援センターあんあん常磐苑が以前の住所(草内五ノ坪6)に移転します。詳しくは、裏面をご覧ください。

【ご案内】

介護予防体操「朝の光を浴びて」「京田辺とんちリズム体操」を老人福祉センター宝生苑ふれあいルームにて、月~金曜日(祝日を除く)12時から実施しています。

体を動かして心も体も軽くなりませんか?
みなさんのご参加をお待ちしています。



知っておきたい

～介護保険を申請する前に～

このコーナーでは、高齢者の方の「あんしんあんぜん」な暮らしに役立つ情報を発信していきます。

年齢を重ねることは、誰しもの通る道です。
しかし、皆初めて体験することで、不安に感じることも。
困りごとが出てきたらどうすればいいのでしょうか。一緒に考えましょう！

孤立

地域の集まりに参加できない。一人暮らしで家族も疎遠……。

健康

足腰が弱ってきた。
家事や外出がしんどい。物忘れがでてきた。

いつまで自宅で生活できるだろう……。

生活費や医療費を節約したい。

お金

住まい

Q：「介護保険を申請すれば、何とかできる??」

A：「介護保険は、介護が必要なときに適切なサービスを利用するためのもので、不安や困りごとが介護保険のサービスでは解決できないこともあります。」



いつまでも安心して暮らせるように介護保険やその他の福祉制度、高齢者のための民間サービス等があります。『相談』も活用できるサービスのひとつです。
～ 一人一人に応じたサービスやプランを一緒に考えていきましょう！ ～



「介護保険を申請しようか……」と思ったら、
まずはお近くの窓口でご相談ください。

- * 地域包括支援センター
- * 在宅介護支援センター
- * 居宅介護支援事業所
- * 病院の相談室

認知症によりそう



～認知症ケアパス～

このコーナーでは、認知症についてさまざまな角度からみなさんと一緒に考えていきます。

いつまでも住み慣れたわが家、わがまちで、暮らしていくために・・・
「認知症の進行状況」に応じて、「いつ、どこで、どのような相談やサービスを受けることができるのか」、わかりやすい資料をお探しのかた。
ケアの流れを示したリーフレット、『京田辺市認知症ケアパス』をご活用ください。

京田辺市認知症ケアパス

認知症の経過には個人差がありますので、必ずしもケアパスが示すとおりではありませんが、おおまかな目安として利用することができます。

元気な
とき

- ・ 日常生活で介護予防・認知症予防
- ・ 家事や趣味など自分の役割や楽しみをもちましょう。



発症期

- ・ 日時や最近のことが覚えられなくなり、自信喪失や抑うつになる場合も
- ・ 自分でできることが残っているので、周囲の見守りや声かけで支えましょう。



症状
多出現期

- ・ 家事や外出など日常生活に支援が必要になってくる。
- ・ 戸惑うような出来事が多くなり、家族も不安になる時期



身体症状
複合期

- ・ 排泄や更衣など多くの場面で介護が必要になってくる。
- ・ 言葉以外のサイン（表情、仕草など）を大切に関わりましょう。



終末期

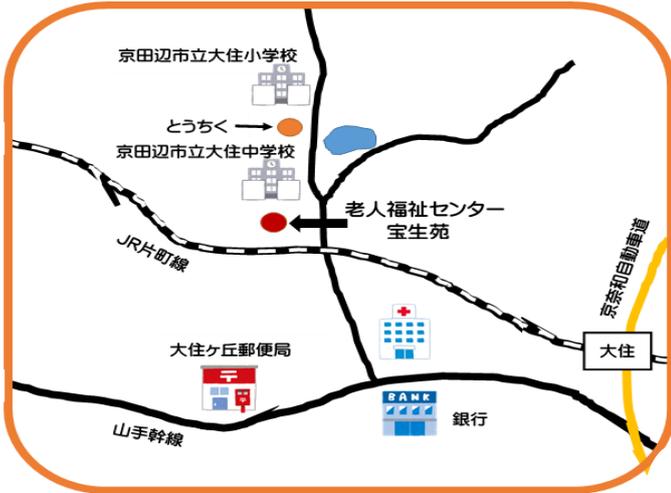
- ・ ほぼ全面的な介護が必要になる。
- ・ 本人の視点に立った医療や介護を家族で相談しておきましょう。



『京田辺市認知症ケアパス』は地域包括支援センターにあります。
また、京田辺市のホームページからダウンロードができます。

【平成28年3月28日～再開します。】

あんあん宝生苑

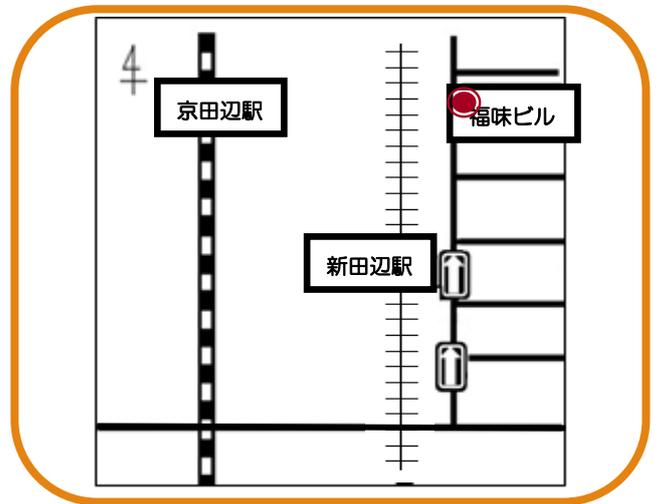


あんあん市役所



あんあん常磐苑（仮事務所）

【平成27年9月24日～平成28年3月25日】



あんあんへのご相談・お問い合わせはこちらへ

地域包括支援センター	住所・電話	担当地域
あんあん市役所	京田辺市田辺 80 Tel 63-1268	田辺、一休ヶ丘、薪、新田辺西住宅 新田辺東住宅、河原、興戸
あんあん常磐苑	草内五ノ坪 6 (工事期間中は、 移転しています) Tel 68-1310	草内、新興戸、飯岡、東、府営住宅、山本、高木、 二又、南山(東・西)、山崎、出垣内、江津、宮ノ口、 同志社、同志社山手、多々羅、普賢寺、水取、天王、 打田、高船
あんあん宝生苑	大住内山 7 Tel 68-0705	松井、西八、東林、岡村、三野、花住坂、松井ヶ丘、 山手(東・中央・南・西)、大住ヶ丘、健康村、健康 ヶ丘、大住飛地

開所時間；8:30～17:15
休業日；土、日、祝日、年末年始

相談は無料です。
まずは、お気軽にお電話ください。