

高齢者の身近な相談窓口 地域包括支援センターの紹介

地域の高齢者や家族が介護の悩みや疑問・生活上の心配ごとなどを相談できる総合的な相談支援の窓口です。社会福祉士・看護師・主任ケアマネジャー(主任介護支援専門員)などの保健医療・福祉の専門職が相談に乗り、地域で暮らす高齢者の生活を、さまざまな面から支援します。お気軽にご相談ください。

→高齢福祉課 ☎(042)321-1301

地域包括支援センター もとまち

7名のスタッフで
ご相談に対応します

場 東元町2-5-17
さわやかプラザもとまち1階
問 ☎(042)401-0035
担当区域 東元町・西元町・南町

地域包括支援センター こいがくぼ

一緒に考えて伴走できるような
サポートを心がけています

場 西恋ヶ窪1-50-1
にんじんホーム1階
問 ☎(042)300-6024
担当区域 泉町・西恋ヶ窪・東戸倉

地域包括支援センター ほんだ

6名の専門職員がいます
いつでもご相談ください

場 本多2-3-3
国分寺市商工会館3階
問 ☎(042)300-2339
担当区域 本町・本多・東恋ヶ窪

地域包括支援センター ひよし

不安なこと、分からないこと
何でもお気軽にご相談ください

場 日吉町4-32-6
うれしのの里1階
問 ☎(042)300-1405
担当区域 戸倉・日吉町・内藤

地域包括支援センター ひかり

ぶんバス「光公民館」で
降りてすぐのところまで

場 光町3-13-34
国分寺ひかり診療所3階
問 ☎(042)573-4058
担当区域 光町・高木町・西町

地域包括支援センター なみき

丁寧な対応を心がけています
お気軽にご相談ください

場 並木町3-12-2
至誠ホームミンナ1階
問 ☎(042)300-3702
担当区域 富士本・新町・並木町・北町

高齢者虐待かも…と思ったら迷わず通報・相談を

市では9月15日から21日の老人週間に合わせ、虐待防止に係る普及啓発を行います。介護をしている家族などが心身ともに疲労し、追い詰められ、その結果、自覚のないままに虐待をしてしまっていることも少なくありません。虐待は誰にでも起こりうる身近な問題です。

- 身体的虐待 殴る蹴るなどの暴力を加える、ベッドに縛り付けるなど行動を制限する
- 心理的虐待 著しい暴言、無視する、その他心理的外傷を与える言動
- 性的虐待 わいせつな行為をする、強要する、排泄の失敗に対する罰として下半身を裸にして放置する
- 経済的虐待 財産を不当に処分する、日常生活に必要な金銭を渡さない、年金や貯金を本人に無断で使う
- 介護・世話の放棄・放任(ネグレクト) 食事を与えず衰弱させる、介護・世話をしない、劣悪な環境で生活させる

「虐待かも」と思われる行為を見聞きした場合は、迷わず、地域包括支援センター又は市役所高齢福祉課窓口へお知らせください(匿名による通報・相談可)。秘密は固く守られます。

高齢福祉課

いずみプラザ1階と市役所第2庁舎に相談窓口を設置しています。

■各地域包括支援センター

開所日時 月～金曜日8:30～19:00
土曜日8:30～17:00
※祝日・年末年始を除く

■高齢福祉課 相談窓口

開庁日時 月～金曜日8:30～17:00
※祝日・年末年始を除く

地域包括支援センターのイベント

→高齢福祉課 ☎(042)321-1301

認知症サポーター養成講座

9月27日(水)10:00～11:30 至誠ホームミンナ(並木町3-12-2)

対 市内在住・在勤・在学・在活の方
内 認知症に関して正しい知識を持ち、認知症の方や家族を温かく見守る応援者(サポーター)になりませんか
講 地域包括支援センターなみき職員 定15人(先着) 持筆記用具
申 9月15日(金)から電話で地域包括支援センターなみきへ
問 同センター ☎(042)300-3702

元気力おためし会 (ひかり・なみき合同体力測定) 地域で取り組むフレイル予防

10月11日(水)13:30～15:00 ひかりプラザ(当日直接会場へ)

対 市内在住でおおむね65歳以上の方
内 自分では気づきにくい老化のサインを簡単な問診と測定でチェック。歩行姿勢も測定できます
問 地域包括支援センターひかりへ ☎(042)573-4058 注 動きやすい服装・靴で参加

転倒予防教室 転ばない体づくり 姿勢について学ぶ

10月12日(木)10:00～11:30 内藤地域センター

対 市内在住でおおむね65歳以上の方
内 みんなで楽しく体を動かしながら、転ばない姿勢づくりを学びましょう
講 穴倉俊晴さん(杉原整形外科クリニック理学療法士) 定15人(先着)
申 9月15日(金)から電話で地域包括支援センターひよしへ
問 同センター ☎(042)300-1405 注 動きやすい服装・靴で参加

認知症の人を 支える家族懇談会

ほっ!
とできる場

対 認知症の人を介護している方、介護を経験した方
日 10月2日(月)13:30～16:00
場 いずみプラザ(当日直接会場へ)

→高齢福祉課 ☎(042)321-1301

10月のおれんじCafe

対 認知症の方やその家族、地域の方
→高齢福祉課 ☎(042)321-1301

おれんじCafeにんじん

日 4日・18日(水) 時 14:00～16:00
場 ①リハセンターにんじん・健康の駅(西元町2-16-34)(当日直接会場へ)②オンライン
料 ①100円
申 ②電話または ☎hiroba@ninjin.or.jpで介護老人保健施設にんじん健康ひろば ☎(042)329-2581へ

おれんじCafeサンライト

日 10日・24日(火) 時 13:00～16:00
場 特別養護老人ホームサンライト(西町1-31-2)(当日直接会場へ)
料 100円 問 ☎(042)595-7351