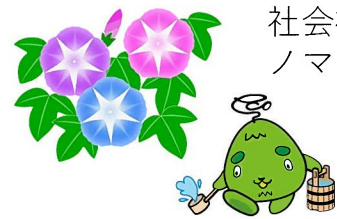


札幌市西区第3地域 包括支援センター

2022年夏号

社会福祉法人
ノマド福祉会



地域包括支援センターは地域に住む高齢者の総合相談窓口です。

6月は雨の日が続き、まるで梅雨のような天気でした。北海道には梅雨はないと言われていますが、この様子では蝦夷梅雨という言葉が定着するかもしれませんね。発寒地域の皆様におかれましては、いかがお過ごしでしょうか。

札幌はすっかり花の季節となり、家々の庭には様々な花が咲き誇り、私たちの目を楽しませてくれます。札幌を離れば、富良野のラベンダーや雨竜町のひまわり畑、もう少し足を伸ばせば小清水町の百合などがあり、これからの北海道は花の名所がたくさんあります。来年オープン予定の日本ハムの新球場には3つのガーデンが併設され、195種、24,800株の植物が植えられるそうです。野球観戦と一緒にお花の鑑賞も楽しめそうですね。

当センターにおいては、昨年度分を取り戻す意気込みで積極的に皆さまの前に出向き、介護予防や権利擁護の活動を行いたいと考えております。暮らしや健康、介護の相談、また地域の困りごとの解決に向けて、地域の皆様と一緒に考えていければと思っています。ぜひ、お気軽にご相談ください。

地域包括支援センターって何をするの？



地域包括支援センターには、社会福祉士、保健師、主任介護支援専門員等が配置され、高齢者の困りごとの解決に向け、様々な活動をおこなっています。



総合相談受付

高齢者に関する様々な相談を受け、解決に向けた取り組みを行っています。ご相談の際は直接お越し頂くかお電話、必要に応じて職員がご自宅までお伺いしています。

権利擁護

高齢者の人権や権利を守るため、成年後見制度のご相談や高齢者を狙った詐欺に対する予防啓発、高齢者虐待の早期発見のための相談窓口業務も行っています。

包括的・継続的ケアマネジメント支援

高齢者が住み慣れた地域で安心して暮らせるよう、地域住民のみなさま、地域関係者、福祉関係者、医療関係者などと協力しやさしいまちづくりを目指しています。

介護予防の取り組み

介護保険が要支援1、2と認定された方や要支援・要介護になるおそれのある方に対して、心身状態の維持や改善、悪化を予防するための取り組みを行っています。

～ 介護保険サービスについて ～



要支援または要介護認定を受けられた場合、介護保険サービスを利用する事が出来ます。利用にあたってはケアマネジャーや包括支援センターがケアプランを作成する必要がありますので、居宅介護支援事業所や包括支援センターまでご連絡ください。

ホームヘルパー
ホームヘルパーが自宅を訪問し食事・入浴・排せつなどの介護や調理、掃除などの生活支援を行います。



福祉用具・住宅改修
ご自宅などで必要な歩行器や手すりなどの貸与が受けられます。また、自宅の手すり取り付けなどの改修を行う事が出来ます※改修には事前申請が必要です。



デイサービス
施設などに通い、入浴や日常訓練、レクリエーションなどを受ける事が出来ます。



その他訪問サービス（看護、リハビリ）、通所リハビリ、ショートステイなどが利用できます。具体的なサービスや介護保険制度については、包括支援センターや居宅介護支援事業所へお問い合わせください。



熱中症予防のため屋外ではマスクを外しましょう！



長いコロナ禍生活ですっかりマスクが習慣となりましたが、熱中症予防のため人と距離をとり、会話のない場合はマスクを外しましょう。

エアコン使用中も換気

扇風機や換気扇を併用し2か所開ける

水分補給

1日1.2Lを目安に汗をかいた時は塩分も忘れずに



体調管理

暑くなり始めの時期から適度に運動しましょう！

暑さをさげましょう

涼しい服装で日傘や帽子を！



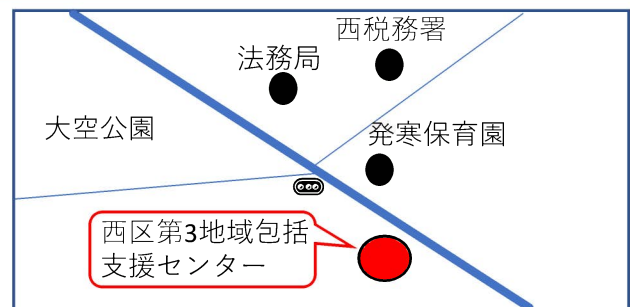
ご相談・お問い合わせ



札幌市西区発寒3条1丁目2-25
ヒロガミビル1階

☎011-671-8200

E-mail : n3houkatu@outlook.jp



インターネットでも相談できます!!

スマホなどでQRコードを読み込むか、アドレスを入力してください。

<https://forms.gle/95FQjrWjW2v8HMfV7>

