

高齢者のことで困った時は ご相談ください！

主任ケア
マネージャー

保健師等

社会福祉士



深川・俵山
地区

長門市 地域包括支援センター
(長門市役所 高齢福祉課)
☎ 23-1244

日置・油谷
地区



長門市西 地域包括支援センター
(油谷保健福祉センター)
☎ 33-2020

通・仙崎
三隅地区



長門市東 地域包括支援センター
(地域医療連携支援センター1階
長門市応急診療所併設)
☎ 27-0410



地域包括支援センターに行けない時は・・・

体調が悪いなど地域包括支援センターへ出向くことが難しい場合は、
地域包括支援センターの職員が訪問することもできます。
お気軽にご相談ください。



介護予防の取り組み

いきいき百歳体操グループ支援

高知県発祥の手首・足首におもりを装着し、椅子に座ってゆっくり行う体操です。

- <対象> 概ね5名以上のグループ
- <内容> いきいき百歳体操を行う自主グループを支援します

健幸出前講座

- <対象> ・自治会やグループ等、地域での希望も大歓迎です
- <内容> ・転倒予防（体力チェック・体操）
・脳活性の秘けつ
・フレイル予防
・権利擁護（遺言・相続・成年後見制度）等

認知症に関する取り組み

認知症相談会

- <日時> 毎月第4水曜日（9：00～11：30）
 - <場所> お住まいの各地区の包括支援センター
- ※要予約

認知症サポーター養成講座

集いの場に講師を派遣し、60～90分程度の講座を行います。認知症について正しく知り、接し方や見守りの方法を学びます。

認知症カフェ

認知症の人やその家族、地域の人等誰でも参加できます。情報交換や脳活性の活動等を行い、居心地のいい時間を過ごしませんか。

- おいで～家カフェ
- <日時> 毎月第2金曜日（10：00～12：00）
- <場所> 長門市市民活動支援センター
- <参加費> 100円

- オレンジカフェ うさぎ
- <日時> 毎月第3土曜日（10：00～12：00）
（4月は第4土曜日、6月・8月は第5土曜日）
- <場所> おしゃべりカフェ うさぎ
- <参加費> 200円

認知症初期集中支援チーム

認知症の人やその疑いがある人に対し、よりよい医療や介護サービスにつながるよう認知症サポート医と医療・福祉・介護の専門職がチームとなり支援します。

GPS（位置情報サービス）による見守り支援

- <対象> 40歳以上で徘徊行動の恐れがある人を介護されている市内在住のご家族等
- <補助> 購入またはレンタルの初回支払い分の費用 上限2万円

その他の取り組み

食の自立支援事業

調理や食材調達が困難な65歳以上のひとり暮らし、または高齢者のみの世帯の方に必要に応じてお弁当の配達と安否確認を行います。

- <個人負担金> 650円/食（課税世帯）
400円/食（非課税世帯）

家族介護用品支給事業

- <対象> 市内在住の要介護4または5の方を介護している住民税非課税世帯の家族に、上限8,000円/月の紙おむつなどの介護用品を支給します。