

高齢者の困りごとは 地域包括支援センターに ご相談ください!

生活のお困りごとはありませんか?解決のお手伝いします!

主任ケアマネジャー

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1階 高齢福祉課)
TEL **23-1244**



日置・油谷
地区

長門市**西**地域包括支援センター
(YYふれあいセンター)
TEL **33-2020**



通・仙崎
三隅地区

長門市**東**地域包括支援センター
(長門市応急診療所併設)
TEL **27-0410**

営業時間

平日8時30分~17時15分

※平日17時15分以降、土日祝日及び年末年始は当直(Tel22-2111)までご連絡ください。

地域包括支援センターの取り組み

介護予防の取り組み

いきいき百歳体操

子どもから高齢者まで誰でもできる、おもりの使った筋力運動です。ぜひ各地域包括支援センターへご連絡ください。

水中ウォーキング教室

プールで行う水中運動です。浮力があるので膝や腰への負担が少なく運動できます。参加応募は市広報「知っちよこ」をご覧ください。



健幸出前講座

地域の集まり等で、転倒予防や脳活性、終活などに関する講座を行います。
※無料

認知症に関する取り組み

認知症サポーター養成講座

認知症について正しく知り、接し方や見守りの方法を、60～90分程の講座で学びます。

認知症相談会

日時：毎月第4水曜日(9:00～11:30)
場所：各地区の地域包括支援センター
※要予約

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し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

家族介護用品支給事業

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。



食の自立支援事業

見守りが必要で、調理や食材の調達が困難な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、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)



認知症カフェ



認知症の人やその家族、地域の人など、どなたでも参加できます。参加者同士で交流し、脳活性の活動等を行って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4木曜日
(10:00～12:00)

場所：YYふれあいセンター
多目的交流ホール②

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)

場所：おしゃべりカフェ うさぎ
(東深川991-13)

参加費：200円

★オレンジカフェ モモとまめの木

日時：毎月第1水曜日
(10:00～12:00)

場所：モモとまめの木
(三隅上5109-1)

参加費：200円



その他長門市の
取組はこちら(市HP)

