



バックナンバー



発行：柏市在宅医療・介護多職種連携協議会 啓発・広報部会 編集：柏市地域医療推進課 制作：白玉社 9月・3月年2回発行

もっと知って
ほしい!!

ち い き ほ う か つ し え ん 地域包括支援センター

ホーカツくんとわがやくん

① うーん
地域包括支援センター
どうすれば、もっとみんなにボクのこと知ってもらえるかな～

② 地域包括支援センター
ねえねえ、わがやくんボクってどんなイメージ?
介護や在宅医療で困ったら相談ができる場所?

③ ハア
地域包括支援センター
そう! 困ったときに頼れる相談先だよ
でもね、困りごとを抱えていなくてもみんなをサポートしていること知ってほしいんだよね～

④ と、いうことで!
地域包括支援センター
今号は、地域包括支援センター特集です!!

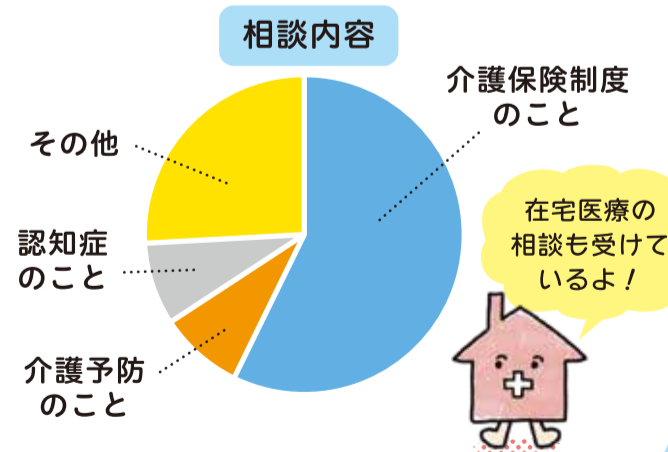
地域包括支援センター (ホーカツくん)

地域包括支援センター(通称「ほうかつ」)は、市内13か所にあって、地域にお住まいのご高齢のかたの“健康”と“暮らし”を守るために、必要なサポートをしているよ。

「ほうかつ」のスタッフは、保健師・社会福祉士・主任ケアマネジャーといった福祉の専門家の人たちだから、とっても頼りになるんだ。



令和4年度 相談件数
約15,000件



「ほうかつ」では、介護や在宅医療、健康のことまで、様々な相談に応じ、地域のかたが安心して暮らせるためのサポートをしています。

困りごとを抱えたご高齢のかたはもちろん、“元気な人”や“今は困っていない人”にも、ぜひ知っておいて欲しい存在が「ほうかつ」です。

「ほうかつ」の歩き方 ~住み慣れた地域で暮らしていくために~

フレイル予防

いつまでも健康でいるために

フレイルとは、年齢を重ねて、心身の機能が衰え始める状態を意味します。“お茶や汁物でむせることがある”、“疲れやすくなった”、“外出の回数が減った”といった状態は、フレイルに近づいているサインかもしれません。

いつまでも健康でいるために、元気うちから「ほうかつ」と一緒に予防に取り組んでみませんか？



フレイル予防はどこでできるの？

まずは、誰でも気軽に参加できる予防教室から始めてみては。お問合せは地域の「ほうかつ」まで



気軽に楽しくフレイル予防体操

チームワークで皆さんの生活を支えます

「ほうかつ」では、ご高齢のかた誰もが、その人らしくいきいきと暮らすためのお手伝いをしています。元気なかたはより元気になるように、介護が必要になったかた、認知症のかたやそのご家族などは、民生委員や地域のふるさと協議会、介護や医療の専門職、法律の専門家と連携をとりながら、みんなで皆さんの生活を支えます。

「ほうかつ」には介護予防に関する情報もあるので、お気軽にお立ち寄りください。



北柏地域包括支援センター 大島庸子さん

ホーカツくんって頼りになるね！

ボクの活躍を見てみて！



認知症サポート

認知症になっても安心して暮らすために

「ほうかつ」では、認知症のかたや介護者が安心して暮らしていけるよう、様々な取り組みをしています。

例えば、認知症のかたや介護者にとっての息抜きや集いの場として、「かしわオレンジ介護者交流会&ホットカフェ」を開催しています。リラックスした雰囲気の中で、気分転換や悩みの分かち合い、情報交換などを行っていますので、気兼ねなくご参加ください。

「かしわオレンジ介護者交流会&ホットカフェ」についてはこちらから



交流会の様子

他にもこんな取り組みをしています

- 成年後見制度活用のサポートや高齢者虐待防止への取り組み
- 地域で支えあいの仕組みづくり(支援者のネットワークづくり)
- 必要なサービスや制度の紹介など…



information

「ほうかつ」についての詳しい情報やお住まいの地域の担当センターはHPからご覧いただけます！



地域包括支援センターは、介護保険法によって定められた施設で、地域住民の心身の健康の保持、生活の安定のために必要な支援をすることを目的とし、市から委託された法人等によって運営されています。

わがやクイズ！

「ほうかつ」でフレ○○予防

ヒント いつまでも健康でいるために

正解者の中から抽選で10名様に図書カード500円分をプレゼントします。右記の応募方法の必要事項をご記入のうえ、お送りください。

*当選者の発表は、賞品の発送をもって代えさせていただきます。

クイズの応募方法

①～⑦の必要事項をご記入のうえ、郵送またはQRコードでご応募ください。

- ①氏名 ②住所 ③年齢 ④クイズの答え ⑤「わがや」の感想 ⑥「わがや」で取り上げてほしいテーマ ⑦「わがや」をどこで知りましたか？(例：ポストに入っていた等)

こちらから応募できます

【締切】令和6年4月30日(火) 必着

*在宅医療に関する個別の相談は、柏地域医療連携センター(TEL: 04-7197-1510)まで



【応募先】 柏市地域医療推進課 〒277-0845 柏市豊四季台1-1-118