

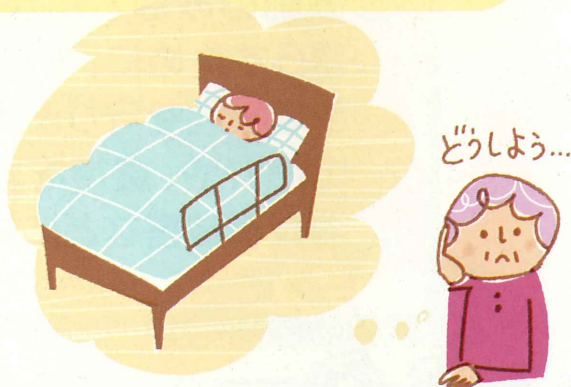
自立して生活できるよう支援します

●●● 介護予防ケアマネジメント業務 ●●●

寝たきりなどへの不安はありませんか？

健康な人でも、心身の機能を積極的に使わないと、しだいに衰え、筋力や心肺機能の低下、睡眠障害や認知症などの症状がでてくる場合があります。

そのままにしておくと、介護が必要な状態になるおそれがあります。そうならないために、みなさん自身で介護が必要な状態になるのを防ぐことが大切です。地域包括支援センターでは、地域支援事業を通して、みなさんの介護予防をお手伝いします。



やりたいこと、できるようになりたいことはありませんか？

一人で買い物にでかけたい、また料理を作れるようになりたい……など、みなさんが生活の中で実現したいことを目標に、できる限り在宅で自立した日常生活を継続できるよう支援します。いまできることはそのまま維持し、できないことも少しずつできるようにしましょう。



こんなときは？



要介護認定を受けていないのですが、その場合、地域包括支援センターは利用できないのですか？



高齢のみなさんは誰でも、地域包括支援センターを通じて介護予防の支援を受けられます。地域包括支援センターでは、介護予防に関する情報の提供をはじめ、地域の実情に合わせて、介護予防教室の立ち上げなどを支援します。必要と判断されたら、運動器の機能向上や認知症予防などの支援も受けられます。まずは一度、足を運んでみてください。