

# 高齢者と家族の身近な相談窓口 すまいるサポートセンター

(一宮町地域包括支援センター)



すまいるサポートセンターは、高齢者の皆さんが、住み慣れた地域で安心して生活を続けられるように支援を行う相談窓口です。介護をはじめ福祉、医療などさまざまな面から支える地域の拠点として一宮町保健センターに設置されています。相談は無料です。お気軽にご相談ください。



「こんなとき」は...

**すまいるサポートセンターへご相談ください。**  
保健師、社会福祉士、主任介護支援専門員が対応します。



## TEL: 40-1055

### こんな仕事をしています

#### お気軽にご相談ください

- 介護に関する相談、健康づくりに関する相談などお気軽にご相談ください。
- 必要なサービスや制度の紹介などを行います。

#### みなさんの権利を守ります

- 財産の管理に関すること、高齢者の虐待防止や早期発見に関することなど、高齢者の権利を守ります。
- 権利擁護に関する制度の紹介や関係機関との連絡などを行います。



#### 介護予防プランを作成します

- 介護が必要な状態にならないように、健康づくりや介護予防を支援します。
- 生活機能が低下している人、要支援1・2と認定された方の自立に向けたサービス利用を支援します。

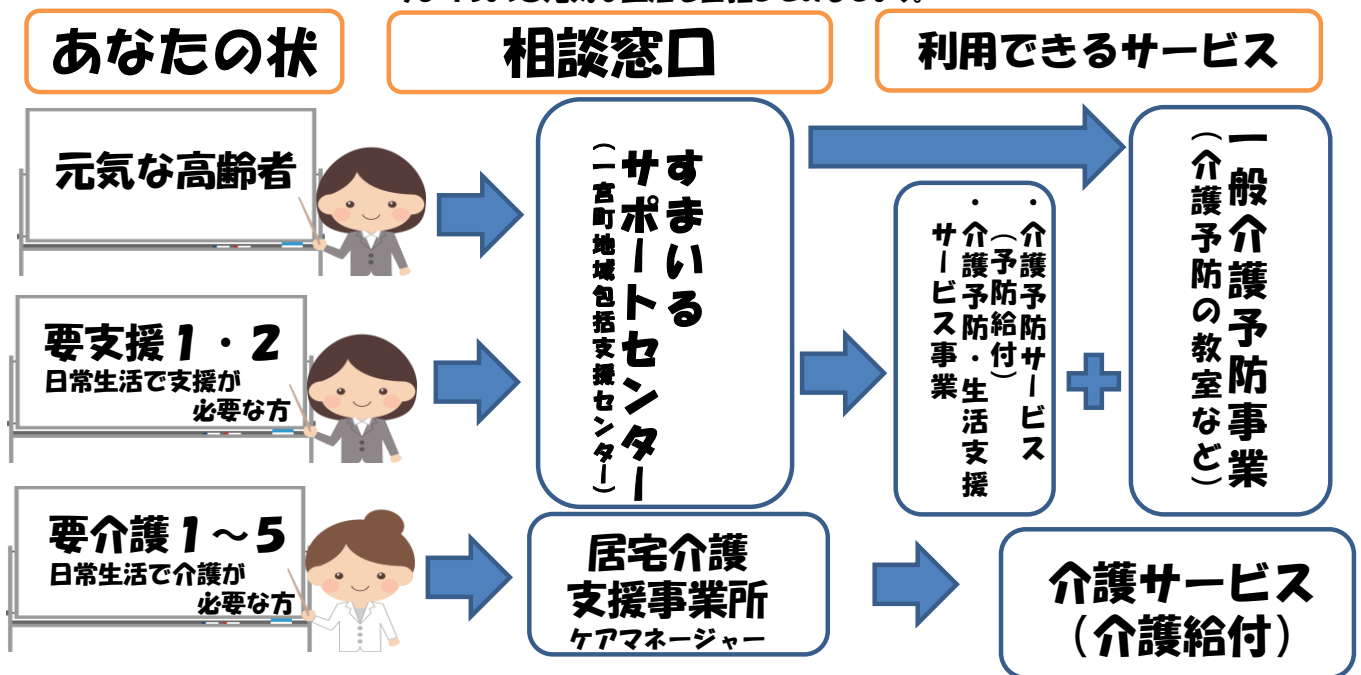


#### 高齢者が暮らしやすい地域づくりに取り組みます

- 役場や医療機関、介護保険事業所、地域の民生委員・児童委員、社会福祉協議会などと協力し、高齢者が暮らしやすい地域づくりに取り組みます。
- 地域の方とも連携して、高齢者の支援に努めます。

# 元気な方から要支援・要介護の方まで

高齢者のそれぞれの状態に合わせて相談窓口や利用できるサービスがあります。  
今よりちょっと元気な生活を目指してみましよう。



## 一般介護予防事業の紹介

\*いつまでも元気に生活するための情報提供や、介護予防に関する教室を行います。

教室名	会場	内容
けんこう運動	保健センター	筋力アップ体操・レクリエーション・音楽療法などを行います
東浪見けんこう運動教室	東浪見コミュニティーセンター	
脳いきいき教室	保健センター	認知症予防のための講義、運動、作業などを行います。

\*介護予防のための地域での活動に対して必要な支援を行います。

教室名	会場	内容
介護予防教室	各地区集会所等	介護予防推進員による出張教室を行います

## 介護予防・生活支援サービス事業の紹介

\*要支援1～2の方、「介護予防のための基本チェックリスト」で生活機能低下が見られた方を対象に、すまいるサポートセンターの職員と一緒に介護予防の目標などの計画を立てて、目標の達成を目指してサービスを利用します。

教室名	会場	内容
はつらつ教室	保健センター	運動機能向上のためのストレッチ、筋力アップ体操などを行います。
楽トレ倶楽部	フィットネスエクスプレス3030一宮	

\*いずれのサービスを利用する場合も、保健師・社会福祉士・主任介護支援専門員などとよく相談し、自分にあったサービスを利用しましょう。