

住み慣れた地域で いつまでも私らしく 立川市の高齢者施策



市は、皆さんがより長く地域で生活を続けられるよう、高齢者の暮らしや健康に関するさまざまな施策に取り組んでいます。

地域福祉市民フォーラム スマホを使って、スマート生活！ ～これからの時代は、スマホ時代。 SNS活用術を学びましょう

「お金をためる」「健康を維持する」「コミュニティを広げる」などがテーマの講演会。スマホを賢く使って豊かな生活を送るためのヒントを学びます。手話通訳、車いす席あり。直接会場へ 時10月29日(出)午後1時30分～4時 場女性総合センター 定180人(先着順) 高年齢福祉課在宅支援係・内線1479



医師と市民の懇談会 ～かかりつけ医と上手に付き合うために

「かかりつけ医って?」「訪問診療とは?」「新型コロナウイルス感染症の予防」などについて、医師と自由に話し合います。はごろもまちなつとカフェ「よろず相談室」が主催 時10月18日(火)午後2時～4時 場柴崎学習館 師ふれあい相互病院医師・藤井幹雄さん 定20人程度(申込順)



立川市訪問看護連絡会・船津さん ☎080(5595)0272 へ 高年齢福祉課介護予防推進係・内線1471

まちなつとカフェ「よろず相談室」 ～だれでも立ち寄れる居場所

暮らしや健康に関する相談事を、気軽に立ち寄って話せます。ブーゲンビリア(女性のがん患者会)、にしき傾聴クラブ、立川市訪問看護

連絡会、多摩ホスピスの会が週替わりで相談に応じます。直接会場へ 時毎週木曜日(第4週は水曜日)、午後1時～3時 場まちなつとカフェ(羽衣町2-39-16)

立川市訪問看護連絡会・船津さん ☎090(4228)4464、高年齢福祉課介護予防推進係・内線1471

出張 暮らしの保健室

訪問看護師や薬剤師が、市民の方が所属するサークル等へ出張相談に伺います。在宅医療や介護、服薬、持病のことなど、なんでも一緒に話しましょう。開催を希望する場合はご連絡ください。また、開催の予定は「広報たちかわ」等に掲載します。

高年齢福祉課介護予防推進係・内線1471、お近くの地域包括支援センター(下表)

かかりつけ医等によるもの忘れ相談

認知症の早期発見のために、地域の連携医療機関で初期相談ができます。問診などを通して、認知症の治療が必要かどうかを医師が判定します。



対象=65歳以上の市民で、認知症と診断されていない方 申込方法=市内18の医療機関の中から相談を受ける医療機関を選び、高年齢福祉課へ電話で知らせてください(医療機関は市ホームページをご覧ください)。その後、「相談連絡票」を記入し、相談日時を医療機関に予約してください。相談は無料(年1回)です。治療や検査には費用がかかります。

高年齢福祉課介護予防推進係・内線1471

体操をしたい方々を応援します

「自分たちで体操をしたいけれど、どんな体操をしていいかわからない」という団体に、市が体操指導者を派遣します。



対象=次のすべてに該当する団体▷65歳以上を含む市民3人以上が所属している▷週1回1時間を目安として、市が推奨する体操(たちかわ健康体操とラジオ体操第1)に6か月以上取り組む意向がある▷会場を自分たちで確保している▶支援内容=▷体操指導者を無料で7回派遣します▷体操のテキストとしおりを差し上げます▷構成員のみで体操できるCDまたはDVDを貸与します▷初回と6か月ごとに体力測定をします

高年齢福祉課介護予防推進係・内線1471へ

認知症あんしんガイドブック ～認知症ケアパス第2版を発行

認知症ケアパスは、認知症の疑いから発症、その進行とともに変化していく状態に応じて、どのような医療や介護などの支援を受ければいいのか、大まかな目安を示したものです。



市役所の窓口、地域包括支援センターなどで必要な方にお渡ししています(郵送はしていません)。

高年齢福祉課介護予防推進係・内線1471

介護保険・高齢者のサービスに関するご相談は…

在宅での介護や在宅医療に関することは、お近くの地域包括支援センターや福祉相談センターにご相談ください。

お気軽にご相談ください



北エリア担当・水村さん 中エリア担当・國重さん 南エリア担当・兵藤さん
認知症地域支援推進員
(在宅医療・介護相談窓口担当)

| 名称 | 電話番号 | ファクス | 担当地域 | |
|------|--------------------|------------|--------------|--------------|
| 南エリア | 南部西ふじみ地域包括支援センター★ | ☎(540)0311 | Fax(548)1747 | 富士見町、柴崎町 |
| | 南部東はごろも地域包括支援センター | ☎(523)5612 | Fax(523)5613 | 羽衣町、錦町 |
| 中エリア | 中部たかまつ地域包括支援センター★ | ☎(540)2031 | Fax(522)1636 | 高松町、曙町、緑町 |
| | 北部東わかば地域包括支援センター | ☎(538)1221 | Fax(538)1222 | 若葉町、栄町 |
| 北エリア | 北部中さいわい地域包括支援センター★ | ☎(538)2339 | Fax(538)1302 | 幸町、柏町、砂川町、泉町 |
| | 北部西かみすな地域包括支援センター | ☎(536)9910 | Fax(536)9953 | 上砂町、一番町、西砂町 |

| 名称 | 電話番号 | ファクス |
|--------------|------------|--------------|
| にしき福祉相談センター | ☎(527)0321 | Fax(527)0322 |
| かみすな福祉相談センター | ☎(537)7799 | Fax(536)7182 |
| にしすな福祉相談センター | ☎(531)5550 | Fax(531)3451 |

★のセンターには、認知症地域支援推進員(在宅医療・介護相談窓口担当)を配置しています