

こんにちは 保健師です

早来庁舎住民生活課住民サービスグループ保健師の編田です。

業務の内容は、高齢者の支援等を行う安平町地域包括早来相談センター業務、介護認定の申請をされた方の訪問調査や介護予防事業を主に担当し、妊娠届出時の母子手帳交付、乳幼児、成人保健、福祉医療、介護等の窓口相談・支援について、健康福祉課担当者と連携を図りながら仕事をしています。

私こと、毎年冬になると一度は転倒し、体力的なダメージを受けることもあることから筋肉トレーニングの必要を感じウオーキングを楽しむようになりました。

先日は、東大雪の道ウオーキングに参加し旧国鉄土幌線

コンクリートアーチ橋梁群を見ながら雨上がりの森林の中を歩く機会があり、とても気持ち良かったです。町民の皆さんとお話をしながら健康・体力づくりをお手伝いできたらと考えています。

今回は、私の主な業務である「安平町地域包括支援センター」についてご紹介します。同センターは、町内に2か所設置されていることをご存知ですか？

地域包括支援センターとは

これは平成18年介護保険法の改正時に各市町村で設置されました。介護に関するだけでなく、高齢者が安心して住み慣れた安平町で暮らせるように、できるだけ介護が必要な状態にならないよう、地域の社会資源（老人クラブ参加や運動教室・プール利用等）を活用して自立生活の支援と皆さんの悩みや心配事（介護・健康・医療・福祉等）の全体を見通して対応し高齢者や家族を支援する機関です。

こんな業務をしています

①総合相談・支援

高齢者や家族、近隣に暮らす方の相談に応じて、介護保険や福祉のサービスについてさまざまな制度や地域の資源を活用して総合的な支援を行いますので、介護・健康・福祉・医療など何でもご相談ください。



②予防マネジメント

支援や介護が必要となる可能性のある方や自立している方などは、町が主催する介護予防事業が利用でき、自分らしく自立して生活ができるように支援します。

支援や介護が必要となる可能性のある方には、介護を必要とする原因や予防方法を学び、元気なうちから実践・予防する取組みの「元気ピンピン教室」、自立している方には「腰しゃんしゃん教室」を開催しています。

生涯自分の足で歩き続けるため、外に出かける機会とし



さんが持つ様々な権利を守る取り組みをしています。

④ケアマネージャー等への支援

介護サービスプランを作成するケアマネージャー（介護支援専門員）さんからの相談を受け、助言・地域の中でのネットワークづくりを行っています。

気軽に相談ください♪

介護保険や福祉サービス、健康等に関することをどこに相談していいかわからないと聞くことがあります。例えば、どんな運動教室があるの、介護サービスを利用したいが、どうすればいいのか。認知症の親の対応について等困った時は一人で抱え込まず、ぜひ、地域包括支援センターにご相談ください。

問合せ

安平町地域包括支援センター
☎254555
早来相談センター
☎22940