

## ⑤ 「生活支援」のポイント

生活上の困りごと、地域の課題は地域によって様々です。困りごとは個人や地域のみならずの力で解決できることもあります。

自分自身の困りごとや地域の課題について考え、地域全体で「お互いさま」の気持ちで「支え合い」ができる地域づくりに取り組むことが大切です。

### ●例えば…

#### (地域の悩み)

買い物に行くにも移動手段がない…。そんな高齢者の方が増えてきた。

#### (地域での解決)

週に1回、有償ボランティアで車を出し、買い物ツアーを実施。顔見知りも増え、見守りにもつながる。

#### (地域での解決)

地域にある商店が、決まった時間と場所に出向いて商品販売を行う。定期的に行う事で、交流の場にもなる。

課題や悩みは地域によって異なります。また、その解決方法も地域によって様々。将来のため、この機会に考えてみませんか？

### ●その第一歩として

武雄市では「生活支援コーディネーター」を配置し、「協議体」を設立しました。

#### (協議体の役割)

協議体の主な活動としては、地域の仲間同士で、定期的な情報交換を行う会議で地域のニーズや課題を把握し共有しながら、地域づくりを進めていきます。

#### (生活支援コーディネーターの役割)

- 市内の地域資源の把握や先進地等の情報収集
- 生活支援サービスの担い手の発掘・養成
- 地域に不足するサービスの創出
- 関係者間の情報共有とネットワークづくり

平成29年度より武雄市生活支援コーディネーターの委託を受けました、林と諸岡です。生活支援コーディネーターとは、簡単に言うと武雄市にお住まいの皆さんが、いつまでも住み慣れた自宅や地域で過ごすことができるように、困ったことがあれば武雄市と協力して解決していくことが役割です。まずは皆さんの地区を回り、いろいろな方々のお話を聞きながら、お困り事がないかを探していこうと思っっています。私たち二人だけで頑張っても成功しないと思いますので、ぜひ武雄市民の皆さんの声を聞かせていただき、ご協力をお願いいたします。



武雄市生活支援コーディネーター (地域支え合い推進員)

## あなたの質問や声を聞かせてください！

～「地域包括ケアシステム」出前講座いたします！～

「地域包括ケアシステムってなんだろう？」「これから地域でどんなことをしたらいいの？」「こんな地域にしたい！」「こんなサービスがあったらいいな」など、皆さんの声を聞かせてください。

地域包括支援センターの職員と生活支援コーディネーターが、あなたの地域におじゃまします。

お問い合わせ 健康課たっしゃか係 (武雄市地域包括支援センター) ☎0954-23-9135

## ② 「住まい」のポイント

いきいきと生活し続けるために住まいをどうすればいいのか考えてみましょう！あらかじめバリアフリーにしたり、住み替えるという選択もあります。

### ●自宅に住み続けるための工夫

スロープや手すりをつける事によって、介護や医療が必要な状態になっても住み続けることが可能となります。

介護保険サービスや武雄市高齢者福祉サービスによる住宅改修の補助もあります。詳しくは 健康課たっしゃか係 (☎0954-23-9135) まで。

### ●自宅以外の選択肢

身体状況や生活環境、経済状況に応じて有料老人ホームなどへの住み替えも考えられます。

「どこで」「どのように」暮らしたいですか？



健康課 杉原

## ③ 「医療」のポイント

通院ができなくなったらどうするのか。家族やかかりつけ医と事前に話しておく必要があります。

自宅で医療や看護を受けることもできます。

### ●病院に通えなくなったら…

在宅での医療や介護を希望される場合の「在宅医療介護相談窓口」が開設されています。※ 相談時間：平日の午前9時～午後5時

#### 相談窓口設置施設 (武雄杵島地区)

武雄市  
大野病院 ☎080-8573-9566  
副島整形外科病院 ☎090-5481-1550  
江北町  
古賀病院 ☎080-8356-0437

白石町  
高島病院 ☎080-1538-7528  
白石共立病院 ☎080-8381-5485  
有島病院 ☎080-6402-4100  
藤井整形外科病院 ☎090-5921-9028



健康課 松岡

## ④ 「介護」のポイント

介護には様々な種類のサービスがあります。状況に応じて使い分けが必要です。

### ●自宅での家事や介護の手助けがほしい

訪問介護 (ホームヘルプ)、訪問入浴介護

### ●外に出て介護や機能訓練を受けたり、みんなと交流したい

通所介護 (デイサービス)  
通所リハビリテーション (デイケア)

### ●自宅でリハビリや医療チェック、療養のアドバイスを受けたい

訪問リハビリテーション、訪問看護  
居宅療養管理指導

### ●気分転換をしたり、家族の介護の手を休ませたい

ショートステイ

## 「私たちがお手伝いします！」 地域包括支援センター

地域包括支援センターは、地域の高齢者の方やそのご家族が抱える様々な困り事に対し、総合的に支援をしていく役割を担っています。保健師、主任介護支援専門員、社会福祉士が連携してお手伝いいたします。「介護保険のサービスを利用したいけど・・・」「親の物忘れが気になる」「元気なうちに介護予防をしたい」などお気軽に地域包括支援センターにご相談ください。

武雄市地域包括支援センター (健康課内) ☎0954-23-9135

