

大浦包括だより

発行日：令和3年5月15日

発行責任者：長崎市大浦地域包括支援センター

大浦地域包括支援センターは高齢者の総合相談窓口です

地域包括支援センターは地域にお住まいの高齢者が安心して暮らせるようサポートする拠点です。大浦中学校区・梅香崎中学校区にお住まいの方を対象とした**介護・福祉・医療の総合相談窓口**となっております。**主任ケアマネジャー、社会福祉士、保健師、認知症地域支援推進員**が必要な機関と協力・調整し、問題解決のお手伝いをします。

地域包括支援センター

保健師 主任
ケアマネジャー 社会福祉士

介護保険を利用したいけど
どうすればいいのかな

足腰が弱ってきたから
運動をしたい

最近、物忘れがひどくて
不安になってきた

何度も訪問販売にきて
困っている

お互い連携を取りながら「チーム」として活動しています

近所のお年寄りを最近見かけないけど
一人暮らしだから心配

隣の娘さんがご両親の介護をしているけど
最近声を荒げている様子があり心配

今年度は新地町安全・安心・交流センターにて出張相談窓口を開設します

3か月に1回、下記の日程で開設します。



令和3年6月18日(金) 10時～12時

令和3年9月17日(金) 10時～12時

令和3年12月17日(金) 10時～12時

令和4年3月18日(金) 10時～12時

**相談は無料です。秘密は厳守します。
お気軽にお越しください。**

湊公園内にあった交番が
安全・安心・交流センターと
なっています。



高齢になっても、認知症になっても 安心して暮らせる町を目指そう！

北大浦地区地域ケア推進会議で作成された『高齢者見守りシート』を使って住みよい町を目指しましょう。
高齢者見守りシートは大浦地域包括支援センターにて配布中です。



一部抜粋

詐欺かな？

- 見慣れない人が出入りしている
- 家の中に同じような商品がいくつもある
- ATMで携帯電話を使っている



みなさんのまわりに困っている方はいませんか？
声をかけあって、いつまでも安心して暮らせる地域を目指していきましょう。

ぽかぽかカフェのご案内

認知症の方とそのご家族、地域の方など誰でも気軽に立ち寄り、参加ができ、交流できる場です。参加された皆さんと脳トレやクリエーション、情報交換など楽しいひと時を一緒に過ごしませんか？

場所：大浦地区公民館3階（長崎市下町1-13）
※履物を御準備ください。駐車場がございませんのでお車で
お越しの際は近隣のコインパーキングをご利用下さい。

対象者：認知症の方とそのご家族
認知症に関心のある方など

内容：季節のイベント、体操、脳トレ、相談等
参加費：無料

※新型コロナウイルス感染拡大の際は中止となる
ことがありますのでご確認ください。



軽度認知障害(MCI)とは？

軽度認知障害(MCI)は認知症になる一歩手前の予備軍の状態です。物忘れが気になり始めるだけでなく、意欲が低下することもあります。この状態を放置すると5年のうちに約4割の方が認知症へ進行すると言われて
います。運動習慣や趣味活動、地域のサロンなどへ積極的に取り組んでみましょう。
ぽかぽかカフェ(左記)へも気軽にご参加ください!! 気になる方は包括支援センターへご相談ください。

多くあてはまるほど要注意!

- 約束をよく忘れるようになった
- 身だしなみに関心がなくなった
- 趣味への興味がなくなった
- 家族・友人などとの会話が楽しめなくなった



地域包括支援センターは、高齢者の総合相談窓口です。
ご自身やご家族のこと、近隣の方のことでの悩みや疑問、相談ごとがありましたら、お気軽にお問い合わせください。

長崎市大浦地域包括支援センター
電話 818-8311

〒850-0922 長崎市相生町1-17 メモンド田中202号

