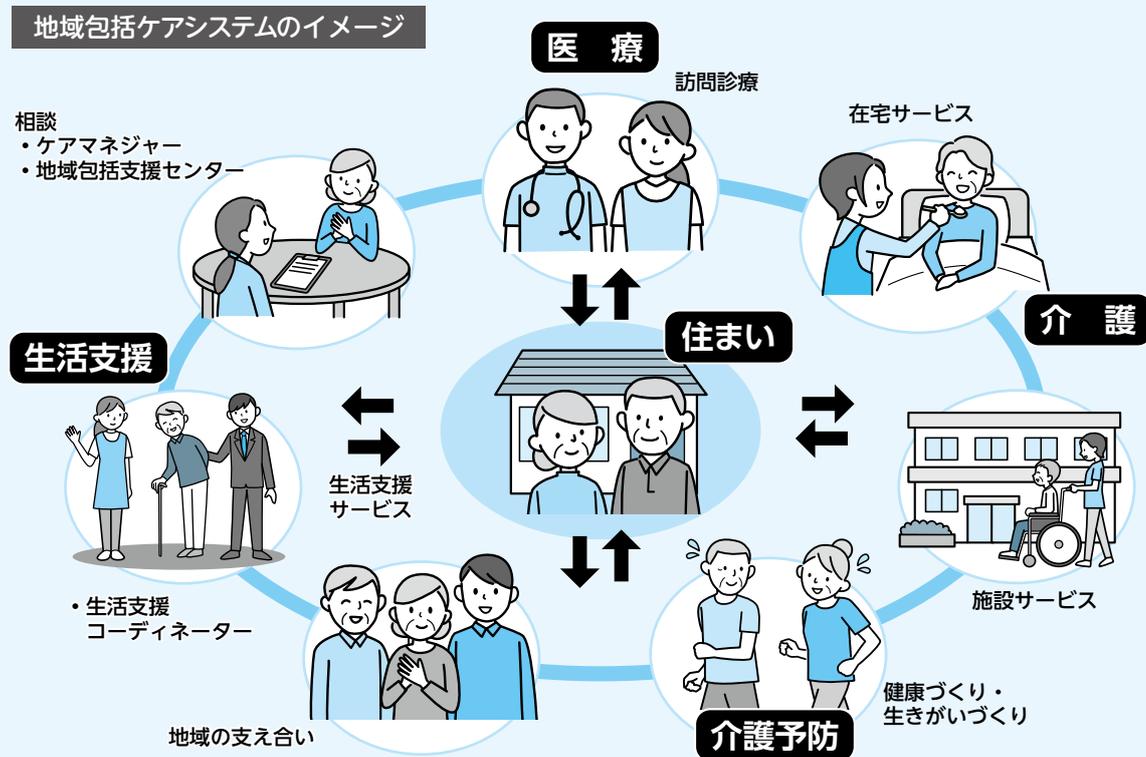


住み慣れた地域で自分らしく暮らせるように



高齢者が住み慣れた地域で安心して生活を送れるよう、住まいを中心に医療・介護・介護予防・生活支援に関するサービスを一体的に提供する「地域包括ケアシステム」。市では、このシステムを充実させるため、さまざまな取り組みを行っています。

本市でも進む高齢化

本市の65歳以上の高齢者人口は3万2,354人で、高齢化率は24・3パーセントとなっています。また、高齢者の16・4パーセントに当たる5,321人が要支援・要介護認定を受けています(12月末日時点)。

国や県の平均は下回っているものの、今後も高齢者の割合は上昇することが見込まれています。

地域包括ケアシステム

高齢者が住み慣れた地域で、自分らしく暮らせるようにするためには、医療・介護・介護予防・住まい・生活支援が一体的に提供される「地域包括ケアシステム」が必要です。

市では、このシステムを実現さ

せるため、地域包括支援センターの設置や生活支援コーディネーターの配置などを行っています。

そのほかにも、介護予防や高齢者のボランティア活動への参加促進など、さまざまな事業に取り組んでいます。

介護予防・ボランティア促進などの取り組み

高齢になるほど要介護状態や認知症になるリスクは高くなるといわれていて、その予防には継続的な取り組みが重要です。

市では、高齢者が自立して暮らせるように、次の取り組みを行っています。

- ならいたいいき百歳体操：椅子を使った6種類の体操を行う
- 人生カッコよくプロジェクト：認知症専門医監修の介護予防教

室で、認知症やフレイルなどを予防するための知識や実践方法を学ぶ

- シニア健康カレッジ：足腰を中心とした筋力トレーニングを行う
- うんどう教室：公園にある遊具を使って運動やストレッチを行う

また、高齢者の社会参加を促進するため、介護支援ボランティア制度を設けています。市の指定を受けた介護事業所や地域の介護予防活動、障がい者施設や児童福祉施設などでボランティアに参加すると、換金可能なポイントが付与されます。

高齢者の総合相談窓口 地域包括支援センター

高齢者の暮らしをサポートする

市内の地域包括支援センターの一覧

名称	所在地・連絡先	担当地区	
成田・中郷地域包括支援センター	新町1037-63(新町デイサービスセンター玲光苑内) ☎23-7151	成田地区	成田、田町、東町、本町、仲町、幸町、上町、花崎町、馬橋、新町、南平台、土屋、寺台、郷部、不動ケ岡、ウイング土屋、団護台、美郷台
		中郷地区	野毛平、東金山、関戸、和田、下金山、新妻、芦田、東和泉、西和泉、赤荻
公津地域包括支援センター	公津の杜6-5-16 ☎36-4981	公津地区(はなのき台を除く)	八代、船形、北須賀、台方、下方、大袋、江弁須、飯田町、並木町、飯仲、宗吾、公津の杜
ニュータウン地域包括支援センター	橋賀台1-16-3(橋賀台ショッピングセンター内) ☎29-5005	ニュータウン地区、はなのき台	赤坂、吾妻、加良部、橋賀台、玉造、中台、はなのき台
八生・豊住地域包括支援センター支所	押畑896-4(特別養護老人ホーム玲光苑内) ☎20-3655	八生地区	松崎、大竹、上福田、下福田、宝田、押畑、山口、米野
		豊住地区	北羽鳥、長沼、南羽鳥、佐野、竜台、安西、南部、北部
遠山地域包括支援センター	本三里塚226-1(介護老人保健施設セントアンナーシングホーム内) ☎35-6081	遠山地区	小菅、大山、馬場、久米、久米野、山之作、吉倉、東和田、川栗、畑ケ田、大清水、三里塚、本三里塚、本城、南三里塚、東三里塚、駒井野、取香、堀之内、新駒井野、長田、十余三、天神峰、東峰、古込、木の根、天浪、三里塚光ケ丘、三里塚御料、西三里塚、御所の内
久住・下総地域包括支援センター	猿山1600(下総地域福祉センター内) ☎80-7007	久住地区	芝、大室、土室、小泉、成毛、大生、幡谷、飯岡、荒海、磯部、水掛、新泉、久住中央
		下総地区	猿山、大菅、滑川、西大須賀、四谷、名古屋、高倉、成井、地藏原新田、青山、倉水、名木、冬父、中里、七沢、高岡、大和田、高、小野、小浮、野馬込、平川、新川
大栄地域包括支援センター支所	松子413-1(大栄支所内) ☎94-5664	大栄地区	伊能、奈土、柴田、堀籠、村田、所、桜田、南敷、馬乗里、横山、浅間、東ノ台、大沼、久井崎、稻荷山、中野、津富浦、松子、臼作、吉岡、新田、一坪田、前林、水の上、川上、多良貝、大栄十余三、官林、一畝田



地域で活動する人に聞く

シニア健康美郷会
会長
しんどう たつみ
進藤 達実さん

足腰を鍛えて地域を笑顔に

順天堂大学が監修する市の介護予防教室「シニア健康カレッジ」に参加したことがきっかけで、自分が暮らしている地域でも活動したいという思いからこのクラブを立ち上げました。

週2日、足腰を中心とした簡単な筋力トレーニングを行っています。活動を始めた当初は初対面の人も多かったのですが、回数を重ねるごとに自然と会話が増え、今では和気あいあいとした雰囲気です。メンバーからは運動を続けるうちに「姿勢が良くなった」「階段の上り下りが楽になった」といった喜びの声が聞かれ、そうした変化を目の当たりにするたびに、やりがいを感じています。

目標は、5年、10年と長く活動を続けてもらうことです。飽きずに取り組んでもらえるように種目を増やすなど、工夫をしながらこれからも活動を続けていきます。

総合相談窓口として、地域包括支援センターを市内7カ所に設置しています(上表)。
保健師・社会福祉士・主任介護支援専門員などが連携し、介護サービスの導入や生活上の困り事などの相談・支援を行っています。
地域を支える生活支援コーディネーター
各地域包括支援センター(支所を除く)に、生活支援コーディネーターを配置しています。

生活支援コーディネーターは、高齢者が抱える日常の困り事・悩み事を把握し、買い物支援など、地域の皆さんと一緒に地域課題を解決するための仕組み作りに取り組んでいます。
役立つ情報が満載 成田あんしんナビ
市では、介護・医療に関するさまざまな情報をウェブサイトでまとめて検索
成田あんしんナビ



成田あんしんナビ

できるサービス「成田あんしんナビ」を公開しています。
利用登録は不要で、サービスの内容などから検索ができるほか、キーワード検索や地図検索にも対応しています。
地域包括支援センターやデイサービスを利用できる施設の場所、移動スーパの来訪場所、医療機関・介護施設の空き情報なども確認できますので、活用してください。
※くわしくは介護保険課(☎20・1545)へ。