

何か心配なことがあったら、
下記の窓口のほか、
民生委員さんが相談にのって
くれますよ。



※民生委員

厚生労働大臣から委嘱されたボランティアで、それぞれの地域において、困っている人の相談に応じたり、福祉サービスの情報を必要としている人に情報をお知らせしたりしています。

ご自分の地域の担当民生委員を知りたい場合は、
市地域福祉推進室／☎018(866)2090へお問い合わせください。

地域包括支援センター

高齢者や家族からの総合的な相談に応じ支援を行っています。

八橋地域包括支援センター社協

●大町、旭北、旭南、山王、高陽、川尻、川元、茨島、八橋、卸町の方は
☎018(883)1465

泉地域包括支援センターリンデンバウム

●泉中央、泉南、泉北、泉菅野、泉登木、千秋(千秋町を除く)、保戸野、中通、南通、楢山の方は
☎018(896)5960

東通地域包括支援センターひだまり

●手形、手形山、東通、旭川、泉釜ノ町、泉ノ坪、泉三獄根、泉馬場、泉東町、新藤田、
濁川、添川、山内、仁別、千秋久保田町の方は
☎018(884)1405

広面地域包括支援センター桜の園

●広面、横森、桜、桜ガ丘、桜台、大平台、柳田、太平、下北手、蛇野の方は
☎018(853)7240

新屋地域包括支援センターエンデバー

●新屋、勝平、浜田、下浜、豊岩の方は
☎018(888)8761

御所野地域包括支援センターけやき

●牛島、仁井田、大住、御野場、四ツ小屋、御所野、上北手、山手台の方は
☎018(826)0651

寺内地域包括支援センター寿光園

●土崎港東、土崎港南、土崎港中央、將軍野、寺内、外旭川、八橋宇イサノの方は
☎018(853)6300

下新城地域包括支援センターニコニコ

●土崎港古川町、土崎港相染町、土崎港西、土崎港北、飯島、金足、上新城、下新城、
港北の方は
☎018(872)1300

河辺地域包括支援センター社協

●河辺の方は
☎018(882)5565

雄和地域包括支援センター緑水苑

●雄和の方は
☎018(881)3511

心の相談日の開催

精神科医が直接相談に応じる「心の相談日」を毎月2回開催しています。ご予約ください。

●市健康管理課
☎018(883)1180

こころの電話相談

生活の中で感じる不安や悩みごとの相談に応じています。

●県精神保健福祉センター
月曜～金曜／9時～16時／☎018(831)3939

ふれあい福祉相談センター

日常生活の悩みごとの相談に応じています。必要に応じて在宅訪問相談も行います。

●秋田市社会福祉協議会
月曜～金曜／9時～16時／☎018(863)6006

いのちの電話

孤独の中であって、助け、慰め、励ましを求めている人に、電話を通じて対話し、心の支えになります。

●秋田いのちの電話
月曜～土曜／正午～21時／日曜／正午～18時
☎018(865)4343

高齢者総合相談センター

お年寄りとその家族のあらゆる悩みごと、心配ごとの相談に応じています。

●秋田県長寿社会振興財団
月曜～土曜／9時～17時／☎018(829)4165

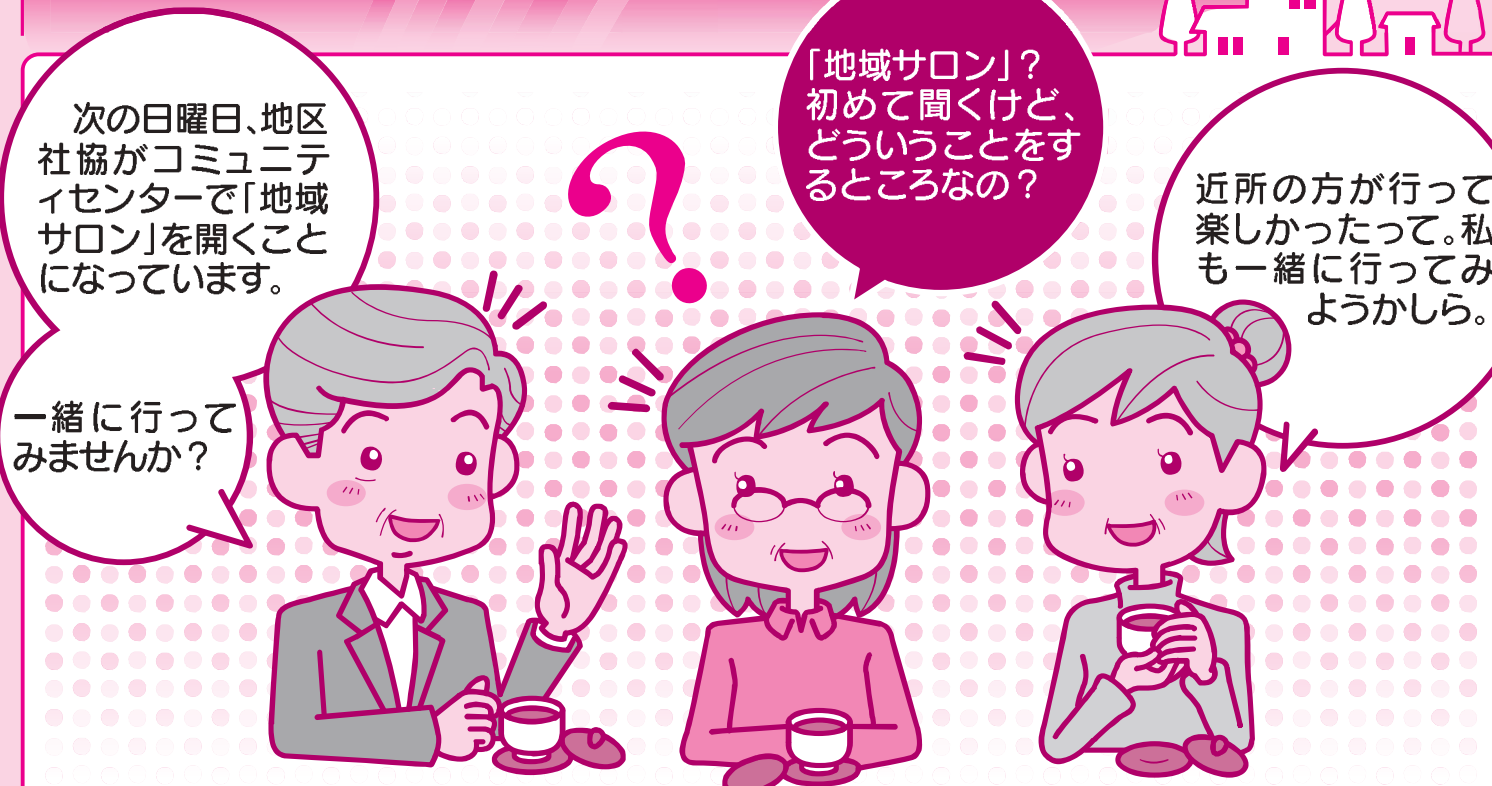
お問い合わせ先

秋田市福祉保健部福祉総務課地域福祉推進室

〒010-8560 秋田市山王一丁目1番1号

TEL.018(866)2090・FAX.018(866)2417

高齢になっても、 住み慣れた地域で 安心して暮らせる ために・・・



次の日曜日、地区社協がコミュニティセンターで「地域サロン」を開くことになっています。

一緒に行ってみませんか？

「地域サロン」？初めて聞くけど、どういうことをするところなの？


近所の方が行って楽しかったって。私も一緒に行ってみようかしら。

秋田市の人口325,837人のうち、77,061人が65歳以上であり、おおよそ4人に1人が高齢者です。このうち、ひとり暮らしの方、65歳以上の夫婦だけで暮らしている方が半数を超えています(平成21年10月1日現在)。

秋田市では、第2次秋田市地域福祉計画(平成21年度～平成25年度)の取組として、「地域のしあわせをみんなで築く」、つまり、誰もが住み慣れた地域で生きがいを持って健康に暮らし、安心して自立した生活ができることをめざし、取組を進めています。

ここでは、「高齢になっても、住み慣れた地域で安心して暮らしたい」、そんな思いをサポートするため公(行政)・共(地域)・私(市民一人ひとり)それぞれが行っている取組を紹介します。

平成22年3月 秋田市



「地域サロン」では、地区社協や地域の人たちが中心になって、軽スポーツなどを行っているんですよ。コミセンなど、私たちに身近なところが会場なので、気軽に行ってみませんか？



地域サロン

地区の実情に応じて、月1回程度、高齢者を対象とした軽スポーツや合唱、ゲームなどを行っています。

健康づくり・生きがいくり支援事業

主に65歳以上を対象として、グランドゴルフ大会やウォーキング大会、ふれあい事業等を行っています。

ひとり暮らし高齢者の交流会

地区の実情に応じて、ひとり暮らし高齢者を対象とした日帰り旅行や昼食会などを行っています。

仲間づくり支援事業

心の健康づくりに関する学習会や地域の交流を深めるための活動を行っています。

サロンのほか、地区によって、いろいろな取組があります。

お問い合わせは 秋田市社会福祉協議会 ☎018(862)7445 へどうぞ。

ふれあい元気教室

軽体操やレクリエーション、健康等についての講話等を行っています。

お問い合わせは 市保健予防課 ☎018(883)1178 へどうぞ。

はつらつくらぶ事業

ザ・ブーン等の運動施設で、水中運動を中心とした介護予防教室を行っています。65歳以上で、要介護・要支援認定を受けていない方は参加できますよ。また、福祉施設やコミセンなどの身近な施設で、月1回程度ストレッチや講話なども行っています。

いきいきサロン事業

おおむね65歳以上の方は、軽スポーツ、ヨガ、健康教室等を行ういきいきサロンに参加できます。(八橋老人いこいの家、飯島老人いこいの家、大森山老人と子どもの家、雄和ふれあいプラザ)

訪問型介護予防事業

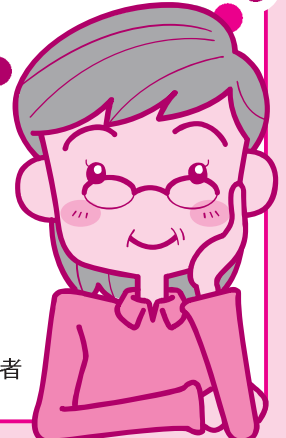
心や体の具合が思わしくないため外出が難しい特定高齢者*には、保健師などが訪問し、必要な相談・指導を実施します。

お問い合わせは

市介護・高齢福祉課 ☎018(866)2095 へどうぞ。

* 特定高齢者

要介護・要支援認定者以外で、生活機能評価を受診した結果、介護予防事業への参加が望ましいと判定された高齢者



私も参加してみようかしら。
このほかにもひとり暮らしでも安心して暮らせるための取組はあるのかしら？



万が一の急病や災害に備えた取組もしているんですよ。



見守りネットワーク事業

地域の見守りが必要な世帯等に対して、月1回以上の声かけ・安否確認等を行っています。

●秋田市社会福祉協議会 / ☎018(862)7445

緊急通報システム事業

ひとり暮らし高齢者等に非常ボタンのついた電話機を貸与し、急病や災害などの緊急時に消防署などへ出動要請するとともに、協力員へ安否確認を依頼します。また、週1回、電話による声かけ確認(お元氣コール)を行います。

●市介護・高齢福祉課 / ☎018(866)2095

避難支援対象者名簿の共有

災害時に何らかの支援が必要な方の名簿を地域の自主防災組織、町内会、民生児童委員が共有し、避難の際の声かけや避難所までの付き添いなどを行います。

●市地域福祉推進室 / ☎018(866)2090

ふれあいさん派遣事業

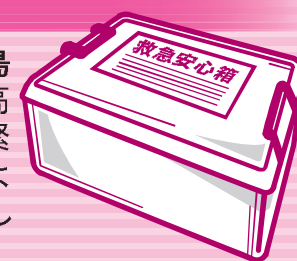
病気やケガなどで家事援助や介助が必要なとき、短期間・単発で生活を支援するため、「ふれあいさん」を派遣します。

●秋田市社会福祉協議会 / ☎018(862)7445

地域によってはこんな取組も…


安心箱・安心袋の配付

新屋勝平地区社協、外旭川地区社協、飯島地区社協では、80歳以上のひとり暮らし高齢者を対象に、身近な生活用品を入れて、緊急時(入院・災害等)にはすぐに持ち出せるよう備えておくための安心箱・安心袋を配付しています。



医療情報キットの配付

明德地区社協、茨島地区社協、新屋豊町町内会では、持病・かかりつけ医・緊急連絡先等の緊急情報を入れ、冷蔵庫等に保管し、緊急時に迅速に情報入手できるためのキットを配付し救急(救援)に備えています。



なるほど。
備えがあれば、ひとり暮らしでも安心できるわね。