

名古屋市

地域包括ケアシステム ガイドブック

この場所がいい、ずっと支えて、支えられて



「この場所がいい、ずっと支えて、支えられて」は、名古屋市の地域包括ケアシステムによって、高齢者が可能な限り
住み慣れた地域で暮らすことができることを表現するキャッチコピーとして、令和2年2月に公募により選定されました。

名古屋市の 地域包括ケアシステム

～この場所がいい、ずっと支えて、支えられて～

2025年を目途に地域包括ケアシステムを構築し、医療や介護が必要になっても、
住み慣れた地域で、人生の最後まで尊厳をもって自分らしく暮らす
ことができるよう支援します。

医療・介護連携

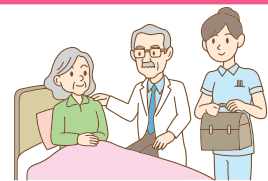
医療と介護が必要な方に、医師、
歯科医師、看護師、ケアマネ
ジャー等が連携して切れ目のな
い支援をします。

●はち丸在宅支援センター ⇒P.7



医 療

病院を退院した後に在宅医療を地
域で提供できるよう支援します。



介 護

介護が必要な方に適切なサービス
を提供できるよう支援します。

- ホームヘルプサービス
- デイサービス
- 認知症高齢者グループホーム等



認知症施策

認知症の人や家族を支
援します。

- 認知症カフェ ⇒P.6
- 認知症サポーター
養成 ⇒P.2
- 認知症初期集中支援
チームの訪問 等
⇒P.2



介護予防

運動、栄養、口腔機能の
維持向上を支援します。

- 高齢者サロンへの
専門職派遣
- 保健センター
「いきいき教室」
- 福祉会館「認知症
予防教室」等 ⇒P.5



住まい

住宅の確保にお
困りの高齢者等
へ、住宅の情報
提供や入居相談
などの支援を行
います。

⇒P.8



生活支援

ひとり暮らしの方等の困りご
とを、地域、企業、学生、NPO
等の助け合いで支援します。

- 給食会 ⇒P.4
- 地域支えあい事業
見守り、ゴミ出し、買い物、
庭木の手入れ 等 ⇒P.4



※各区を基礎単位としてシステムを構築しています ⇒P.9～12

いきいき支援センターにご相談ください！

(地域包括支援センター)

設置目的

「いきいき支援センター」は、いつまでも住み慣れた地域で安心して生活できるよう、さまざまな方面から高齢者のみなさまを支える機関です。

業務内容

保健師、社会福祉士、主任介護支援専門員などの専門職がチームになり、以下の業務を行います。

さまざまな問題について相談に応じます。

- 健康、福祉、介護などの総合的な相談
- 認知症に関する相談

いつまでも元気に！介護予防をすすめます。

- 介護予防に関する取組みの紹介 ⇒P.5
- 要支援1・2と認定された方等に対して、介護予防を目的としたケアプランを作成

高齢者のみなさまの権利を守ります。

- 高齢者虐待、金銭管理などの権利擁護、消費者被害の相談

孤立しがちな方への見守り支援を行います。(見守り支援員)

- 孤立しがちな方への個別訪問や、定期的に電話をする見守り電話(いきいきコール)

「認知症の人を介護するご家族」を支援します。

- 家族教室、家族サロンの開催、認知症カフェの紹介
- 医師(もの忘れ相談医)の専門相談
- 認知症サポーター^(※)養成講座の開催

※認知症サポーターとは

「認知症サポーター養成講座」を受講し、認知症について正しい知識を持った、認知症の人やご家族の応援者です。

認知症の早期発見・早期対応に向けた取り組みを行います。

- 医療・介護の専門職と専門医とで構成された「認知症初期集中支援チーム」が、認知症が疑われる人、認知症の人とそのご家族への訪問等による支援を通じ、自立生活のサポートを実施

開設時間 月～金曜日(祝日・年末年始は除く)午前9時～午後5時

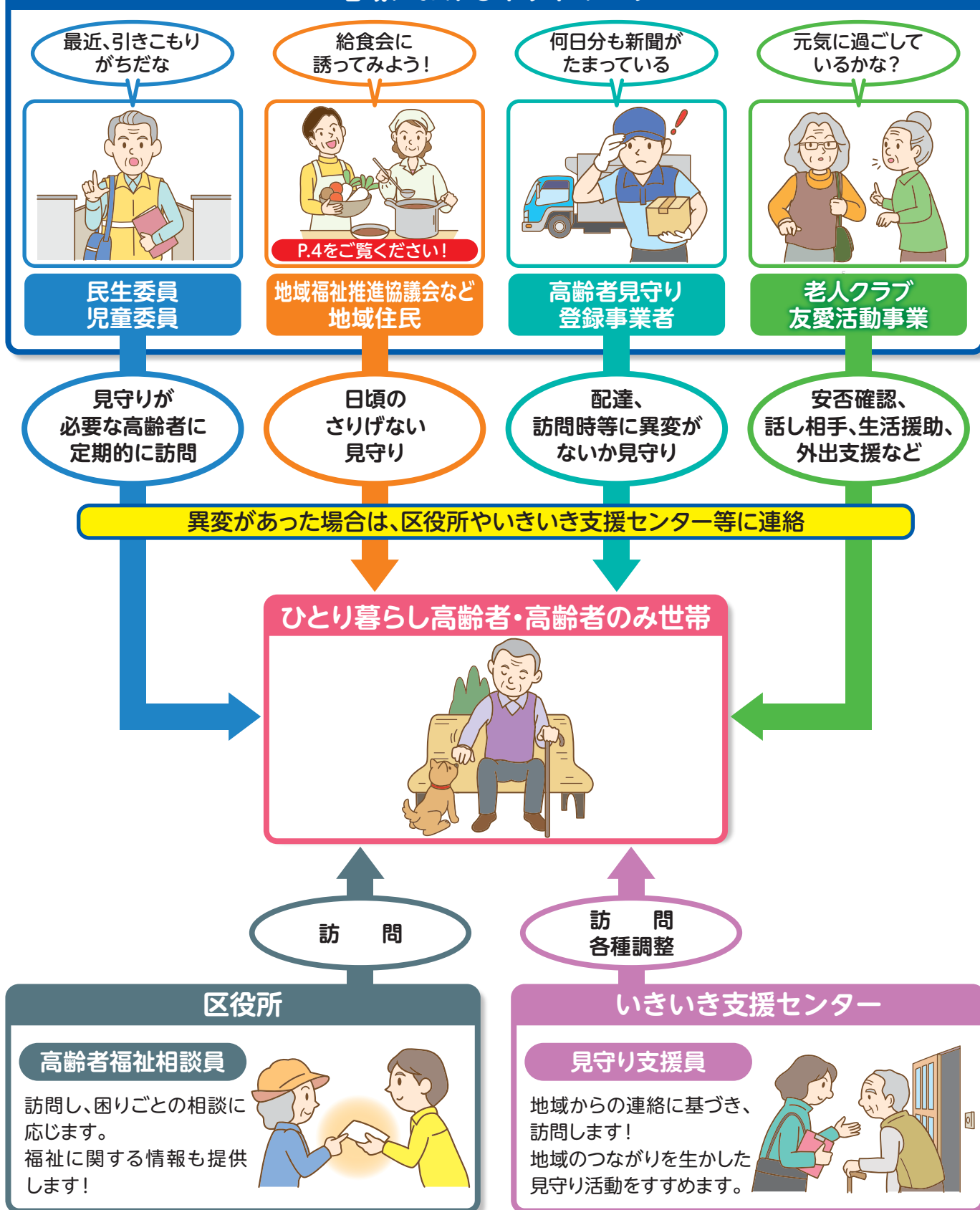
相談費用 無料

いきいき支援センターの連絡先についてはP.13をご覧ください。

名古屋市では、高齢者が住み慣れた地域で安心して生活できるよう、専門機関や地域住民で連携して、見守り活動をしています！

多様な主体による見守り活動

地域におけるネットワーク



生活支援

地域支えあい事業—ご近所のつながりを生かして—



地域支えあい事業について、織部さんご夫婦と木村さんにお話をうかがいました！織部さんご夫婦は、地域支えあい事業を利用しています。木村さんは、ご近所ボランティアコーディネーター（※）として、地域支えあい事業でボランティア活動をしています。



夫婦二人暮らしなので、助かっています！（織部さんご夫婦）

地域支えあい事業を利用して、病院や買い物に付き添ってもらったり、お話を聞きに来てもらったりしています。ご近所ボランティアコーディネーターの木村さんが、とっても頼れる存在です！お話しやすくて、いつも困ったことがあると、助けてくれます。

地域の方との交流が増えました！（織部さんご夫婦）

地域支えあい事業に相談すると、近くに住んでいる方がお手伝いに来てくださいます。相談しなかったら関わらない人たちばかりです。地域の方とふれあう機会をいただけたように思います。

住み慣れた地域で一日でも長く生活してもらいたい（木村さん）

自力ではできないことでも、同じ住民が少し手を差し伸べれば、できることはたくさんあります。最後のさいごまで、住み慣れた地域で住み続けられるようになってほしいと思っています。向こう三軒両隣が実現するといいなと思っています。

「無理なく、力を抜いて続けられました。」（木村さん）

住民のつながりを生かした事業なので、無理なく、楽しんでやってこられました。これまでのみなさんとの交流が、私にとっての宝物です。

地域支えあい事業とは…

学区を単位とした地域福祉推進協議会が設置する相談窓口で、高齢者等のちょっとした生活上の困りごとを受け付けています。地域住民を中心としたボランティアが支援する互助による活動です。

実施していない学区もあります。詳しくはお住まいの区の社会福祉協議会へお問い合わせください。

※ご近所ボランティアコーディネーター…地域支えあい事業の相談窓口で、困りごとの受付をするボランティアさんです。困りごとを聞いて、ボランティア活動してくださる方（ご近所ボランティア）を調整します。

生活支援

給食会—私が一人暮らしになったら行きたい！—



西区で給食会を開催している星寿会の方にお話をうかがいました！

みなさんの歓声を聞くのが楽しみです

私たち星寿会は、西区山田学区に住む、65歳以上のおひとり暮らしをされている方を対象に、お昼ごはんを食べながら交流する食事会を年間10回開催しています。毎回40名ほどの参加者さんがいらっしゃいます。食事は私たちボランティアの手作りです。なるべく品数が多くなるよう、割子弁当の容器に入れて、みなさんに配膳します。参加者さんが蓋を開けたときの「わあ！」という喜ぶ声を聞くとやりがいを感じます。



リピーターが増えています！

お食事をしながら、参加者さん同士でお話をしながら交流されています。和気あいあいの雰囲気です。初めてお誘いして参加された方も、リピーターとなってくださいます。それが嬉しくてがんばれます！



新しいメニューも作りますよ！

献立は、みんなで集まって打ち合わせをします。新しいメニューを家で考えて、みんなで試作会をすることもあります。味付けがいまいちだと言って、却下されることもありましたが（笑）



星寿会は、今でいう「ワンチーム」です

星寿会は、13名で活動しています。献立を決めるのも、買い出しも、みんなで楽しんでやっています。メンバーに恵まれていて、チームワークのおかげで運営できています。このメンバーの一員になれてよかったと思っています。

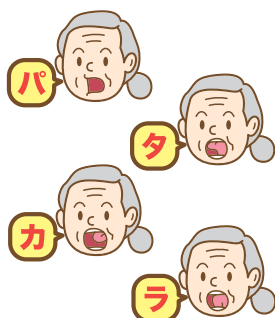


ふれあい給食サービス事業とは…

同じ学区に住む高齢者や障害者などがコミュニティーセンターなどで集い、ともに食事をする事を通じて交流することを目的とする事業です。学区を単位とした地域福祉推進協議会等で運営されています。会場に來られない方のために配食をしている学区もあります。 ※運営の仕方は学区によって様々です。

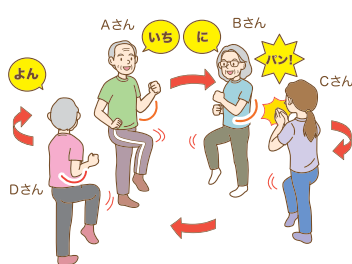
効果的な取り組み、ご紹介します

【パタカラ体操】



パタカラ体操とは、口唇、舌をしっかり動かしてはっきり「パ」「タ」「カ」「ラ」を発音することで、食べるために必要な嚙む力、飲み込む力などを維持・向上させることが期待できるお口の体操です。自宅で気軽に取り組みます。

【コグニサイズ】



コグニサイズとは、頭を使う認知課題と体を使う運動課題を両方同時に行い、心と体を元気にするプログラムです。国立長寿医療研究センターが開発したプログラムです。福祉会館などで取り組みます。

【回想法】



回想法とは、過去の出来事や思い出を語り合うことを通して、脳を活性化させ、過去をとらえ直し、現在や未来に活かし、元気になっていただく取り組みです。高齢者サロンなどで認知症予防リーダーさんとともに体験できます。

なごや介護予防・認知症予防プログラム

「運動」「栄養」「口腔ケア」が効果的に組み合わせられた本市独自のプログラムです。福祉会館やミニデイ型通所サービスで取り組みます。また、気軽に自宅でも取り組めるよう動画も作成しています。QRコードまたは「なごや介護予防プログラム 動画」で検索してください。パタカラ体操やコグニサイズも実践できます。

なごや介護予防・認知症予防プログラム

ホームエクササイズ

若さを保つために家で毎日体操を



認知症予防リーダーの田村さんにお話をうかがいました！



高岳福祉会館
認知症予防リーダー

田村 昌之さん

お手伝いできることだったので、始められました。

認知症予防リーダーを始めたのは、福祉会館の職員さんに講座に誘われたことがきっかけでした。何か手伝えることがあればやりたいと思っていたので、始められました。

仲間との練習も楽しみの一つです。

回想法やコグニサイズ、パタカラ体操を勉強して、同世代の方たちが地域で集まるサロンに出向いています。サロンの参加者のみなさんにお教えできるように、認知症予防リーダーの仲間たちで練習します！

元気の秘訣は無理のないチャレンジです。

現在89歳です！「チャンスがあれば何でも参加する」ことをモットーにしています。スケジュールが空いていれば何でもやってみる！ただ、大切なのはストレスをためないこと。生活の中で無理をしないように気を付けています。

仲間といると元気が湧いてきます！

活動の依頼があると、嬉しくなります。自分に合った役割をもらえる喜びがあります。そして、おそろいの緑色のポロシャツを着て活動する仲間は、一緒にいると力が湧いてくるような、ちょっと特別な存在です。



<東区あおいサロンでの活動>

認知症予防
リーダーとは…

認知症予防に関する知識や技術を学んで、地域において認知症予防の普及・啓発を進めるリーダーです。各区の福祉会館で養成講座を受講して、地域住民が交流するサロンを中心に活動しています。



● 介護するうえで心掛けていることはありますか？

- ・ 自分も相手も暗くならないように、明るく接するようにしています。

● 介護しているご家族への思いを聞かせてください。

- ・ 今までお世話になった分、感謝の気持ちで接しています。

● 介護してよかったことやうれしかったこと、報われたことなどはありますか？

- ・ 以前は怒り出すこともありましたが、穏やかになりました。

● 同じような境遇の人へのメッセージ

- ・ 自分自身もあまり無理をしないように、気長に接することが大切だと思います。

● その他

- ・ いきいき支援センターの「家族教室」(P.2)に参加したところ、苦勞しているのは自分だけじゃないんだと改めて知り、気が楽になりました。参加するようになってからマイペースで前向きに生きていこうと思えるようになりました。

(偕行会城西病院内 ほっとカフェじょうさい)

※認知症カフェとは、認知症の人やその家族、地域住民、医療や介護の専門職等、誰もが気軽に集い、楽しく過ごしながら仲間づくりや情報交換をする場で、市内に200か所以上あります。

● 運営者の声

認知症に関する相談が増えてきたこともあり、病院として地域貢献したいという思いで認知症カフェを開設しました。スタッフだけでなく、参加される方々にも役割を担ってもらい、みんなでこのカフェを作り上げてきました。カフェを始めたことで、地域との信頼関係が深まったと感じています。また、参加者の早期受診につながったこともあります。平日は毎日開催しており、どなたでも参加できます。音楽療法や運動療法、笑いヨガなどさまざまな催しがありますので、興味のあるところへぜひご参加ください。



● 参加者の声

認知症の夫についていきいき支援センターに相談したところ、このカフェを紹介してもらいました。それから夫婦二人で参加しています。カフェに参加して、同じ年代の方や孫と同世代のスタッフの方と触れ合うことがとても楽しいです。また、いろいろな相談にも乗ってもらえるので、こちらに通うようになって気持ちが楽になりました。夫も毎回楽しそうに参加しています。まだ認知症カフェに行ったことがない、認知症の人や介護するご家族にはぜひカフェへの参加をオススメしたいです。きっと素敵な出会いや新しい気づきを得ることができるはずです。

みなさんは医療と介護のサービスを受けながら、自宅で生活を送ることができることをご存じですか？住み慣れた自宅で、医療・介護の専門職のサポートを受けながら生活することを在宅療養と言います。

ひとり暮らしをしている A さん（72歳）の在宅療養

● 発症から入院

Aさんは脳梗塞と診断され、治療を受けました。右半身に麻痺が残りましたが、病状が安定してきたため、入院から3週目に回復期リハビリテーション病院へ転院となりました。理学療法士・作業療法士・言語聴覚士などによるリハビリを受け、自宅での生活に向けた訓練を行いました。



● 自宅で生活する準備

自宅での生活がなんとか可能な状態まで身体機能が回復したため、近くに住んでいる長女がいきいき支援センター（P.2）へ相談し、要介護認定の申請をしたところ要介護2と判定されました。自宅生活での家事や移動、入浴などに不安があったため、ケアマネジャーに相談し、自宅で安心して生活するためのケアプランを立ててもらいました。また、通院の不安もあったため、はち丸在宅支援センターより、在宅療養を支援しているかかりつけ医等を調整してもらいました。



● 自宅に戻ってから

訪問介護のホームヘルパーによる食事の準備や掃除などのサービスと併せ、デイサービスへ通うようになりました。福祉用具（手すり、歩行補助つえ）の貸与により、室内の移動も不安がなくなりました。また、看護師の定期的な訪問により、血圧の測定や服薬管理をしてもらっています。

自宅での一人の生活は不安ばかりでしたが、様々なサービスを利用することで、今では安心して暮らすことができるようになりました。

A さんの 1 週間

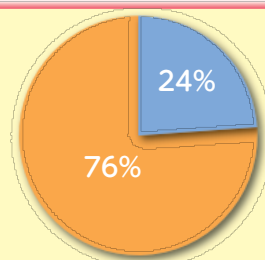
	月	火	水	木	金	土	日
午 前	訪 問 介 護	デ イ サ ー ビ ス	訪 問 介 護	デ イ サ ー ビ ス	訪 問 介 護	デ イ サ ー ビ ス	長 女 の 自 宅
午 後			訪 問 看 護				

はち丸在宅支援
センターとは…

市内各区に設置されている在宅療養についての相談窓口です。「通院が難しくなってきた」「退院が決まったが不安がある」等の場合には、いきいき支援センターや病院と連携して、相談に応じています。相談内容に応じて、医療機関等のご紹介をしています。

自宅で受けるサービスと施設で受けるサービス

介護保険サービス利用者のうち
在宅サービスの利用者と
施設・居住サービスの利用者割合



施設・居住系サービス
在宅系サービス

※平成 31 年 3 月審査分

在宅系サービス

ホームヘルパーが自宅を訪問して、身体介護や生活援助を受けていただくサービスや、施設に通って食事や入浴ができるサービスがあります。

施設・居住系サービス

特別養護老人ホームや認知症高齢者グループホームなどに入所することで、食事や入浴などの日常生活の介護が受けられるサービスです。

住まいの確保にお困りの方に

— 名古屋市では、民間賃貸住宅の入居に関する相談を行っています！ —

●「民間賃貸住宅入居相談」— 住まいを一緒に探す窓口です

高齢者・障害者・低額所得者など住まいの確保に配慮が必要な方を対象に、民間賃貸住宅への入居に関する特別相談を実施しています。(相談無料・原則予約制)

- 相談員: 公益社団法人 愛知共同住宅協会から派遣された特別相談員
- 相談日時: 月2回・午後1時～午後4時(毎月の相談実施日は住まいの相談コーナーへ直接お問い合わせください)
- 実施場所: 栄市民サービスコーナー 住まいの窓口内
名古屋市「住まいの相談コーナー」(詳細は下記に記載)
- 予約受付: 名古屋市「住まいの相談コーナー」へ事前にお電話でご予約ください。
電話 052-242-4555
*相談希望日の前月1日(定休日の場合は1日以降の営業日)からご予約可能です。
*市内在住、在勤又は在学(予定者を含む)の方が対象です。

相談当日は、住まいの希望や条件などをお聞きしながらインターネットの賃貸住宅サイトなどを利用して、住まい探しについての助言や情報提供を行います。

ご希望があれば、相談後も引き続き電話により住まい探しのご相談に対応します。

※民間賃貸住宅への入居可否に関する最終的な判断は、不動産事業者等が行います(入居を確約するものではありませんので予めご了承ください)。

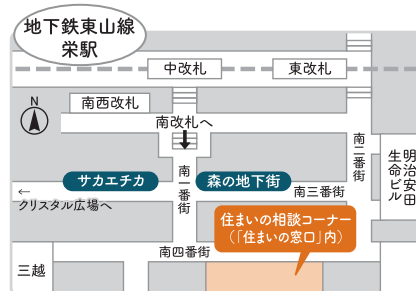
●栄市民サービスコーナー 住まいの窓口 名古屋市「住まいの相談コーナー」のご案内

- 営業時間: 午前 10 時～午後 7 時
- 定休日: 毎週木曜日、第2・4水曜日、年末年始
- 所在地: 中区栄三丁目5番12号先
栄・森の地下街 南四番街 南側



名古屋市「住まいの相談コーナー」では、「民間賃貸住宅入居相談」のほか、住まいや空き家利活用に関する情報提供・相談受付を行っています。

また、住まいの窓口内には、市営住宅・定住促進住宅・市公社住宅・県営住宅・県公社住宅及びUR賃貸住宅への入居に関する案内窓口も設置されていますので、あわせてご利用ください。





「いくつになっても暮らしたい南区」を目指して ～地域包括ケアシステム～

南区ってどんなまち？



【総人口】
136,073人
【世帯数】
63,427世帯
【65歳以上人口】
40,211人

お年寄りが多いてホント？

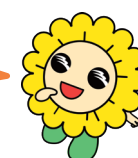


高齢化率 29.6% 名古屋市 No.1

一人暮らし高齢者数 6,404人
75歳以上高齢者のみ世帯数 1,901世帯

【統計データ】31.4.1現在

お年寄りが出かける場所ってどこにあるの？



みんなが支える・支えられる南区



illustration タケガミユリ

【統計データ】
31.4.1 平成27年国勢調査確定値を基礎とした推計人口

平成28年度 健康と暮らしの調査
(JAGES)から見た南区

強み 仲の良い友人との交流だけでなく、老人クラブやボランティアといった多様な人と交流があります。

弱み 健康や暮らし向きの不安を抱えている人や前向きな気持ちを持ってない人が多いようです。

元気な高齢者を
もっと増やしたい！
困っている高齢者を
支える仕組みが必要！

高齢者を支える仕組みづくりを考えています！



医師

日本一の地域包括ケアシステム(医療)を目指します！



歯科医師

歯科を通じ、区民のみなさんと医療・介護・福祉の糸を紡いで、すてきな南区を織り出します。



訪問看護師

「病気や障害があっても、住み慣れた地域で過ごしたい」という時の伴走者になります！



ケアマネット

生活している自宅に訪問して、生活・医療・介護等の相談を受け必要に応じて関係機関に連絡調整し、個人に合わせたネットワークをつくります。



区政協力委員

質の高い適切なリハビリテーションサービスを継続的に提供できる環境づくりを予防の段階から図り、地域社会に貢献します。

みんなで仲良く、頑張ります！



薬剤師

薬局の数はコンビニよりも多いといわれます。その強みを活かし困った方が相談の窓口につながるような役割を担います！



介護事業所
連絡会

地域の方のために介護事業者同士の横のつながりを強化する取り組みをしています。



民生委員

近隣の関係が希薄になっているといわれるが、いつまでも住み慣れた町で住み続けられるように、簡単なことは近隣同士や地域の中で助け合える地域になることを願っています。



リハネット

★高齢者・共生サロンに
関すること

自分の居場所、探してみませんか。



～大磯サロンの様子～

【問合せ先】
社会福祉協議会
☎ (052)823-2035
Fax(052)823-2688

★スマイル☆百歳体操

体操して筋力UP。
介護不要の生活をめざしませんか。



【問合せ先】
南保健センター
☎ (052)614-2813
Fax(052)614-2818

★趣味のサークル、同好会
等に関すること

60歳以上の市内在住の方を対象に健康増進・教養向上を目的とした企画を実施しています。



【問合せ先】
笠寺福祉会館
☎ (052)811-1282
Fax(052)822-1121

★他にもこんなところに相談
できます！

- 北部いきいき支援センター
- 北部いきいき支援センター分室
(大磯・春日野・菊住・桜・伝馬・道徳・豊田・明治・呼続)
- 南部いきいき支援センター
(笠寺・柴田・大生・宝・千鳥・白水・宝南・星崎・笠東)
- いきいき相談室
- 南区役所福祉課
- はち丸在宅支援センター
- 名古屋市在宅歯科医療・介護連携室

連絡先はP.13～14ページをご覧ください。

みんなで支えること、
私たちにできることって何だろう？
困っている人がいたら、
必要なところにつながって
助けられる南区が続くといいな。
by Miao



南区における地域ケア会議の取組み



【解説】#(ハッシュタグ) キーワード

地域包括ケア推進会議



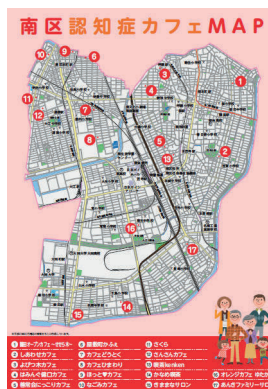
地域包括ケアシステム構築の推進母体として、高齢者を行うとともに、高齢者が地域において自立した関する検討をしています。

#医師 #歯科医師 #薬剤師 #柔道整復師 #区政協力委
業所連絡会 #訪問看護事業所連絡会 #ケアマネット #リ
#障害者基幹相談支援センター #社会福祉協議会 #いき
福祉課 #南区のために #地域福祉 #地域づくり #高齢者
住まい #生活支援 #地域づくり #地域包括ケアシステム

者への適切な支援を図るために必要な検
日常生活を営むために必要な支援体制に

員 #民生委員児童委員 #老人クラブ #介護事
ハネット #ボランティア #特別養護老人ホーム
いき支援センター #保健センター #南区役所
支援 #医療 #介護 #介護予防 #認知症対策 #
構築 #みんなで考えます

認知症専門部会



認知症になっても安心して暮らせるまちづくりを検討します。

#認知症普及啓発 #はいかい高齢者おかえり支援事業模擬訓練 #声かけ訓練 #認知症サポ
ーター779名 #ロバ隊長 #フォローアップ #認知症カフェネット #認知症カフェマップ #家族サ
ロン #介護保険事業所連絡会コラボ #認知症初期集中支援チーム #認知症ガイド #地域で支
える認知症 #医師 #グループホーム #ケアマネ #特別養護老人ホーム #警察 #民生委員 #
当事者 #介護家族

★いいがね〜 779件 ★ひとこと 42件 ★共有 20件

高齢者孤立防止対策部 会(つながろうねっ) & ネットワーク運営協議会



高齢者が孤立しない、させない地域体
#南区で暮らす人 #地域から孤立すること
者 #孤立しない #孤立させない #おがまる
高齢者見守りガイド #見守りPV #まるはっ
いきMAP #みなみシニア大集合 #見守り
医師 #警察 #消防署 #郵便局 #住宅供給

★いいがね〜 8305件 ★ひとこと 50件 ★共有 9件

制づくりを検討しています。
なく #元気に暮らせる地域を目指して #高齢
さんプロジェクト #見守りってどうするの #高
ゆ〜ぶ #見守りポスター #外出促進 #南区い
支援員 #大同大学 #いきいき支援センター #
公社 #上下水道局営業所 #新聞店

★いいがね〜 8305件 ★ひとこと 50件 ★共有 9件

在宅医療・介護連携会議



在宅医療あんしんサポートシステム、かかりつけ医による在宅医療提供体制の確
立・充実を目指します。医療・介護の連携強化の検討をしています。

#切れ目のない(24時間365日)在宅医療の提供 #在宅患者看取り協力機関4か所 #豊田ワ
リニック #ごうクリニック #植谷医院 #山口病院 #急変時後方支援病院6か所 #中京病院
#大同病院 #笠寺病院 #名南病院 #北村病院 #山口病院 #多職種連携 #地域の医療 #
訪問診療 #在宅歯科診療 #訪問看護 #薬剤師だって訪問します #退院後の支援 #はち丸
ネットワーク #ICT #ACP #人生会議 #はち丸在宅支援センター #名古屋市在宅歯科医療
・介護連携室

★いいがね〜 365件 ★ひとこと 24件 ★共有 9件

介護予防支援連絡会



生きがいや役割をもった高齢者を増やしたい!を目的に介護予防を検討します。

#南区シニアが元気になるプロジェクト #自主グループ支援 #保健センター #いきいき支
援センター #福祉会館 #社会福祉協議会 #スマイル☆百歳体操身近な場所で開催 #レッ
ツ☆スマイル隊 #スマイル体操みなみ #アジャスタフルアングル #ファイブコブ #ウォー
キンググループ #回想法 #認知症予防 #生きがい #役割 #みんなが元気になる #一人でも
頑張れる #みんなでも頑張れる #元気な高齢者をもっと増やしたい!

★いいがね〜 428件 ★ひとこと 11件 ★共有 107件

福祉に関する地域の課題を中心にみんなで考えます(地域ケア会議①)



#南区区政運営方針 #みなみひまわりプラン4 #地域福祉活動計画 #地域のみんなで話す会
#地域相談支援事業 #春日野学区 #あなたの福祉 #笠寺学区 #笠福 #区政協力委員 #町内
会長 #民生委員 #保健環境委員 #みんなで福祉を考えます #福祉って何だろう #みんなのし
あわせ #ミオー #がっく玉 #あいあいまいまい

★いいがね〜 373件 ★ひとこと 30件 ★共有 18件

自立を目指した高齢者支援を みんなで考えます(地域ケア会議②)



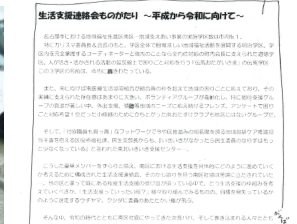
#多職種による事例検討会 #ケアマネ #介
業療法士 #言語聴覚士 #管理栄養士 #歯
福祉課 #リハネット #みんなで学ぼう #高
#めざせ!要支援から自立へ! #専門職から

★いいがね〜 8050件 ★ひとこと 16件 ★共有 12件

護サービス事業所 #薬剤師 #理学療法士 #作
科衛生士 #保健師 #いきいき支援センター #
高齢者が元気になる #ネットワーク #多職種連携
の助言#チーム8050

★いいがね〜 8050件 ★ひとこと 16件 ★共有 12件

生活支援連絡会



地域で活動する団体のネットワーク構築及び生活課題に
ついて検討しています。

#社会福祉協議会 #ボランティア #地域支えあい事業6学区 #
名古屋市No1 #小修繕「みなみ おたすけクラブ」 #南区の生活
課題って? #買い物難民? #人とのつながり大事 #ネットワーク #生きがい #役割 #おたが
いさま #地域の力を信じて #民間企業さんともつながりたい #ちょボラ #ここバリエすぽと
増やしたい!

★いいがね〜 2035件 ★ひとこと 6件 ★共有 6件

各種連絡先

令和2年1月現在

南区

いきいき支援センター(地域包括支援センター)…高齢者の総合相談窓口として健康、福祉、介護など生活のお困りごとは何でもご相談に応じています。担当地域のセンターをご利用ください。

名 称	所在地	TEL	FAX	担当地域(小学校区名)
南区北部いきいき支援センター	南区桜台一丁目1-25 桜ビル1階	811-9377	811-9387	大磯、春日野、菊住、桜、伝馬、 道德、豊田、明治、呼続
	分 室	南区道德通三丁目46	698-7370	698-7380
南区南部いきいき支援センター	南区前浜通3丁目10番地 南区在宅サービスセンター内	819-5050	819-1123	笠寺、柴田、大生、宝、千鳥、 白水、宝南、星崎、笠束

高齢者いきいき相談室…身近で気軽な相談窓口としていきいき支援センターと連携して相談に応じています。

相談室名	住 所	TEL	FAX	開設日時
介護支援センターなごみ	南区鶴里3丁目40番1	829-0391	819-2448	月～金／9:00～17:00 (祝日、12/29～1/3を除く)
支援センターミナミ	南区桜本町95番地1 アルスビル3階B号室	693-5582	825-4165	月～土／9:00～18:00(*) (祝日、12/29～1/3を除く)
福祉の幸 ケアプラン鶴里	南区弥生町195番地 アビリティⅡ弥生1F	823-0005	823-1393	月～金／8:30～17:30(*) (12/30～1/3を除く)
ハートマネジメント桜	南区鳥栖1丁目4番5号	819-6880	819-6884	月～土／9:00～18:00 (12/31～1/2を除く)
キュアケアサービスこころね	南区鳥栖一丁目5番2号	822-6982	822-6981	月～金／9:00～18:00 (年末年始を除く)
指定居宅介護支援センターはるかぜ	南区観音町6丁目20番地	693-1700	693-2722	月～土／9:00～17:00 (12/30～1/3を除く)
名南ふれあい病院指定居宅介護支援事業所	南区豊田5丁目15番18号	692-4038	692-7092	月～土／9:00～17:30(土は9:00～12:50) (*) (祝日、12/30～1/3を除く)
居宅介護支援事業所うちだばし	南区内田橋一丁目4番24号 セントラル内田橋1F	693-1117	693-1118	月～金／9:00～17:00(*) (祝日、12/29～1/3を除く)
ケアプランセンター内田橋なみき	南区内田橋二丁目10番22号	691-2348	691-3387	月～土／9:00～17:00 (祝日、12/29～1/3を除く)
なごやかハウス三条居宅介護支援事業所	南区三条二丁目16番42号	692-7781	692-7782	月～金／9:00～17:20 (祝日、12/29～1/3を除く)
名南診療所指定居宅介護支援事業所	南区内田橋二丁目9番3号	691-2567	691-2668	月～土／8:50～17:20(土は8:50～12:40) (*) (祝日、12/30～1/3を除く)
あくとケア名古屋	南区呼続四丁目26番34号 AnniversaryTeikoku401号室	819-3186	746-6920	月～金・祝日／9:00～18:00 (12/29～1/3を除く)
居宅介護支援事業所かなれ介護支援センター	南区松池町3丁目17-13	811-5515	811-5525	月～金／9:00～18:00(*) (祝日、12/29～1/3を除く)
在宅支援センターたつのこ	南区柵下町1丁目3番地 第2陽明ビル203号	819-0808	819-0809	月～金／9:00～18:00(*) (祝日、8/13～8/15、12/30～1/3を除く)
善常会居宅介護支援事業所	南区松池町2丁目14番地	811-9335	811-9362	月～土／8:50～17:20(*) (祝日、12/29～1/3を除く)
名古屋市南区ケアマネージメントセンター	南区前浜通3丁目10番地 南区役所内	819-5116	819-5128	月～金／8:45～17:15 (祝日、12/29～1/3を除く)
南区介護保険事業所	南区前浜通3丁目10番地 南区役所内	819-6200	823-2688	月～金／9:00～17:00 (祝日、年末年始を除く)
居宅介護支援事業所支援センターぬくもり	南区戸部町4丁目1番地2	819-4445	819-4446	月～金／9:00～18:00 (祝日、年末年始を除く)
大同居宅介護支援事業所	南区白水町9番地	611-8608	611-8686	月～土／8:30～17:00(土は8:30～14:00) (*) (祝日、年末年始を除く)
ケアマネジメントセンター大生	南区西又兵衛町3-74	611-4935	611-0262	月～土／8:15～17:00(*) (12/31～1/3を除く)
南生苑居宅介護支援事業所	南区西又兵衛町4-8-2	619-5310	619-5311	月～金／9:00～17:00
ケアプランみなみ	南区弥次工町4-63-2 ダイヤアートマンション1階	693-5635	693-9135	月～土／8:45～17:30 (年末年始を除く)
居宅介護支援事業所かきつばた	南区北頭町1-14 北頭ビル 2階A号	829-0111	829-0112	月～金／9:00～17:00(*) (祝日、12/29～1/3を除く)

相談室名	住 所	TEL	FAX	開設日時
たから診療所指定居宅介護支援事業所	南区北頭町2-35	611-1980	612-4895	月～土／9:00～17:00(土は9:00～13:00) (*) (祝日、12/30～1/3を除く)
かなめ病院指定居宅介護支援事業所	南区天白町1丁目5番地	619-5321	619-6017	月～土／9:00～17:00(土は9:00～12:30) (*) (祝日、年末年始を除く)
花乃舎居宅介護支援事業所	南区三吉町5-47	611-1101	611-0856	月～土／9:00～18:00 (12/29～1/3を除く)
はくすい居宅介護支援事業所	南区柴田町4丁目8番地 白水センタービル1階	613-6255	613-6256	月～土／9:00～18:00 (12/30～1/3を除く)
宝南指定居宅介護支援事業所	南区元塩町3丁目1番地の1	613-6055	613-7196	月～金／9:00～17:00(*) (年末年始を除く)
星崎診療所指定居宅介護支援事業所	南区星崎1丁目123番地	821-9261	821-9269	月～土／9:00～17:00(土は9:00～13:00) (*) (祝日、12/30午後～1/3を除く)
ケアマネハウスライフケア芝町	南区芝町30	838-9777	838-9766	月～土／9:00～17:00(*) (12/30～1/3を除く)

※祝日、お盆、年末年始等の開設日、開設時間については、各相談室にお問い合わせください。

※開設時間の末尾に(*)の記載がある相談室は、開設時間内であっても訪問等で職員が不在の場合もありますので、まずはお電話・FAXをお願いします。

区役所

名 称	所在地	TEL	FAX
南区役所福祉課	南区前浜通3丁目10番地	823-9411	811-6391

保健センター

名 称	所在地	TEL	FAX
南保健センター	南区東又兵衛町5丁目1番地の1	614-2811(代表)	614-2818

社会福祉協議会…ボランティア活動や地域福祉活動といった福祉に関する相談に応じています。

名 称	所在地	TEL	FAX
南区社会福祉協議会	南区前浜通3丁目10番地 南区在宅サービスセンター内	823-2035	823-2688

福祉会館…60歳以上の方を対象に、趣味・教養講座や認知症予防教室等を行っています。

名 称	所在地	TEL	FAX
笠寺福祉会館	南区白雲町57番地	811-1282	822-1121

はち丸在宅支援センター…自宅等で療養するにあたり心配や不安なことなど、在宅療養に関する相談に応じています。

名 称	所在地	TEL	FAX
南区はち丸在宅支援センター	南区松池町3番19号 笠寺病院1階	823-0874	823-0876

名古屋市

住まいの相談コーナー…高齢者向けの民間賃貸住宅の情報提供など住まいの相談に応じています。

名 称	所在地	TEL	FAX
名古屋市「住まいの相談コーナー」	中区栄三丁目5番12号先 栄・森の地下街 南四番街 南側	242-4555	242-4555

在宅歯科医療・介護連携室…名古屋市全区を対象に訪問による歯科治療や口腔ケアの相談に応じています。

名 称	所在地	TEL	FAX
名古屋市在宅歯科医療・介護連携室	南区弥次工町5丁目12-1 名古屋南歯科保健医療センター内	619-4188	619-4189

高齢者虐待相談センター…高齢者虐待の防止や早期対応のため、本人やご家族等からの相談に応じています。

名 称	所在地	TEL	FAX
名古屋市高齢者虐待相談センター	北区清水四丁目17番1号 総合社会福祉会館5階	856-9001	919-7585

成年後見あんしんセンター…認知症などによって自分一人では契約や財産の管理が難しい方への成年後見制度の活用の相談に応じています。

名 称	所在地	TEL	FAX
名古屋市成年後見あんしんセンター	北区清水四丁目17番1号 総合社会福祉会館5階	856-3939	919-7585

認知症コールセンター…介護経験者や社会福祉士などの専門職が認知症に関する相談に応じています。

名 称	TEL		
名古屋市認知症コールセンター	919-6633	734-7089	※令和2年4月1日より、こちらの番号に変更になります。

最新の連絡先については、市ウェブサイトにて掲載いたします。

介護予防の旬なトピック

今から始めてみませんか？介護予防！

メタボ

□□モからの○○○



フレイル!

そもそも フレイルって何？

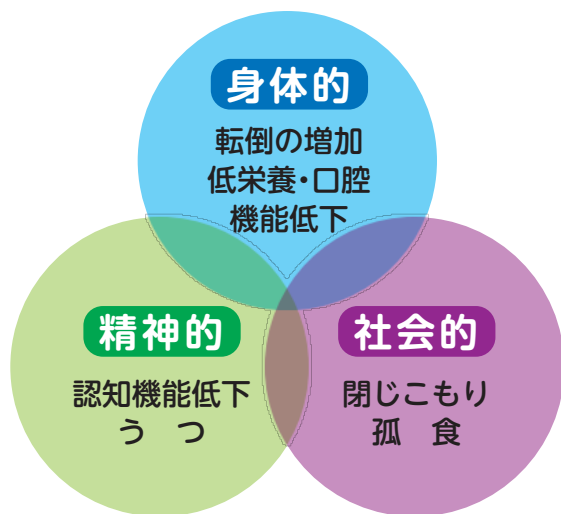
年とともに体力・気力が下がり心身の活力が低下した状態です。

しかし、大丈夫！

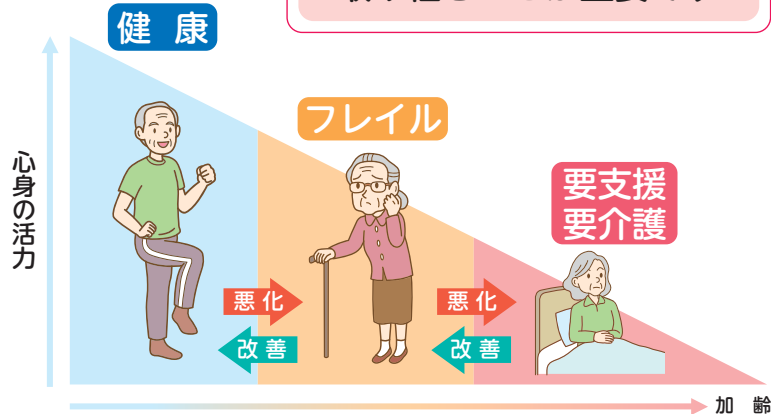
フレイルのうちは、あなた次第で改善できます！

フレイルの3つの要素

フレイルってこんな感じです
(概念図)



早めに気づいて、早めに
取り組むことが重要です！



じゃあどうやって フレイルを改善・予防するの？

ポイントは、「運動」「栄養・口腔ケア」「社会参加」をバランスよく取り組み、継続して取り組むことが大事です。今から始めてみませんか？介護予防！

