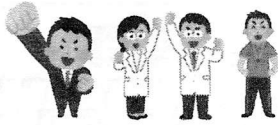




なかななか通信



このまちで
いつまでも
元気に暮らしたい
そんなあなたを
応援します。



知っておきたい！ 介護保険制度



介護保険制度は岡山市が保険者となって運営しています。40歳以上の方が加入者（被保険者）となって保険料を納め、介護が必要となったときには、費用の一部を支払ってサービスを利用できます。老後の不安である介護を、社会全体で支える制度です。

介護保険に加入する方（被保険者）

65歳以上の方は、介護が必要になった原因を問われません

65歳以上の方（第1号被保険者）

介護や日常生活の支援が必要になったとき、市の認定を受け、サービスを利用できます。



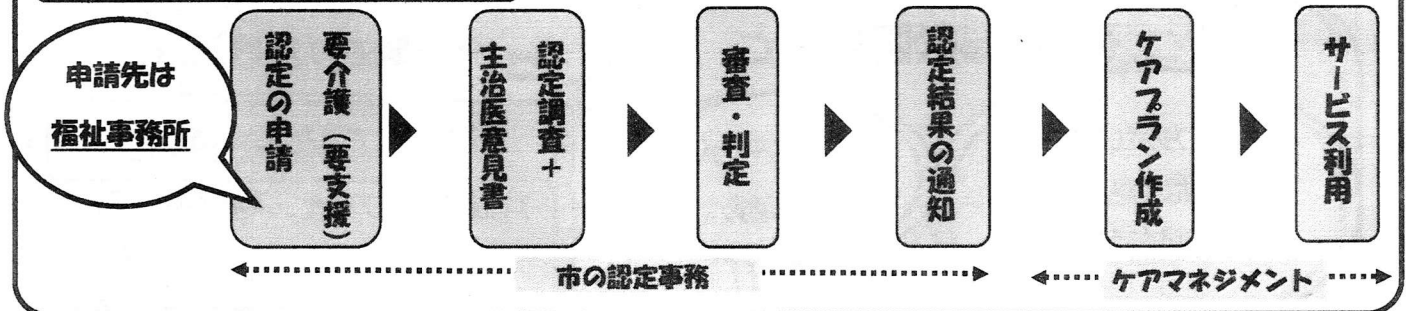
40歳から65歳未満の方（第2号被保険者）

特定疾病（16種類）により介護や支援が必要になったとき、市の認定を受け、サービスを利用できます。（医療保険加入者に限る）



サービスを利用するまでの流れ

サービスの利用を希望する方は、市の窓口申請をしましょう



介護サービス

ケアマネジャー等が作成するケアプランにもとづいて利用します

自宅で受ける

- 訪問介護
 - 訪問入浴
 - 訪問看護
 - 訪問リハビリテーション
- など

施設へ通う

- 通所介護
 - 通所リハビリテーション
 - 短期入所生活介護
- (ショートステイ)
- など

施設で暮らす

- 介護老人福祉施設
 - 介護老人保健施設
 - 介護療養型医療施設
- など

その他

- 福祉用具貸与
 - 福祉用具購入費の支給
 - 住宅改修費の支給
- など

相談窓口

本人や家族が申請に行けない場合は、成年後見人、居宅介護支援事業者や介護保険施設などで申請代行ができます。地域包括支援センターでは、ご相談をうかがった上で、申請代行やサービス利用まで支援を行います。

まずは、地域包括支援センターにご相談ください！



地域ケア会議をご存知ですか？

○地域ケア会議は、高齢者個人に対する支援の充実と、それを支える社会基盤の整備を同時に進めていく、地域包括ケアシステムの実現に向けた手法のひとつです。

○岡山市では、地域ケア会議を4つの会議に分類しています。

岡山市の地域ケア会議の流れ

小地域ケア会議

地域のみなさんと専門職が、実際に地域で困っている人の支援について考える場です。地域資源の把握や地域の困りごとの解決に向けて連携しています。

個別の困りごと

地域ケア推進会議

岡山市が政策形成をします。

政策にむけた提言

地域ケア連携会議

地域のみなさんや関係機関で地域の困りごとを共有して地域づくりについて検討しています。

個別の困りごと

地域ケア個別会議

介護保険サービス利用している方を支援していく中でみつける困りごとについて、関係機関とケアマネジャーで検討しています。

たとえばこんな困りごと

お隣の方がいつも同じ話ばかりするので心配だわ。

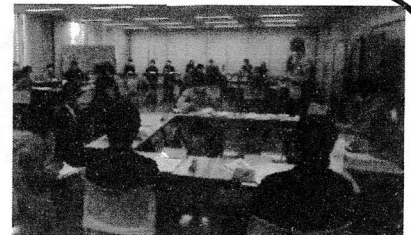
スーパーが遠いなあ。



12月2日に地域ケア連携会議が開催されました。

【地域活動の現状について①目指す地域の姿とは？②そのためにできること・出来そうな事は？】をテーマに活発な意見交換がされました。

参加者からは「色んな人の意見や考えが聞けて良かった」「他地区が頑張っている・他地区の取り組みは参考になった」「活発な議論ができた」等の意見がありました。



「支えるみんなの活動講座」が開催されました！

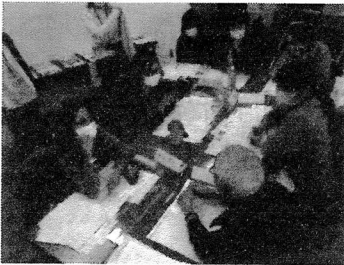
高齢になっても住み慣れた地域で自分らしく暮らしていけるよう身近な地域での支え合い活動、

『日常でのちょっとした困りごとのお手伝い、地域で集まれる居場所作りなど、困ったときはお互い様の地域を作るための活動』について学ぶ講座です。

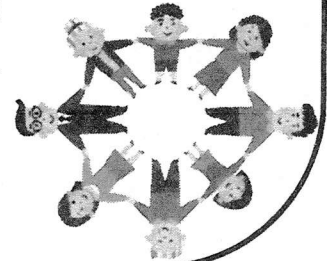
今年度は岡山市立東公民館で9月から11月にかけて3回に分けて養成講座が開催されました。



中区に住む地域住民の方々が参加され、支え合いの地域づくりについての講座、支え合い活動に取り組んでいる地域住民の方からお話を熱心に聞かれ



【ご近所ネットワーク】の大切さを感じられていました。参加された方からは「一人ではなく、みんなで少しずつ、できる事を、できる事からしていきたい」「子供から高齢者まで垣根のないサロンを開きたい」といった感想を聞くことができました。



地域に支え合いの花を咲かせましょう

※支えるみんなの活動講座に興味のある方は下記にご連絡ください

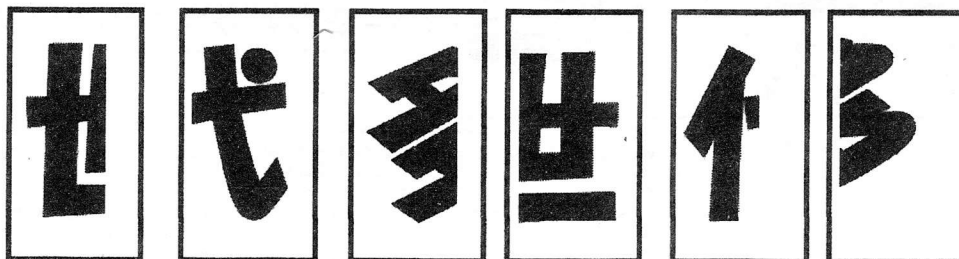
社会福祉法人 岡山市社会福祉協議会 中区事務所 (086)-238-9200



レッツチャレンジ！頭の体操



問題：並び替えて熟語をつくりましょう！



※ヒント：子どもから大人までいろいろな人々のこと

こんなふうに活動されています！

三勲学区に
お住いの中塚さん(96歳)
をご紹介します！

いきいき活動紹介 Vol. 19

◆これまでの活動

5歳から日本舞踊を始め「花柳 眞壽穂」という名前で何人ものお弟子さんを育ててこられました。82歳で現役引退した後も公演の運営など裏方の仕事や後進の育成を続けられています。

はなやぎ ますほ

令和3年11月に岡山市民会館で開催された『岡山日本舞踊協会公演』の運営に携わり、当初の予定を大きく上回る約900名の観客を迎える大成功に導きました。

新型コロナウイルス感染拡大のため二度の開催延期を経験してもあきらめず、感染対策を徹底して開催できるように尽力されました。

◆元気の秘訣

「一度決めたことはやりきる。」と日本舞踊の稽古や弟子の育成を通して得た決断力、行動力を日常生活にも活かされています。



◆これからの活動について

来年以降も公演を継続していく事ができるように、お弟子さんをはじめとした後進の指導を頑張っていきたいとお話しされていました。

*地域で活躍されている高齢者募集中！我こそはと思われる個人・団体の受け付けをしています。
中区地域包括支援センターまでご連絡下さい。

岡山市中区地域包括支援センター

地域で暮らす高齢者を保健・医療・福祉・介護などさまざまな面から総合的に支える機関として、設置された公的機関です。

保健師・看護師、社会福祉士、主任ケアマネジャー等の専門職が高齢者の相談に応じます。

高齢者や家族の
相談窓口です

みなさんの
権利を守ります

高齢者が
暮らしやすい
地域づくりに
取り組みます

地域での
介護予防の
取り組みを
応援します

ウェブサイトもぜひご覧ください！



本センター（富山・旭操・操明・操南小学校区担当）☎274-5172

中区分室（旭東・平井・三勲・宇野小学校区担当）☎206-2871

高島分室（財田・竜之口・幡多・旭竜・高島小学校区担当）☎275-3205

クイズの答え：多世代