麻溝生活応援ガイド

麻 溝 高 齢 者 支 援 センター (地域包括支援センター)







麻溝公園



2042-777-6858

※掲載内容は令和3年4月現在の情報です。

麻溝高齢者支援センターは、地域の身近な相談窓口です。



主仟ケアマネジャー

社会福祉士

保健師又は経験豊かな看護師・主任ケアマネジャー・社会福祉士の3職種が連携して支援します。高齢者ご本人やご家族、ご友人や近隣にお住まいの方など、お電話か訪問による相談ができます。相談は無料です。

高齢者(地域包括)支援センターは相模原市から委託を受けた公的な機関です。

支援センター内

フリースペースご利用のご案内

10人ぐらいの方が集えるスペースを貸し出しています。 利用料金は無料です。お電話にてご予約下さい。



表紙写真協力: 鮎川宜正さん、佐藤文雄さん

ホームページのご案内

センターの取り組み、各種教室やイベントのご案内など最新情報はこちら

https://www.wagen.or.jp/asamizohoukatsu/





センターの主な取り組み

暮らしやすい地域づくり [地域ケア(地域づくり部会)]

自治会連合会・地区社会福祉協議会・民生委員児童 委員協議会・老人クラブ連合会などの地域の団体が 協働し、暮らしやすい地域づくりの実現に向けて取り 組んでいます。

介護・健康・福祉のご相談

介護保険の申請やサービスの紹介・調整、医療との連携、認知症のご相談。

元気のお手伝い【介護予防教室】回覧板やチラシ等でご案内します。

いつまでも元気に暮らしていくために「運動・栄養・ 口腔・認知症・うつ・閉じこもり」の予防について 楽しく学びましょう。

介護者をサポート『家族介護者教室』

介護という経験を通して、お互いの悩みを相談したり、情報交換したり、おしゃべりを楽しみながらリフレッシュしませんか。楽しい企画や役立つセミナー等を企画しています。

高齢者の権利を守ります

成年後見制度のご案内、高齢者虐待や消費者被害のご相談。



相談の窓口

団体はを

相談の窓口

のご案内のご案内

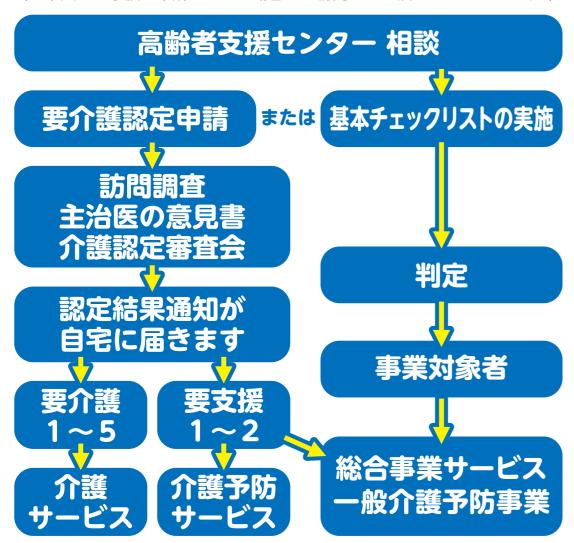
団地体域

とを

集まりどころ

介護保険サービス、 総合事業サービスの流れ

介護保険の申請は高齢者支援センターが代行申請いたします。ご相談ください。 (ご本人・ご家族が来所できない場合は、訪問させて頂くこともあります。)



【基本チェックリスト】

心身の状況に関する 25 項目の質問により、介護が必要な状態を判定するものです。 基本チェックリストの実施については、麻溝高齢者支援センターにご相談下さい。

【介護保険を申請できる方】

- ① 65 歳以上の方で日常生活に支援や介護が必要になった時
- ② 40 歳以上 64 歳以下の方で、国が定めた 16 の特定疾病により支援や介護が 必要となった時

相模原市 高齢者在宅福祉サービスのご案内

たとえば…

相模原市では高齢者の日常生活を支援するため、様々な在宅福祉サービスを実施しています。

給食サービス

要介護 (要支援) 認定を受けている方、総合事業対象者の方及びこれに準ずる方のうち、高齢者のみの世帯等で食事の支度が困難な方に、夕食を週4回以内(月・火・木・金)、ご自宅へお届けします。※利用者負担あり



紙おむつ・尿とりパッドの支給

在宅のねたきり 高齢者、障害者(児) 等で常時失禁状態 にある方に紙おむ つや尿とりパッドを 支給します。

※生活保護制度利用者は 対象外※所得制限あり



はり・きゅう・マッサージ施術料助成

70歳以上の方に、一部助成券を、年間最大12枚(年度途中の申請は、申請月から1か月当たり1枚)交付します。【助成券との差額は利用者負担。また、保険診療との併用は不可】。

※70 ~79 歳の方には所得制限あり



ねたきり高齢者等移送サービス利用助成

要介護4~5の認定を受け、ストレッチャー又は車いすにより居室及び移送車両間の全介助を要する方等に、介護タクシー料金の一部利用券を交付します。【利用券との差額は利用者負担】。



寝具乾燥消毒サービス

緊急一時入所サービス

電話訪問サービス

ねたきり高齢者出張理美容サービス助成】

電話貸与サービス

緊急通報サービス

認知症高齢者・障害者等 SOS ネットワークシステム

認知症高齢者・障害者等見守り検索サービス

- ●各サービスには、利用要件等があり、申請されても利用できない場合があります。
- ●一部サービスの申請には、高齢者支援センターによる調整が必要です。 詳しくは麻溝高齢者支援センターまでお問い合わせ下さい。

のご案内のご案内

団体と情報

地域を支えている団体と情報

地域活動や日常生活の困りごとを支援したい!

老人クラブ連合会

☎769-8354

北里グリーンクラブ・丹頂会・睦会社会奉仕や趣味・レクリエーション活動を 通じ、仲間作りをしながら談話や外出を楽しみます。

麻溝地区自治会連合会

☎778-2381

地域の共通課題を地域住民が力を合わせて、自主的に解決していく話し合い と心の触れ合う場として、また住民の意思や要望などを市政に反映させるパ イプ役にもなっています。

麻溝地区民生委員児童委員協議会

福祉に関する相談窓口として活動し、一人暮らしや高齢者世帯への声掛けや 安否確認も行っています。また高齢者支援センターと連携して、地域の諸問題 に関して行政機関などへの働きかけも行っています。

麻溝地区社会福祉協議会

☎778-2381

サロン活動やボランティアグループ、福祉団体や学校 などに根ざし様々な福祉活動をサポートしています。 高齢者の方を対象に安心グッズ「安救さん」を希望者 に配布しています。



地域ケア会議

個別のケースを検討し地域づくりを行っていくための会 議です。地域の方々、ケアマネジャー、医療機関の方など が参加します。

地域づくり部会 地域の関係者、生活支援コーディネー ターが中心になり地域づくりを進めます。

個別事例部会 個別のケースをセンター職員、ケアマネ ジャー、サービス事業所、医療関係者、 地域の方などが関わり考えていく会議です。

ボランティアセンターあさみぞ

水・金10:00~12:00。お手伝いを必要としている方とボランティアをしたい方、どち らの相談も伺い住民同士が支え合っていけるよう活動しています。

☎765-7085

65 歳以上の方が登録して市内の高齢者福祉施設でのボランティア活動や高齢者支援セン ターの事業活動支援などを行うと、実績のポイントに応じて報償金を受け取ることができます。

介護予防サポーター(悠遊シニアスタッフ)

市の養成講座を受講後、地域で行われる介護予防の普及啓発や高齢者支援センターが行う介 護予防事業に協力して頂くサポーターさんです。

シルバー人材センター

原則 60 歳以上の高齢者を対象に、屋内外の安全な作業や趣味を生かした活動や講習を 通じて新しい技術の習得など、幅広い分野で高齢者の生きがいを支援しています。

認知症サポーター

☎777-6858

[認知症サポーター養成講座]を受講して認知症について正しく理解し、地域 で暮らす認知症の方やそのご家族を見守り支援します。

いるかバンク

\$765-7085

ボランティアに関心のある人や趣味・特技を披露してくださる団体が登録して頂くボラン

住民主体の新しい生活支援サービスが始まりました!

シニアサポート活動

麻満新緑の会

認知症サポーター養成講座の講師役である「キャラバン・メイト」 のメンバーを中心に、住み慣れた麻溝地域で安心して暮らし続け るため、日常的な困りごとをお手伝いするサービスを開始しまし た。闲ったときは、お互いさま!活動の担い手も募集中です。

対象:要支援・事業対象者の認定を受けた方

内容:ゴミ出し、買い物代行

※利用者負担あり



相談の窓口

地域の皆さまの集まりどころ

ふれあい・いきいきサロン

☎778-2381

月に1回程度、皆さんで集まってお茶を飲みながら、楽しくおしゃべりや作品作り、ゲームな どを実施しています。 会場:地区内10か所で開催

ふれあい・子育てサロン

☎778-2381

(麻溝地区社会福祉協議会)

親子で気軽に参加し、遊んだりおしゃべりしながら交流する場です。地域の皆さんのボランティ アなどによって運営されています。 会場:地区内4か所で開催

元気倶楽部

22701-7704 (南高齡·障害者相談課 (高齡福祉班))

65歳以上で運動することに支障がないけれど体力に不安のある方を対象とした体操教 室です。市内公民館等で実施しています。

あさみぞみんなの食堂・コミュニティカフェ

☎070-8400-03

地域の皆さまのコミュニケーションの場としてご利用ください。喫茶、ワンコインランチ、体 操教室、お弁当の配布等を行っています。 会場:下原公会堂(下溝 2067)

ふらっとカフェ

福祉施設の交流スペースなどをお借りして、ふらっと♪立ち寄れるカフェが運営されています。 おしゃべり、ティータイム、運動、脳トレ、月替わりのイベントが行われています。

最新情報は麻溝高齢者支援センター ホームページをご覧ください!









※新型コロナウイルス感染症等の影 響により開催状況が変更となる場合 がございます。開催状況につきまして は、各問合せ窓口へご確認ください。

https://www.wagen.or.jp/asamizohoukatsu/

麻溝健康プロジェクト

麻溝地域の皆さまの力で、近くで運動・脳トレ・仲間づくりができる居場所が増えています!



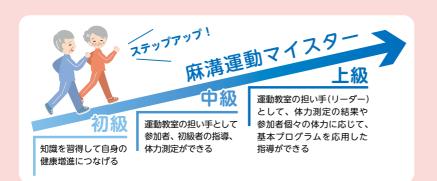
	名称	開催日時	場所
0	麻溝生き粋サイズ	每週木曜日	上庭自治会館
	サテライト上庭	9:40~11:40	(下溝1130)
2	麻溝生き粋サイズ サテライト堀之内	每週水曜日 9:30~11:30	堀之内自治会館 (下溝1826-1)
	キラメキ堀之内	每週金曜日 9:30~11:30	
3	麻溝生き枠サイズ	每週火曜日	下原公会堂
	サテライト下原	10:00~12:00	(下溝2067)
4	あさみぞ百歳体操	每週月·金曜日	中丸自治会館
	中丸元気クラブ	9:30~11:30	(下溝532-6)
5	あさみぞ百歳体操	每週金曜日	麻溝ふれあいの家
	なごみ会	14:00~15:00	(当麻1347)
6	あさみぞ百歳体操	每週月曜日	当麻自治会館
	たいま 100	13:30~15:00	(当麻2090-4)
7	麻溝百歳体操 古山台百歳体操	每週金曜日 10:00~11:00	マナーハウス麻溝台 (下溝3018)
8	あさみぞ百歳体操	每週木曜日	エスペランサ相模原
	古山はつらつ体操	9:30~10:30	(下溝343-1)
9	麻溝生き粋サイズ	第1·3·4火曜日	大下公会堂
	粋イキ下溝	9:30~11:30	(下溝1444)
10	畑ヶ中	每週水曜日	畑ヶ中自治会館
	いきいき百歳体操	14:00~15:00	(下溝976-1)
0	麻溝生き粋サイズ サテライトなないろ	第1·3月曜日 9:45~11:45	当麻862-16
12	すみれの会	每週火曜日 10:00~11:00	麻溝ふれあいの家 (当麻1347)

[※]令和3年4月現在

あなたも地域の担い手になりませんか?

麻溝運動マイスター制度

北里大学老年学准教授の上出直人先生の指導の下、麻溝地区の皆様が主体となって作り上げた運動を中心とした健康増進活動です。





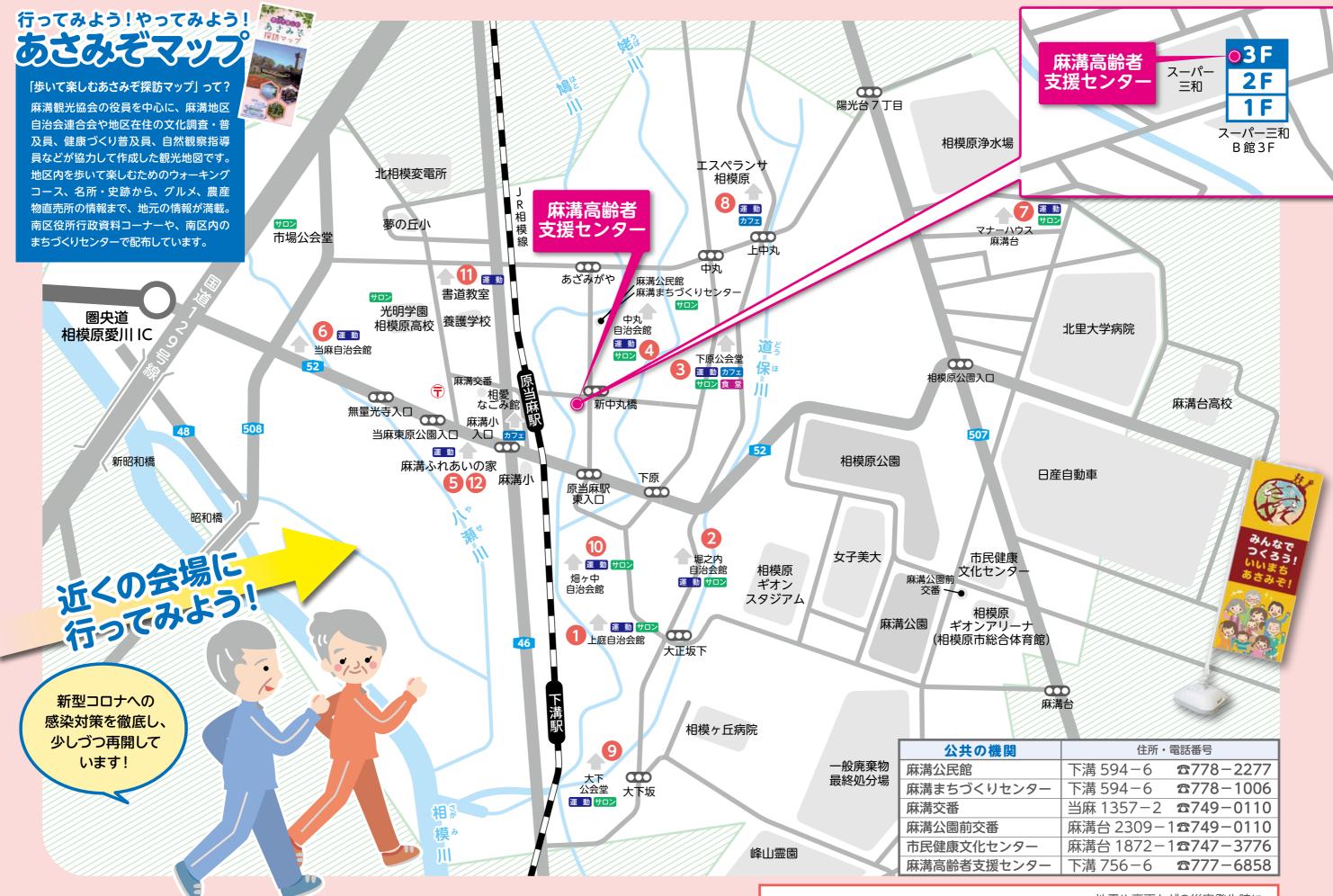
マイスターカードが 発行されます。



☆マイスター特典☆

このロゴマークのある地域の協賛店でそのお店ごとの特典が受けられます!

[※]新型コロナウイルス感染症対策のため、日程・開催場所に変更が生じる可能性がございます。詳しくは、高齢者支援センターまでお問い合わせ下さい。



[※]令和3年4月1日現在の情報です。

[※]最新の開催情報は、麻溝高齢者支援センターまでお問い合わせください。

集まりどころ地域の皆さまの

のご案内のご案内

団地体域

を支える

相談の窓口

金銭管理や判断能力が不安になってきた

日常生活自立支援事業

【対象者】判断能力が不十分な高齢者や障害のある方

【内 容】福祉サービスの利用手続きや、日常生活費の出し入れ、公共料金などの支払いを代行します。また、定期預金などの重要書類等を銀行の貸金庫にてお預かりします。

【問合せ】相模原市社会福祉協議会[さがみはら成年後見・あんしんセンター]

☎756-5034まで

【場 所】あじさい会館2階 社会福祉協議会内

【受付時間】月曜日~金曜日(祝日・年末年始を除く) 午前9時から午後5時まで

成年後見制度

【内 容】認知症や知的障害、精神障害などにより判断能力がなくなった方や不十分な方が、 悪徳商法の被害にあったり相続や売買などで不利益をこうむったり、人間としての尊厳 が損なわれたりする事がないように、法的に守り支えていく制度です。

【問合せ】麻溝高齢者支援センター **☎777-6858**

悪徳商法被害にあわないために…

悪質な訪問販売やオレオレ詐欺等の消費者被害が増えています。

- ① いらない時には「いりません」ときっぱり断る
- ② 心あたりがない物は受け取らない
- ③ 1人で決めず家族や友人に相談する
- 4 お金はすぐに支払わない事が大切です



困ったときは… ビデオ通話を利用した対面相談(リモート)ができます。

【来所相談】消費生活総合センターへ相談の上、事前予約

【電話相談】消費生活総合センター ☎775-1770

【場 所】緑区橋本6-2-1 シティプラザはしもと内(イオン橋本店6階)

【受付時間】月曜日~金曜日 午前 9 時から午後 4 時まで(第 2・4 金曜日は午後 6 時まで) 土曜日・日曜日・祝日等 午前 9 時から正午まで・午後 1 時から午後 4 時まで 12/29 ~ 1/3 は休み

高齢者虐待の相談

あなたの周りにこんな高齢者はいませんか?

- □顔や腕に不自然なあざがある。 □大声で怒鳴る声が聞こえる。
- □最近、外で見かけなくなった。 □訪ねても家族が会わせてくれない。

あなたの通報が高齢者と介護者を救うきっかけとなります!相談・通報者の秘密は守られます。 【相談窓口】地域の相談窓口 麻溝高齢者支援センター **2777-6858**

市の通報・相談窓□ 南高齢・障害者相談課(高齢福祉班) ☎701-7704

認知症かな?と思ったらまずは

相談しましょう

〇かかりつけ医

必要な場合はかかりつけ医から認知症の 専門医療機関を紹介してもらいましょう。

○もの忘れ相談

医師に相談ができます。※要予約

南高齢・障害者相談課(高齢福祉班) ☎701-7704

○医療に関する専門相談

相模原市認知症疾患医療センター(北里大学病院内)

☎778−8229

月~金 午前9時~午後4時半

〇麻溝高齢者支援センター

認知症かどうか分からない、イライラして喧嘩してしまう…まずはご相談下さい。

認知症の方とその家族のためのサポート情報

【相談窓口】麻溝高齢者支援センター

○認知症初期集中支援チーム

認知症が原因と思われることで、困っている方のご自宅などに訪問 させて頂きます。その後、医師を含めた専門チームが支援を行います。

〇支え手帳

ご家族・医療・介護など支援者が情報共有し、認知症の方とご家族 が安心してケアが受けられるための手帳です。

○認知症高齢者・障害者等 SOS ネットワークシステム

ご本人の状況や緊急連絡先などの情報を「事前登録」して頂くことで警察や交通機関、福祉関係等のネットワークによる早期発見の協力が得られます。

[ひばり放送]の捜索依頼は、警察署へ(「一時的所在不明届」を提出)

相模原南警察署 生活安全課 ☎749-0110 ※申請が必要です。(無料)

〇認知症高齢者・障害者等見守り検索サービス

小型発信機を身につけてもらい、行方が分からなくなった時に居場所を検索し家族等に伝えます。

〇家族介護者会

今までの経験や現在の悩みなどを話したり、介護に関する勉強会を定期的に行っています。

○友知草の会

相模原市内で認知症の方を介護するご家族の会です。



"高齢者あんしん相談"ネットワーク

その他の相談

協力事業所に麻溝地区内すべての入所 系介護保険事業所等のご協力を頂いて います。高齢者支援センター以外でも身 近な場所で気軽に相談できます。また、 独自に「AMFK(麻溝地区の未来の福祉 を考える会)」を設け、麻溝地区内の地域 の介護福祉事業所同士の連携や地域貢 献活動も行っています。





こちらのポスターが目印です

ちょっと

`おしえて コール相模原

(相模原コールセンター)

2042-770-7777

相模原市に関する総合的な問い合わせ午前8時から午後9時まで(年中無休)

ホッと! あんしんダイヤル

20120-268124

高齢者の健康、介護などの日々の悩みや心配事に平日午後5時から翌日午前8時30分まで(土日祝は24時間)いつでも看護師・ケアマネジャーの資格を持つ専門相談員が対応します。

発行年月日 令和3年6月 発行部数 1200部

編集・発行 麻溝高齢者支援センター 〒252-0335 相模原市南区下溝 756-6

☎ 042-777-6858 FAX 042-711-9975

URL: https://www.wagen.or.jp/asamizohoukatsu/index.html

※この情報誌は相模原市の委託を受けて発行しています。