

いきいき笑顔応援プロジェクト

高齢介護課
1階③番窓口
☎939・1164

住み慣れたわが街で、いきいき笑顔で暮らし続けるために

いきいきとした生活を楽しみたい



「これから始められる地域活動や趣味のグループを探したい！」
「このあたりでおすすめの散歩コースや座れる場所ってどこ？」

体が少し弱ってきたり、体力に自信がなくなってきたりしても、積極的に外出することや、目標・希望を持つことはとても大切です。

そこで、いきいきとした生活を楽しむためのヒントを集めた「いきいき笑顔応援ガイド」を作りました。身近で役立つ情報をたくさん盛り込んでいます。

元気で過ごすためにどうすればいいか、気になっている方に是非読んでほしい冊子です。

配布場所 高齢介護課・地域包括支援センター 配布時期 3月中旬から



A4版、36ページ



改めて知っておきたい、介護保険のしくみ

このコーナーでは、趣味や生きがいを持って様々な活動に積極的に参加することが、介護予防につながり、毎日をいきいきと過ごせるとお伝えしてきました。それでも、いざ、介護が必要になったら…。よくある質問にお答えします。

体力に少し自信がなくなってきたので、介護の認定を申請しておいた方がいいですか？



介護の認定を持つ人や、介護サービスを利用する人が周囲に増えてくると、申請しなければと不安になるかもしれません。

要介護認定は、原則として申請日から30日以内に結果が出ますので、サービスを利用する予定が特にならない場合は申請しておく必要はありません。もしも早急にサービスが必要となったときは、結果を待たずに利用することができますので、ご相談ください。

なお、認定がない方でも、市の事業としてリハビリテーションの専門職などの訪問により、元気になるためのアドバイスを受けることができますので、市や地域包括支援センター（☎937・2641）へご相談ください。

要介護認定にはお金がかかりますか？

認定申請に自己負担はありません。ですが、申請が行われてからの主治医意見書の作成や、認定調査や審査会の実施といった手続きには費用がかかり、これらは税金で賄われています。

限られた財源の中で、必要なときに必要な方がスムーズに認定を受けサービスを利用できるよう、ご協力をお願いいたします。

ケアマネジャーはどんなことをする人ですか？

ケアマネジャー（介護支援専門員）は、介護に関する幅広い知識を持った専門家です。どのようなサービスが必要かは、心身の状態や本人・家族の希望により一人ひとり異なるため、それぞれに応じたケアプランを作成し、目標が達成されるよう支援します。困っている状況やできるようになりたいことをケアマネジャーに伝え、望む暮らしが続けられるよう、サービスを適切に利用しましょう。

介護保険は、あなたの「したい」「できるようになりたい」と思うことを、自分の力でできるように支援する制度です。いつまでもいきいきと暮らし続けられるよう、正しい知識を持って制度を上手に使いましょう。