



高齢者相談 センターに ご相談ください

高齢者相談センターとは、高齢者の皆さんが住み慣れた地域で
安心して生活を送るための総合的な相談・支援の窓口です。

習志野市は「地域包括支援センター」を「高齢者相談センター」と呼んでいます。

〔習志野市が業務委託して運営している公的機関です〕

専門スタッフがチームで対応します

社会福祉士



主任ケアマネジャー



保健師または看護師



介護・医療・福祉などの専門スタッフチームが様々な相談対応や手続きをお手伝いします。
また、介護予防や健康づくりのための様々な活動に地域の皆さんと取り組み、
安心して暮らしやすい地域づくりをめざします。

スタッフには法律で守秘義務が課せられており、プライバシーは守られますので安心してご相談ください。



介護について相談したい

Q 介護保険はどうやって使うの？
申請に行けない時はどうしたらいい？

A 要介護（要支援）認定の
申請のお手伝いをします。

認定申請

介護保険を利用するには、市役所介護保険課への「要介護認定の申請」が必要です。

※高齢者相談センターは手続きの代行もします。

訪問調査

後日、介護保険課より、ご本人の心身の状況をうかがうため市役所の「調査員」が家庭訪問します。事前に日程調整の連絡をします。

判定

訪問調査結果、医師の意見書、コンピューター次判定、認定審査会により「要介護1～5」「要支援1・2」「非該当」の要介護区分が決定します。

Q 介護保険で利用できるサービスを教えて

A **要支援1・2**と判定された人は、介護予防サービスが利用できます。
要介護1～5と判定された人は、介護サービスが利用できます。

要支援 1・2と判定された人

高齢者相談センターに連絡し、担当者と介護予防ケアプランを作成します。

要介護 1～5と判定された人

居宅介護支援事業所に連絡し、担当ケアマネジャーとケアプランを作成します。

- ①訪問サービス（介護、入浴、リハビリ）
- ②通所サービス（介護…デイサービス、リハビリ…デイケア）
- ③短期入所サービス（ショートステイ、医療型ショートステイ）
- ④福祉用具貸与
- ⑤住宅改修費支給 など

Q 要介護認定の結果が「非該当」でも使えるサービスはあるの？

A 介護予防・生活支援サービスが利用できます。

訪問型サービス

ホームヘルパー等が訪問し、調理や掃除を利用者と一緒に行います。

通所型サービス

デイサービスセンター等に通い、食事入浴のサービスや、生活機能維持向上のための体操等を行います。短期集中型の生活機能改善プログラムの利用もできます。

高齢者相談センターにご相談ください。基本チェックリストで日常生活に必要な機能が低下していないかを判定し、該当する人は事業対象者としてサービスを受けることができます。要支援1・2の認定を受けた人も対象になります。

みなさんの状況にあわせて
お手伝いしますので、
気軽にご相談くださいね！





生活上の不安を相談したい

Q 物忘れが増えて、お金の管理や契約など自分で判断できなくなるのが不安…

A 財産管理に関する手続きを支援します。

認知症などで判断能力が衰えた場合に備えて、「成年後見制度」などを活用しましょう。

成年後見制度は、判断能力が不十分になった人が、財産管理や日常生活上の契約で不利益がないように、後見人などを選任して支援を行う制度です。習志野市成年後見センター等と協力して対応します。

成年後見制度



Q 怒鳴り声がよく聞こえるけど大丈夫？
ご近所のお年寄りの様子がおかしい…

A 虐待かも？
と思ったらご連絡ください。



高齢者本人やその家族だけではなく、地域の人たちも虐待を発見したり、「もしかしたら虐待かもしれない」と思ったら、迷わずご連絡ください。

虐待の早期発見・把握に努め、市役所・警察など様々な関係機関と連携して対応します。

Q 販売員に強引に説得され、高額な商品を買ってしまった／買った覚えのない請求書が届いた

A 消費者トラブルはひとりで悩まず相談を！

高齢者を狙った振り込め詐欺や、悪質な訪問販売の被害が増えています。

「何かおかしい」と思った時や、実際に被害にあった時はご相談ください。
警察や消費者センター等と協力して対応します。



Q 最近、親の「物忘れ」が増えてきて困っています

A 認知症かも？と思ったらご連絡ください。



認知症は誰もがなる可能性があります。
まずは病気を正しく理解して、適切なケアや生活支援の準備をしましょう。

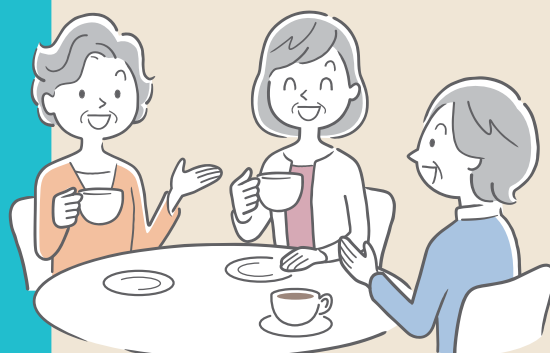
高齢者相談センターでは「認知症の人の状態に合わせた支援」を医療・介護・福祉分野の専門家と連携して行います。



地域の人の交流や 介護予防に取り組みたい

Q 人と話す機会が減って
家に閉じこもりがち…

A 身近な地域交流の場
などご案内します



高齢者相談センターが主催する
「つどいの場」や、社会福祉協議会
や地域で開催されている「サ
ロン」などをご案内します。

Q 同じように介護している人と
交流する場はありますか？

A ならしのオレンジテラス
(認知症カフェ)に行ってみましょう

認知症の人とその家族、医療や介護の専門スタッフ、そのほか認知症
に関心のある地域の方ならどなたでも参加できる場所です。

楽しく交流ができ、専門のスタッフに気軽に相談や質問ができます。
活動場所のお問い合わせはお近くの高齢者相談センターへ。

Q 最近、転びやすく骨折が心配…何かできることある？
／元気だけど、体力に自信がなくなってきた…

A 65歳以上の人利用できる市の介護予防教室や
講座、相談をご紹介します。

認知症予防

脳の活性化プログラム

●問い合わせ→健康支援課へ

食生活改善

食生活なんでも相談

●問い合わせ→健康支援課へ

低栄養改善

シニアの栄養 歯つらつ講座

●問い合わせ→健康支援課へ

お口の健康

- ①シニアお口の相談室(歯科医師による健康相談)
- ②歯科医師による健康講座

●問い合わせ→健康支援課へ

足腰を鍛える

足腰げんき塾

●問い合わせ→健康支援課へ

転倒予防体操

(てんとうむし体操)

転倒予防体操推進員による
体操の普及活動

●問い合わせ→高齢者支援課へ

介護予防講座

10人以上のグループに実技を交えた健康講座を行います。

まちづくり出前講座

●問い合わせ→健康支援課へ

リハビリテーション職による介護予防講座

●問い合わせ→高齢者支援課へ

〈問い合わせ〉

習志野市役所 健康支援課

TEL.047-453-9302

FAX.047-454-2030

習志野市役所 高齢者支援課

TEL.047-407-4560

FAX.047-453-9309

詳細は「広報習志野」・市ホームページでご確認ください。



認知症地域支援推進員、
生活支援コーディネーター

とは？

高齢者相談センターに配置されている専
門のスタッフです。誰もが安心して暮ら
すように、皆さんと地域づくりを進めます。

どんなことを
しているの？

- ★必要な支援や提供の仕組みを、地域の皆さんと一緒にづくり。
- ★関係者同士のつながりを深め、ネットワークをつくり。
- ★認知症の人とその家族の理解者・応援者を増やします。

高齢者相談センター

[地域包括支援センター]

業務時間：月～金曜日

(祝日・年末年始を除く)

午前9時～午後4時30分

※緊急の場合、高齢者相談センターは
時間外でも電話に応じます。

**お住まいの地域により担当する
センターが決まっています。**

都合により、担当のセンターまで行けない場合は、
訪問も実施しておりますのでご相談ください。

担当
区域

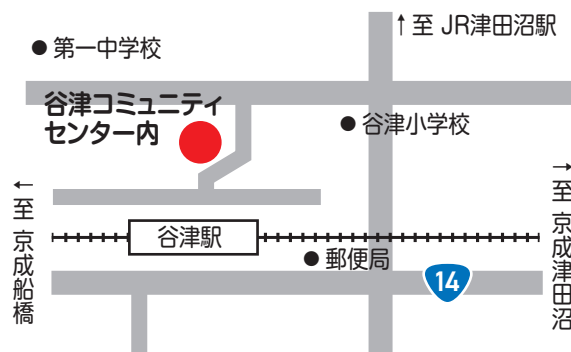
谷津・谷津町・奏の杜

谷津

高齢者相談センター

TEL 047-470-3177

FAX 047-472-0188



谷津5-16-33 谷津コミュニティセンター内

担当
区域

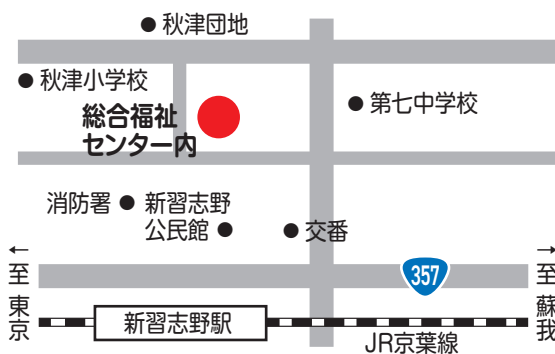
秋津・茜浜・香澄・芝園・袖ヶ浦

秋津

高齢者相談センター

TEL 047-408-0030

FAX 047-451-1113



秋津3-4-1 総合福祉センター内

担当
区域

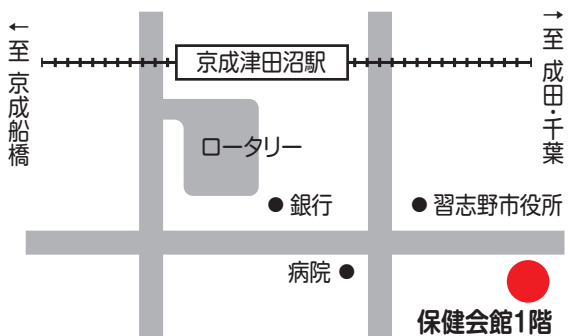
津田沼・鷺沼・鷺沼台・藤崎

津田沼・鷺沼

高齢者相談センター

TEL 047-408-1600

FAX 047-408-1610



鷺沼1-2-1 保健会館内

担当
区域

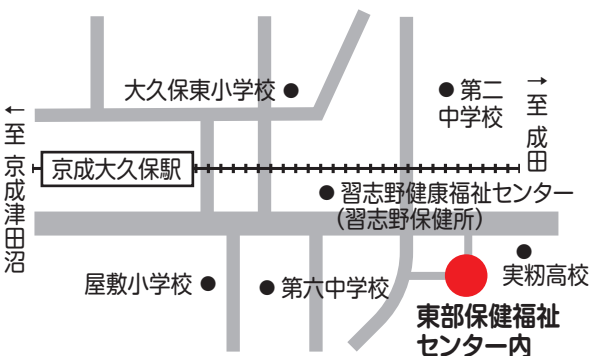
花咲・屋敷・泉町・大久保・本大久保

屋敷

高齢者相談センター

TEL 047-409-7798

FAX 047-409-7793



屋敷4-6-6 東部保健福祉センター内

担当
区域

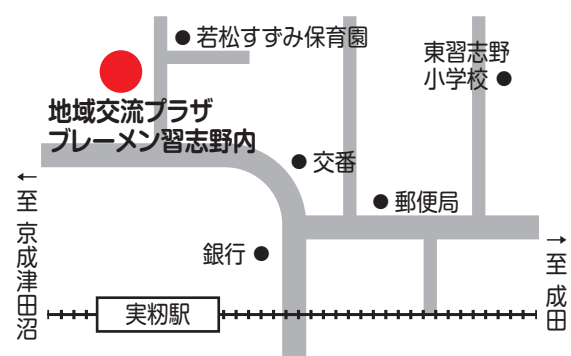
実効・実効本郷・新栄・東習志野

東習志野

高齢者相談センター

TEL 047-470-0611

FAX 047-470-0612



東習志野2-10-3 地域交流プラザ ブレーメン習志野内