

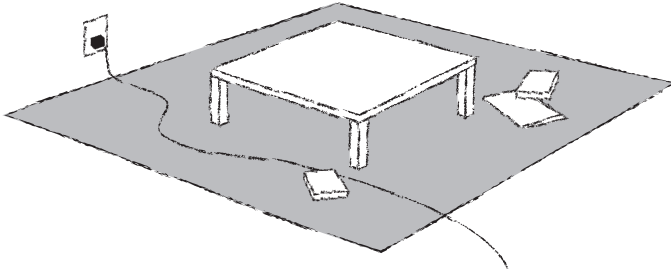
地域包括 支援センターです

こんにちは

転倒にご注意！

①家中

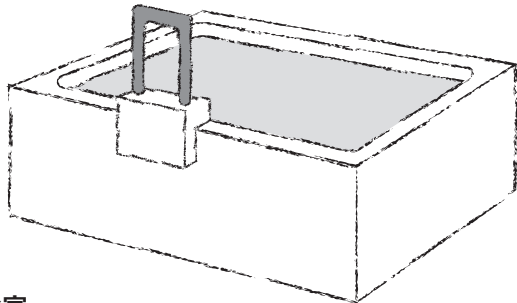
- ・じゅうたんやマットはズレないように固定しているか
- ・歩く場所に物はないか（配線や新聞など）



冬のこの時期、心配なのが「転倒（転ぶこと）」ではないでしょうか。転倒による骨折は、介護が必要になる要因にもなります。全国的な調査では、転倒した場所の約半数は自宅で庭や玄関、浴室、ベット周りが多いとの結果もあります。日頃の介護相談でも「お風呂が心配」という相談が多いです。つまづいたり「ヒヤリ」とした箇所を思い出ししながら、次の点を参考に点検してみてください。

②杖

- ・杖先のゴムチップはすり減っていないか
- ・アイスピック（外用）の準備は済んでいるか



③浴室

- つらい動作や「ヒヤリ」とした箇所はないか
手すりや福祉用具の活用を検討しましょう
- ・浴槽の中で滑る→滑り止めマットを敷く
 - ・浴槽をまたぐのが大変→手すり、浴槽グリップ
 - ・低い椅子等から立ち上がれない→シャワーチェア、浴槽台



突然の介護に直面してしまった時に備えて、相談先や介護保険の利用の流れについてもご紹介いたします。

天塩町地域包括支援センター（役場福祉課）では、保健師やケアマネージャーが、利用できる制度の紹介や担当者へつなぐ支援を行います。また、具体的なケアの方法の相談や助言を行います。

そのほか、居宅介護支援事業所や医療機関の相談室などが在宅生活の不安や介護について相談にのってくれます。

介護サービスが必要な状態になったら、介護保険の申請・総合事業の利用手続を行います。



※来所困難な場合、代行申請も可能ですので電話でご相談ください。

調査と審査を行います。

主治医意見書
主治医に意見書の記載を依頼



訪問調査
心身の状況を本人・家族から聞き取り

意見書と訪問調査をもとに審査が行われます。

介護認定の結果が通知されます。



ケアマネージャーや保健師などの支援担当者に連絡・契約をし、サービス利用に向け相談・手続を行います。

介護サービス計画（ケアプラン）に基づき、利用サービス事業所と契約、利用の調整後サービスを利用開始します。

