

いつまでも このまちで 自分らしい生活を

自立した日常生活を送れるよう

「地域包括支援センター」がお手伝いします

地域包括支援センターは、チーム一丸となり、高齢者の皆さんの元気を支えています。また、通いの場、生活支援、見守りの体制を整備し、交流しながら暮らせるよう支援しています。

介護が必要になったり、認知症になったりしても、自分らしく暮らせるまちを目指して、地域の人や関係機関と協力・連携しながら地域共生社会の実現へ向けて取り組んでいます。

人は誰もが平等に年齢を重ねていきます。お互いに助け合い、住んでよかった、住み続けたいと思えるまちをつくりましょう。

☎高梁市地域包括支援センター ☎(21)0300



進む高齢化と

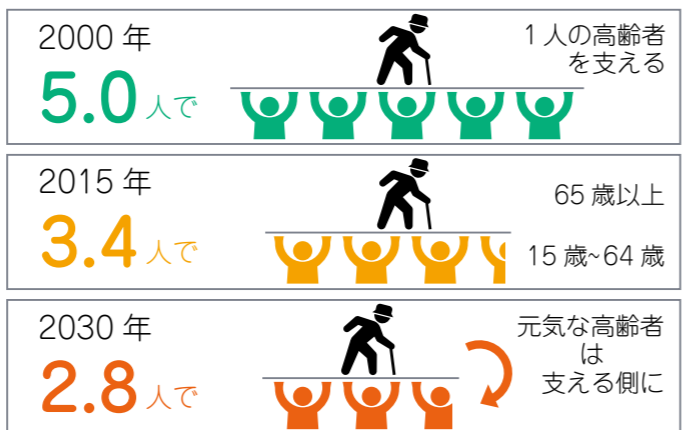
介護保険の現状

全国的に少子高齢化が進む中、本市の高齢化率は40%を超え、2025年にはいわゆる「団塊の世代」が75歳以上となるため、介護保険サービス利用の増加に比例して介護保険料などの負担が増加することが予想されます。一方、サービスを支える側の人材不足により、必要なサービスが不足することが懸念されています。

こうした状況の中、市は、介護予防、重度化予防、生活支援、認知症対策などの重点的な取り組みを行っています。

元気な高齢者は支える側へ

介護保険が始まった2000年は5人で1人の高齢者を支えていましたが、平成27(2015)年には、3・4人で1人となってい



ます。このまま高齢化が進むと2030年には2・8人で1人を支えることになる見込みです。このため、元気な高齢者の皆さんが支える側に回ること、高齢化社会を支えることが可能となります。

また、(一社)日本老年学評価研究機構の5年間の追跡調査によると、地域の趣味活動や運動などに積極的に参加したり、特に男性はグループなどで役割を持ったりす

地域包括支援センターでは、主任ケアマネジャー、社会福祉士、保健師の資格をもつ職員が、専門家や専門機関と連携しながら、介護予防や生活支援をはじめ、介護や医療・保健・福祉などの相談に応じます。

こんな悩みや心配ごとはありませんか？

- ひとり暮らしが不安…
- 寝たきりになりたくないけどどうすればいいの？
- もしかして虐待では…？
- お金の管理や契約に不安がある…
- 介護保険や医療・福祉サービスについて知りたい
- 最近、物忘れが増えてきて不安…
- 退院したばかりで、これからの生活に不安がある…

このような悩みや心配事があるときは、お気軽にご相談ください！

高梁市地域包括支援センター職員

