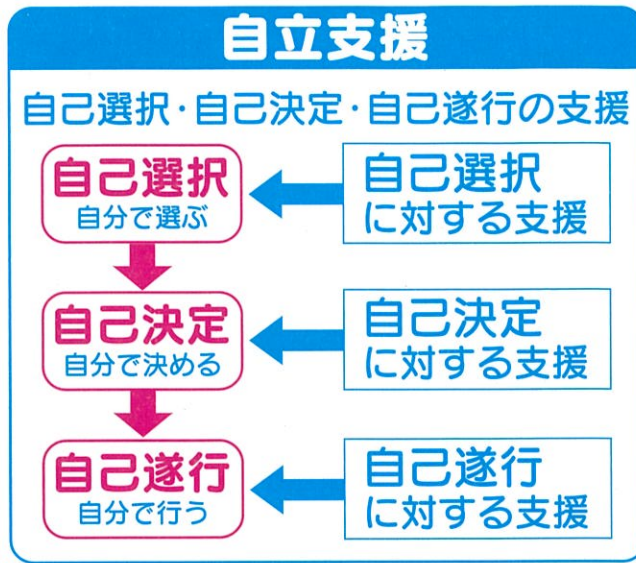


# 自立をめざす介護予防サービス 自立を支援するってなあに？

自分にとって「なじみ」の人や場所の中で人生や生活で「したいこと」を続けられるよう、その人ができる範囲で自分で「選び」「決めて」「行う」ことができるための支援が「自立支援」です。



## 自立をめざすサービス利用の心得

✕ 「できなくなっていること」  
をただ補う、やってもらう

○ 「したいこと」「今できていること」  
を続けるための「助け」や  
「工夫」を上手に利用する

あなたが元気になる  
お手伝いをしますよ！



地域包括支援センター

- できるだけ「もとの暮らし」に戻る
- 活動的で自主的な取組へ

たとえば…

「役割を持つ」「地域活動」「ボランティア」  
「就労」「ご近所のサポート」等の社会参加へ

## 社会参加の効果



住み慣れた地域で「自分らしい暮らし」の継続へ

✿ サービスの利用方法や内容については担当の地域包括支援センターへ ✿

～高齢者を地域で支える～  
地域包括支援だより

# いまから

はじめよう

No.47 令和4年度保存版



[問合せ先] 今治市 介護保険課  
地域包括支援係（市役所第2別館1階）  
TEL0898-36-1528 FAX0898-34-5077

いつまでも住み慣れたところで  
変わらん生活したいねえ

そのためにはどうしたら  
ええんやろ？

## 住み慣れた地域で 「自分らしい暮らしを続ける」ために

まずは！



に取組みましょう！

それでも、できていたことが、できにくくなってきたら…

あなたの状態に合わせた活動や  
自立をめざす介護予防サービスを利用しましょう！

## 市内の地域包括支援センターとサブセンター

### ①地域包括支援センター美須賀・立花

住所 黄金町二丁目2番5号  
TEL 0898-55-8872 FAX 0898-55-8873



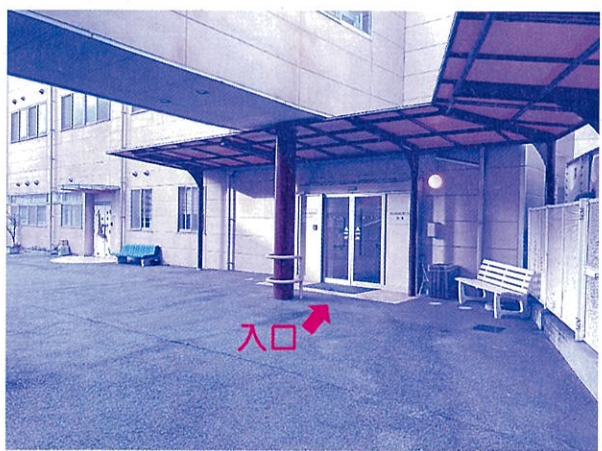
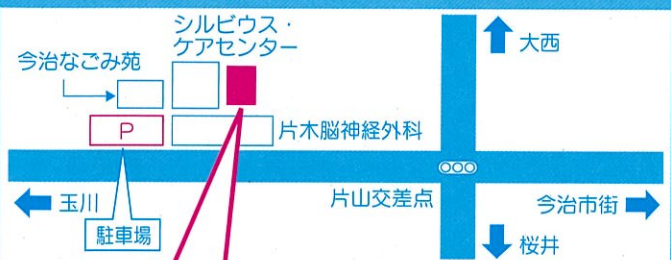
### ②地域包括支援センター日吉・近見

住所 北日吉町一丁目11番17号  
TEL 0898-22-7960 FAX 0898-22-7970



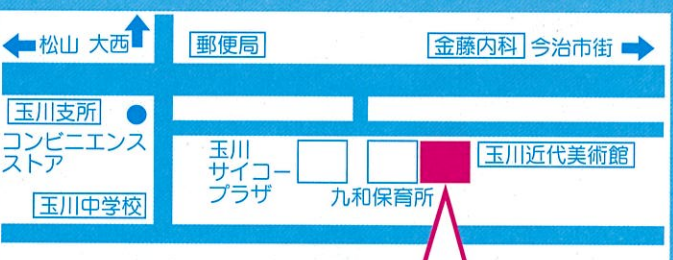
### ③地域包括支援センター西・南

住所 別名272番地  
TEL 0898-33-7861 FAX 0898-33-7862



### ④地域包括支援センター桜井・朝倉・玉川

住所 玉川町大野甲86番地1  
TEL 0898-36-8330 FAX 0898-36-8328

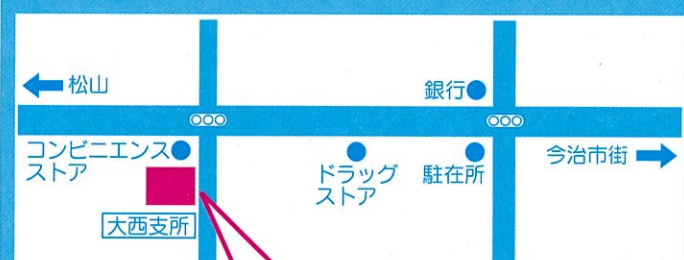


(駐車場は敷地内にあります)



### ⑤地域包括支援センター北郷・大西・菊間

住所 大西町宮脇甲501番地2  
TEL 0898-53-5540 FAX 0898-53-5977



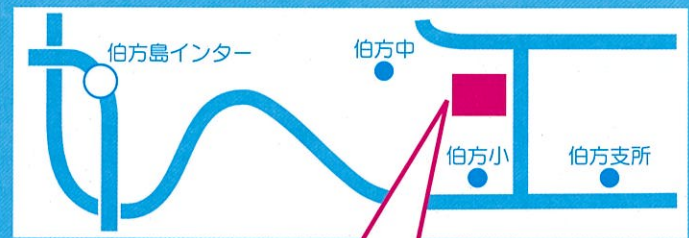
(駐車場は敷地内にあります)



### ⑥伯方地域包括支援センター

住所 伯方町木浦甲3930番地1  
TEL 0897-72-1065 FAX 0897-72-1075

サブセンター大島 (吉海町名1466番地)  
TEL 0897-84-4110 FAX 0897-84-4189  
サブセンター大三島 (大三島町野々江 2435 番地 2)  
TEL 0897-83-1110 FAX 0897-83-0658



(駐車場は敷地内にあります)



## いろんな心配事、まずは地域包括支援センターがお伺いします。

地域包括支援センターは、皆さまの身近な相談先です。相談は無料で、秘密は厳守いたします。お住まいの地域によって、担当のセンターが決まっています。(サブセンターも、ご相談を承ります。)

\* 担当の地域包括支援センターがわからない場合は、  
今治市介護保険課 地域包括支援係 (TEL 0898-36-1528) へお問い合わせください。