

一人で抱え込まないでまずは相談を!

問い合わせ 地域支援課 支援センター係
☎876-1234 (内線3541、3542)

休みなく介護を続けていると、疲れがたまり、心にもゆとりがもてなくなってしまう。介護する側にも息抜きが大切なことです。不安や悩みなどは一人で抱え込まずに、周囲に相談したり、公的サービスを上手に利用したりして、頑張りすぎない介護をしましょう。

今回は、認知症の家族を介護している人々の心強い味方となる「地域の身近な相談窓口」と「家族の集い」について説明します。

地域の身近な相談窓口

浦添市では、地域で暮らす市民の皆さんを、介護、福祉、健康、医療など様々な面から総合的に支えるために、「地域包括支援センター」と「地域保健福祉センター」を設置しています。

地域包括支援センターと地域保健福祉センターでは、中学校区を一つの生活圏域として、次のような相談・支援を行っています。

- * 介護保険や介護予防のこと
- * 虐待の防止や権利擁護のこと
- * 福祉や医療、経済的困難など暮らし全般のこと

また、相談者を直接支援を

するほか、地域のケアマネジャーへの支援や、医療機関、ボランティア等とのネットワークづくりにも力を入れています。

「どこに相談したらよいか分からない」とあきらめず、どうぞお気軽に地域包括支援センターと地域保健福祉センターをご利用ください。お悩みに応じて適切なサービスや制度、専門機関の利用につなげていきます。

【各種制度・専門機関】

- 医療機関
- 介護保険サービス
- 社会福祉協議会
- 成年後見制度
- 司法書士
- : etc

相談内容に応じて、各種制度・専門機関と連携し、問題解決に努めます。

地域包括支援センター
地域保健福祉センター



名称	連絡先	電話	担当地区
浦添市地域包括支援センター	安波茶1-1-1 (浦添市役所1階地域支援課内)	876-1234 (内線3542)	市内全域
浦添市地域包括支援センターみのり	仲間1-10-7 (浦添市社会福祉センター1階)	871-3874	市内全域
浦添中学校区地域保健福祉センター	仲間2-47-5 (うらそえぐすく児童センター2階)	874-3878	浦添中学校区内
神森中学校区地域保健福祉センター	内間2-18-2 (浦添市地域福祉センター1階)	878-4569	神森中学校区内
浦西中学校区地域保健福祉センター	西原4-11-8 (浦添市かりゆしセンター2階)	871-3140	浦西中学校区内
港川中学校区地域保健福祉センター	港川1-1-1 (浦添市港川中学校2階)	894-9553	港川中学校区内
仲西中学校区地域保健福祉センター	仲間1-10-7 (浦添市社会福祉センター1階)	877-8226	仲西中学校区内

認知症の人の家族の集い

推定ですが、認知症高齢者のうち約70%の人は、自宅で家族の介護を受けていると言われています。認知症の人の介護は、認知症特有の症状によって対応が難しいこともあります。しかし、認知症の人は、ややもすると元氣に見えるため、認知症の人の介護を体験した家族でなければ、その大変さは分からないと言っても過言ではありません。

このような中で、認知症の人がいる家族が集い、互いの介護経験について情報を交換したり、ほかの人には言いにくい介護の悩みを打ち明けられることができたりしたら、日頃介護を行う家族にとってはとても励みになるのではないのでしょうか。

認知症の人とその家族を支える全国組織があります

「認知症の人と家族の会」とは1980年に京都で設立され、1994年に社団法人化された全国的な団体です。通称「家族の会」と呼ばれ、認知症の人と家族を支えることを目的として様々な活動を行っています。

活動内容としては、家族の

集いの開催、市民向け啓発講演会の開催、認知症介護に関する電話相談などがあります。沖縄県でも2002年6月に「社団法人認知症の人と家族の会沖縄支部結成準備会」が結成され、北部福祉保健所(名護市)を拠点に認知症介護についての相談や家族の集い、勉強会などを定期的に開催しています。

入会の申込みやお問い合わせは次のとおりです。

「なごみの会」事務局
(北部福祉保健所内)
☎0980-15212734

全国的には、「家族の会」以外にも保健所や市町村を拠点に独自の活動を展開している人たちがいます。

今年度から、浦添市でも認知症の人を介護している家族を対象とした集いを開催する予定です。詳細が決まり次第、あらためて広報うらそえや浦添市ホームページ等でご案内します。

認知症の家族を介護しているあなた!一人で悩まずに、同じように苦労している人たちがいる家族の集いに参加してみたいかがでしょうか。

「認知症地域資源マップ」の運用が始まります。

このシステムは、浦添市内の医療機関やデイサービス、相談窓口などといった認知症に関する様々な情報を、地図情報として整理したもので、認知症の人を介護している家族に対し問題解決の糸口を提供するものです。事業所などの名称や住所の一部を入力するだけで検索できたり、中学校区ごとの地域別、サービスや機関の種類別で検索できたりと、様々な検索機能が充実しています。

このシステムは浦添市ホームページのトップページからアクセスできます。

大カテゴリー名	中カテゴリー名	小カテゴリー名	アイコン	名称	中学校区	電話	住所
詳細	地域保健福祉センター			浦添中学校区地域保健福祉センター	浦添	874-3878	仲間2-47-5
詳細	地域保健福祉センター			浦西中学校区地域保健福祉センター	浦西	871-3140	西原4-11-8
詳細	地域保健福祉センター			神森中学校区地域保健福祉センター	神森	878-4569	内間2-18-2
詳細	地域保健福祉センター			仲西中学校区地域保健福祉センター	仲西	877-8226	仲間1-10-7
詳細	地域保健福祉センター			港川中学校区地域保健福祉センター	港川	894-9553	港川1-1-1

このシステムに掲載されていない認知症に関する情報がありましたら、お手数ですが地域支援課までお知らせください。



出前講座します!

数名の参加者があれば、ご希望の場所へ伺って認知症を正しく理解していただくための講座を開講します。およそ90分の講義です。詳しくは、地域支援課まで。

仲西中学校区に新しく地域密着型サービス事業所を指定

浦添市では、地域密着型サービス事業者の指定を行い、サービス基盤の整備に努めています。

小規模多機能ホームあん

事業内容
小規模多機能型居宅介護
介護予防小規模多機能型居宅介護

今回指定された事業所
小規模多機能ホーム あん
浦添市大平1丁目34番8号
☎0980-10733

利用できる方
浦添市民で要支援又は要介護認定を受けた方

登録定員 最大18人
通いサービス利用定員 9人
宿泊サービス利用定員 3人
サービス提供時間 24時間
サービスをご希望の方は、直接指定事業所へお問い合わせください。

問い合わせ
介護保険課 給付係
☎876-1234
(内線3503~3509)