

INTERVIEW

鹿屋市東部地区
地域包括支援センター
門倉雅裕さん(43歳) 管理者



高齢者に優しいまちづくりを

地 域包括支援センターは、高齢者の皆さんが住み慣れた地域で、安心してその人らしい生活を続けられるように支援を行う総合相談機関のことで、介護予防や日々の暮らしを様々な側面からサポートしています。

近年、寄せられる相談件数も増加し、内容も複雑化しています。この住民ニーズに応えるため、鹿屋市では現在4か所ある地域包括支援センターを統合して基幹型地域包括支援センターと9か所のサブセンターを4月に開設します。

基幹型地域包括支援センターは医師会が運営することとなり、主任ケアマネジャーや社会福祉士等が常勤するほか、市の事務所も併設します。これまで以上に連携が行いやすくなり、チームで解決する体制づくりができあがり、これにより迅速で柔軟なアドバイスや支援ができるとともに、ワンストップ窓口として相談のたらい回しも無くなると思います。

また、4か所のセンターが各々に持っていた情報を一元化できることや、地域の枠組みを越えて、一体的な支援が提供できるようになることも大きなプラスになると思います。

この基幹型地域包括支援センターが拠点となり、介護、福祉、健康、医療など様々な分野の悩みや相談を解決していくこととなります。不安なことがありましたら、お気軽にご相談ください。



▲ 情報交換を行いチームの連携を図る

地域包括支援センター

基幹型地域包括支援センターと市内9か所のサブセンターを紹介します。最寄りの施設をご利用ください。

基幹型地域包括支援センター

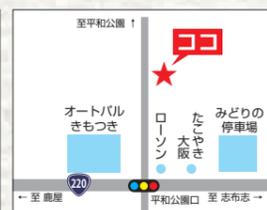
吾平町麓51-1
☎45-6969 FAX 45-6884



吾平町鉄道資料館跡(改装中)



9か所のサブセンター

<p>1 ヴィラかのや 寿8丁目21-2 ☎40-3751 FAX40-3761</p> 	<p>2 ゆうゆう 悠々 大浦町14028-6 ☎40-9855 FAX40-9866</p> 	<p>3 りょうこうえん 陵幸園 吾平町麓3811-2 ☎58-5900 FAX58-5901</p> 
<p>4 鹿屋長寿園 下祇川町1800 ☎40-8333 FAX40-8335</p> 	<p>5 いわきえん 以和貴苑 串良町下小原3103-2 ☎62-8871 FAX62-8872</p> 	<p>6 慈恵園 大始良町226 ☎48-2588 FAX48-2743</p> 
<p>7 みどりの園 輝北町市成1177 ☎099-485-1185 FAX 099-485-1195</p> 	<p>8 花岡の里 花岡町3979-1 ☎46-5050 FAX46-5054</p> 	<p>9 朋愛園 寿2丁目2-1 ☎41-2431 FAX41-3341</p> 

※サブセンター①～⑦は、現在運用中の施設です。基幹型地域包括支援センター及びサブセンター⑧花岡の里、⑨朋愛園は4月1日からの運用開始となります。ご注意ください。

あなたの心身の状態を チェックしましょう

次の質問表の、「はい」「いいえ」の当てはまる方に○をつけましょう。ピンク色の回答に○がついた場合は、右のような心配がある可能性があります。気になる項目があったら、早めに地域包括支援センターにご相談ください。

基本チェックリスト (いずれかに○をつけてください) 回答

質問	はい	いいえ
1 車やバスで1人で外出していますか	はい	いいえ
2 日用品の買物をしていますか	はい	いいえ
3 預貯金の出し入れをしていますか	はい	いいえ
4 友人の家を訪ねていますか	はい	いいえ
5 家族や友人の相談にのっていますか	はい	いいえ
6 階段を手すりや壁をつたわずに昇っていますか	はい	いいえ
7 椅子に座った状態から何もつかまらずに立ち上がっていますか	はい	いいえ
8 15分位続けて歩いていますか	はい	いいえ
9 この1年間に転んだことはありますか	はい	いいえ
10 転倒に対する不安は大きいですか	はい	いいえ
11 6か月間で2～3kg以上の体重減少がありましたか	はい	いいえ
12 身長 cm 体重 kg BMI(注)が18.5未満ですか	はい	いいえ
13 半年前に比べて固いものが食べにくくなりましたか	はい	いいえ
14 お茶や汁物等でむせることがありますか	はい	いいえ
15 口の渇きが気になりますか	はい	いいえ
16 週に1回以上は外出していますか	はい	いいえ
17 昨年と比べて外出の回数が減っていますか	はい	いいえ
18 周りの人から「いつも同じ事を聞く」などの物忘れがあると云われますか	はい	いいえ
19 自分で電話番号を調べて、電話をかけることをしていますか	はい	いいえ
20 今日が何月何日か分からない時がありますか	はい	いいえ
21 (ここ2週間)毎日の生活に充実感がない	はい	いいえ
22 (ここ2週間)これまで楽しんでやれていたことが楽しめなくなった	はい	いいえ
23 (ここ2週間)以前は楽にできていたことが今ではおっくうに感じられる	はい	いいえ
24 (ここ2週間)自分が役に立つ人間だと思えない	はい	いいえ
25 (ここ2週間)わけもなく疲れたような感じがする	はい	いいえ

⚠ 該当する項目(ピンク色の回答に○印)が多い場合、次の介護予防の取り組みが必要かもしれません。

生活機能全般で
ピンク色の回答に○が多かった

生活が不活発になっている可能性があります。その結果、心身がより早く衰える危険があるかもしれません。

生活機能全般を調べます

運動器の機能で
ピンク色の回答に○が多かった

筋力が衰えていることから、活動が不活発になったり、転倒などから寝たきりを招くことがあります。

関係する介護予防 **運動器の機能向上生活**

運動器の機能の状態を調べます

栄養状態で
ピンク色の回答に○が多かった

低栄養の可能性があり。低栄養になると、筋力が衰えたり病気がかかりやすくなり、衰弱しやすくなります。

関係する介護予防 **栄養改善**

栄養がとれているか調べます

口腔機能で
ピンク色の回答に○が多かった

口腔機能が低下すると、食べたり飲み込んだりしにくくなるため低栄養や肺炎など、全身の健康状態が悪化します。

関係する介護予防 **口腔機能の向上**

口腔機能の状態を調べます

閉じこもりで
ピンク色の回答に○が多かった

家に閉じこもりがちだと心身の活動が少ないため、全身の衰弱や認知症、うつなどを招きやすくなります。

関係する介護予防 **閉じこもり予防・支援**

閉じこもり気味かどうか調べます

認知症の可能性がないか
ピンク色の回答に○が多かった

初期の認知症の可能性があり。認知症は予防と早期発見・早期対応が重要です。

関係する介護予防 **認知症予防・支援**

認知症の可能性がないか調べます

うつの可能性がないか
ピンク色の回答に○が多かった

うつになると活動量が減って心身が衰えるだけでなく、自殺などの危険もあります。

関係する介護予防 **うつ予防・支援**

うつの可能性がないか調べます

(注) BMI の求め方: BMI = 体重(kg) ÷ 身長(m) ÷ 身長(m)

(例) 体重60kg、身長150cmの人の場合 → BMI = 60 ÷ 1.5 ÷ 1.5 = 約26.7

