

ほうかつ

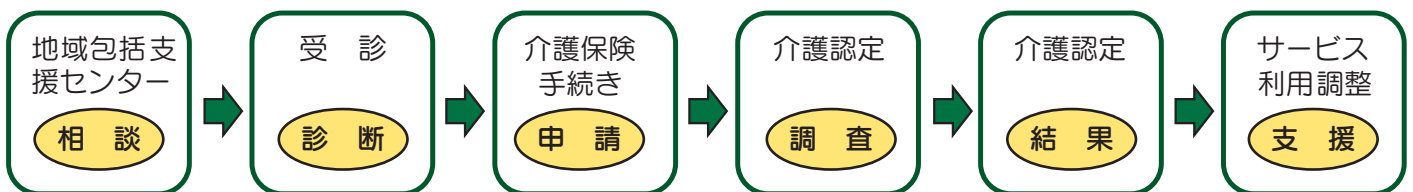
こんにちは
清里町地域包括支援センターです！

こんなことがあったら迷わずご相談ください！

- ・近所まで歩くのがやっと。歩行器を借りたり手すりを付けたりしたい。
- ・お風呂に入るのが大変になってきた。
- ・食事の支度をすることが大変になってきた。
- ・同じことを何度も聞いたり話したりする。物忘れが気になってきた。
- ・ヘルパーさんに来てほしい。デイケアやデイサービスに通いたい。

☆「ほうかつ」は高齢者やご家族の困りごと相談所です。

相談からサービス利用までのイメージ



● ● ● デイサービスやデイケアなど通所系のサービス利用 ● ● ●

週 1～2 回の通所で軽運動（リハビリ）、脳トレ、通所者との交流により生活リズムが出てきます。運動は、歩行機能の改善のほか、認知症の進行をゆるやかにする効果が期待できます。

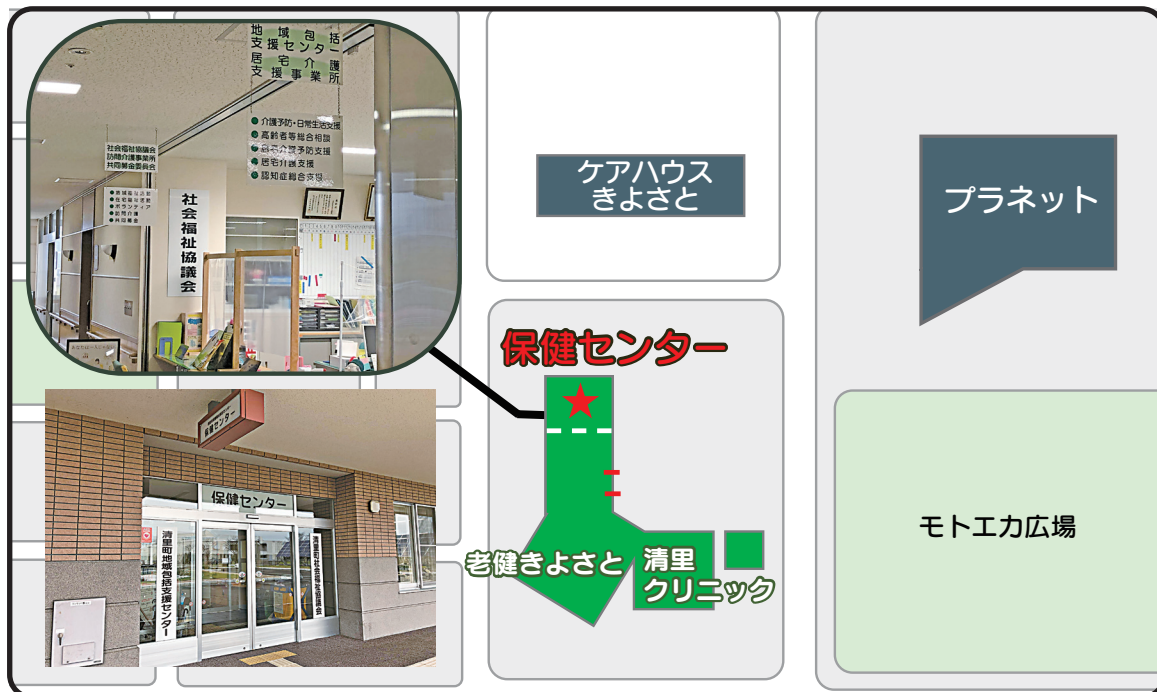
● ● ● 訪問看護師による訪問サービスの利用 ● ● ● ● ● ● ● ●

血圧や酸素分圧測定、全身の浮腫や呼吸状態など健康状態を把握し、必要時主治医やサービス事業所等と連携します。病状の管理や服薬支援、リラクゼーションマッサージ、入浴支援など慢性疾患や精神的な疾患をお持ちの方のご支援ができます。自宅での介護方法など細かいところまで相談することができます。

● ● ● ヘルパーによる訪問サービス利用 ● ● ● ● ● ● ● ●

ご本人と一緒に調理や買い物など生活支援を通し、ご本人が苦手としているところをお手伝いします。また、入浴支援、トイレや食事の介助など日常生活のサポートを行い、安心して生活できるようにご支援します。

相談窓口のご案内（自宅への訪問も対応しております）



ご相談は清里町社会福祉協議会「清里町地域包括支援センター」

住所：清里町羽衣町35番地35 TEL: 25-^{ふくしさん}2943 まで

もの忘れが気になりだしたら、かかりつけ医に相談しましょう。早く治療すれば治るタイプの認知症があります。また、認知症以外の重大な病気が隠れている可能性もあります。

近隣の物忘れ外来のご紹介！

清里クリニック	北海道立向陽ヶ丘病院 認知症疾患医療センター	桂ヶ丘クリニック	斜里町国民健康保険病院
清里町羽衣町 35 番地	網走市向陽ヶ丘 1 丁目 5 番 1 号	網走市桂町 4 丁目 7 番 11 号	斜里町青葉町 41 番地
0152-25-3000	0152-44-0500	0152-61-6161	0152-23-2102
火曜日～金曜日 8時30分～ 11時30分 ※予約が必要です。	月曜日～金曜日 午前中 ※予約が必要です。	月曜日 9時00分～ 11時20分 ※初診は予約の必要 がありません。	毎月第2・第4 火曜日 午後2時～4時 ※予約が必要です。 予約時間 午後4時～4時30分