

天童市地域包括支援センター

ニュース

～地域包括支援センターは、高齢者の総合相談窓口です～

内 容

- ・生活支援コーディネーターについて
- ・消費生活センター情報
- ・带状疱疹について



相 談 窓 口

天童市地域包括支援センター 中央

天童市老野森二丁目6番3号

☎ 023 - 658 - 8190

HP <http://www.tendo-shakyo.or.jp/>

担当地区 [天童中部・天童北部・成生
津山・田麦野・山口

天童市地域包括支援センター めいこうえん

天童市大字矢野目150番地

☎ 023 - 664 - 0600

HP <http://meikouen.or.jp/>

担当地区 [天童南部・蔵増・寺津
高掬・長岡・干布・荒谷

地域にお住まいの高齢者の皆さんやご家族、地域住民の皆さんの保健・福祉・介護について様々な相談をお受けします。秘密は守りますので、お気軽にご相談下さい。相談は無料です。

ゝ人生百年時代、ゝ2040年問題、住民主体の助け合いが必要となってきます。

高齢化や担い手不足、地域のつながりの希薄化、家族形態の変化等に伴い、助け合い・支える人が減少…

⇒「日常のちょっとした困りごと」への対応が困難に！！

そこで

支え合いのある地域づくりのお手伝いをするのが

生活支援コーディネーター です！

★生活支援コーディネーターとは

「地域支え合い推進員」とも呼ばれ、地域の助け合い・支え合い活動をはじめとした「高齢者の生活を支援する体制」の整備を進めていきます。地域を回らせていただき、「あったらいいな」「こんなことできたらいいな」など、よりよい地域づくりについて一緒に考えます。

天童市社会福祉協議会に3人の生活支援コーディネーターが配置されています。

地域みなさんの

声

を聞かせてください！



たとえば…

一人暮らしなので病気になったら
どうしよう…

あの施設は意外と安く
借りられてイベントに
使えるよ！

地域で活動してみたい！
ボランティア活動してみたい！！

足腰が弱ってきて、電球を
変えるのが大変になったなあ。
ちょっとしたお手伝いをして
欲しいよ。



自分らしくいきいきと暮らし、介護が必要になっても住み慣れた地域で暮らし続けられるためには、社会参加・介護予防が重要となります！「互助」「自助」の取り組みを充実させましょう！！

互助 … 人と人との支え合い

例)
ボランティア活動/地域カフェ・サロンなどの地域活動

自助 … 自分のことは自分で

例)
介護予防に取り組む/健康診断を受けるなど

生活支援コーディネーターの 具体的な活動・役割

あつめる

【地域の社会資源や困りごとの把握】
介護予防や交流が場所・高齢者の困りごと、
「こうなったらいいな」
の情報収集をします。

さがす・そだてる

【活動の場や支え手の発掘】
地域にある様々な資源を見つけます！また、
サポートする人材の養成や、様々な関係機
関と連携を図り、ネットワークづくりを行い
ます。

つくる・かんがえる

【足りない社会資源やサービスの開発】
高齢者や地域の方が必要としている場や
サービスについて、関係者と検討・調整し、
実現を目指します。

ひろめる

【サービス情報等の周知】
日常生活での困りごとに対する情報提供を
行います。
地域の社会資源や生活に役立つ情報を、
「社会資源ガイドブック」にして分かりやす
く届けます。



～天童市社会資源ガイドブック～

買い物・配食・移動・ゴミ出し・除雪など、日常生活での「困った！」
を解決するサービスや、居場所(地域カフェ・サロン・地域食堂等)、
趣味活動、各種補助金等を掲載しています。
冊子は市総合福祉センター(市社協)で無料配布されているほか、
市社協のホームページからダウンロードが可能です。

お問い合わせはこちら

☎023-654-5156



昨年度は第三中学区での支え合いの地域づくり勉強会を開催しました。
今後も各地域を回らせていただき、その地域ならではの支え合いの仕組みづくりに
取り組んでいきます。

**住み慣れた地域で生活が続けられるよう、住民のみなさんと
一緒に、おたがいさまの仕組みづくりを進めていきましょう。**

気をつけて！不安をあおる分電盤の点検商法

<事例・80 歳代>

電話がかかってきて分電盤の点検を勧められ了承したところ業者が来訪した。分電盤を点検してすぐに「これは古いのですぐに交換しなければ漏電して火事になる」と言われた。今までトラブルはなかったものの、何十年も交換していなかったため、信用して約 15 万円の交換工事の契約を結び前金を払った。後から考えると高額ではないかと思う。工事を中止してほしい。



- 分電盤を含む家庭用の電気設備については、4 年に 1 回の法定点検が電力会社に義務付けられています。法定点検の場合は、必ず事前に書面で通知の上、登録調査機関の調査員証を携帯した調査員が来ます。点検後にその場で何らかの契約を勧誘することはありません。
- 分電盤に限らず、点検を持ちかける突然の電話や訪問には注意しましょう。
- 分電盤は経年劣化により故障する可能性があります。心配な場合は電力会社等に相談しましょう。
- 特定商取引法上の訪問販売に該当する場合は、契約書面を受け取った日(1 日目)から8日以内であればクーリング・オフできます。困った時は、早めに消費生活センター等にご相談ください。

参考:独立行政法人国民生活センター「見守り新鮮情報」

困ったときは、お住まいの自治体の消費生活センター等にご相談ください。

天童市役所 1 階 天童市消費生活センター ☎654-1111(内線 745)

消費者ホットライン ☎188(局番なし)

带状疱疹は予防と早期受診が大切です

带状疱疹は、水ぼうそうと同じウイルスが原因で発症する皮膚の病気です。日本の成人の約 9 割に発症する可能性があります。通常は免疫力によって制御されていますが、加齢、疲労、ストレスなどにより免疫力が低下すると、ウイルスが再活性化し、発症リスクが高まります。

带状疱疹の症状

初期症状は皮膚の痛みやかゆみ、その後に発疹(ほっしん)や水ぶくれ(水疱:すいほう)が帯状に現れ、最後はかさぶたになって治ります。带状疱疹の皮膚症状が治った後も、その部分の痛みが長く続く带状疱疹後神経痛という後遺症が残ることがあります。

带状疱疹の治療

带状疱疹の治療には、抗ウイルス薬、鎮痛剤などが使われます。早めにウイルスの増殖を制御することと痛みの緩和が重要です。症状が悪化すると、入院が必要になったり、合併症が起きたりする可能性があるため、症状に気づいたら早めに医療機関を受診することが大切です。

带状疱疹の予防

高齢者は神経痛が残りやすいため、発症を未然に防ぐことが重要になります。带状疱疹の予防には日頃の体調管理が大切です。带状疱疹ワクチンも有効な手段の一つです。令和 7 年度から 65 歳以上の方などを対象に定期接種が実施されています。



参考:厚生労働省ホームページ