

高齢者に関する総合相談窓口

高齢者の方々の“よろず相談処”

担当地域(各小学校区): 榎並・成育・聖賢・鯉江

野江	1~4丁目
成育	1~5丁目
中央	1~3丁目
関目	1丁目1~2番・12~15番
今福西	1~5丁目 6丁目1~2番(1~32号・45~81号)・ 4~8番・9番(1~3号・21~28号)・ 10番(1~5号・19~28号)
今福南	1丁目8番(1~5号・35~37号)
蒲生	1~4丁目
新喜多	1~2丁目
新喜多東	1丁目1~4番・ 6番(1~14号・15号の一部・36~46号)・ 7番・8番(35~51号)
鳴野東	1丁目1~2番

社会福祉法人 大阪市城東区社会福祉協議会

城東区地域包括支援センター

大阪市城東区中央2丁目11番16号
城東区在宅サービスセンター ゆうゆう内
FAX.06-6935-8737
ホームページ <https://www.jyotan-sky.org/>

☎ 06
-6936
-1133

開館時間: ●月~金曜日...午前9時~午後7時
●土曜日.....午前9時~午後5時30分

休館日: ●日曜日・祝日、年末年始(12月29日~1月3日)

緑の看板が目印です!

交通:
●大阪メトロ「蒲生四丁目」駅 7番出口より徒歩5分
●京阪電車「野江」駅より徒歩8分
●JRおおさか東線「JR野江」駅より徒歩9分

城東区社協 マスコットキャラクター「じょたん」

城東区 地域包括 支援センター

相談無料
秘密は厳守
します

電話で!

来所で!

訪問で!

お気軽にご相談ください!

あなたの地域の身近な相談窓口

担当地域: 成育

蒲生ランチ

大阪市城東区
成育5-22-16
和光内

☎ 06
-6935
-0577

受付時間
.....
月~金曜日
午前9時~午後5時30分



担当地域: 鯉江

鯉江ランチ

大阪市城東区
今福東2-2-25
城東園内

☎ 06
-6931
-3825

受付時間
.....
月~金曜日
午前9時~午後5時30分



担当地域(各小学校区)

榎並 成育 聖賢 鯉江

地域包括支援センターでは
高齢者の方々やそのご家族を支えるために
様々な相談をお受けしています

地域包括支援センターはこんなところです！

相談無料
秘密は厳守
します

なんでも ご相談ください

高齢者のみなさんのお困りごとだけでなく、ご家族や地域の方からの相談も受けつけています。

例えば、こんな場合など
ご相談ください。

- 介護サービスを受けるにはどうしたらいい？
- 家族だけでは介護が大変…
- 親が認知症かもしれない…
- 近所の一人暮らしの高齢者が心配…

介護に関する相談以外にも、福祉サービスや生活に関するご相談などに応じ、必要なサービスや関係機関などをご紹介します。
電話や来所による相談のほか、ご自宅への訪問も行っています。

地域の関係者と 連携して支えます

ケアマネジャーへの支援を行います。

地域の関係者や区役所、医療機関、介護サービス事業所など、さまざまな関係機関とのネットワークづくりにも取り組んでいます。

みなさんの 権利を守ります

認知症の方などへの成年後見制度活用についての相談や高齢者虐待、消費者被害を防ぐための取り組みなど、高齢者のみなさんの権利を守るための様々な活動を行っています。

自立した生活の お手伝いをします

高齢者のみなさんが自立して生活できるように、「介護予防」に取り組んでいただくお手伝いをします。

要支援1・2の認定を受けた方への介護予防のケアプランの作成をします。



再確認 閉じこもり 危険度チェック！

「そうだな」と思う項目に
☑️チェックしましょう

自覚がないまま、閉じこもり状態になっている人が少なくありません。
外出する機会が減ったかなと思ったら、ご自身で「日常生活のふりかえり」をしましょう。
周囲のみなさんも客観的に閉じこもりの兆候がないかのチェックをお願いします。

健康への関心

- 1日3食、バランスに気を付けて食事をしていますか
- 運動や体操、散歩などで体を動かすようにしていますか
- からだや歯の定期検診を受けていますか
- かかりつけ医がいますか

家庭での役割

- 掃除、洗濯、食事の支度などを行っていますか
- お金の管理をしていますか
- 庭の手入れや食料品などの買い物をしていますか
- 店番や家業の手伝いをしていますか

社会・地域への参加

- 相談したり、相談にのったりする友人・知人がいますか
- 地域の活動や催し、老人クラブに参加していますか
- 世の中の動きや出来ごとに関心があり、新聞など読んでいますか
- ボランティア活動をしていますか

趣味・活動への意欲

- 取り組んでいる趣味や楽しみにしていることがありますか
- おしゃれに気を配っていますか
- 習いごとをしていますか
- 同世代以外の方とも話す機会がありますか

- ### 進んで行いたいこと！
- 地域の活動や催しに参加しよう！
 - 趣味のグループ活動、同好会で人との交流を！
 - 買い物はこまめに出かけよう！
 - 介護予防事業に参加しよう！
 - 空いた時間にちょっと散歩しよう！

❗️ 地域や社会、家庭内で役割を持つと… → 外出が増え、生活全般が活性化 → 生活の質が高まる → 健康維持や生きがいにつながります！