

まずは何から？介護の入口 ～知っておくとちょっと安心～

3人に1人が65歳以上と言われる高齢化社会。家族に介護が必要になったとき「まず何から？どこに相談？」介護になじみのない世代には知らないことからくる不安があります。

もしかして認知症の始まり？

離れて暮らす一人暮らしの母が心配です。

コープいしかわ
福祉事業の
職員に教えて
もらいました。

最近、忘れることが
多くて…。外に出て
人に会うのも面倒。
好きだった庭いじりも
やる気が出ないの

このまま
引きこもって
しまうのが
心配

気軽に相談できる場所がありますよ

一人暮らしの親が心配、または自分の老後が心配…高齢者に関する心配事は何でも地域包括支援センターで相談することができます。本人でも家族でも無料で利用できます。家族だけ、自分だけで抱え込まないことが大切です。親の住む地域の地域包括支援センターへ相談しましょう。

ケアセンター戸板 施設長
町出 須美子さん

【地域包括支援センター（通称「ホーカツ」）とは】

高齢者の暮らしを支援する地域の総合相談機関で県内には56か所あります。センターへつなぐ役割のある窓口や支所は38か所あり、身近なところで介護、生活支援、医療、介護予防など各分野の専門員が対応します。

例えば
こんな相談も

パートナーと
死別。これから
一人暮らしが不安

介護予防の
ために
何かしたい

親が認知症
かも？まずは
どうしたら？

まずは相談！一人ひとりに合ったサービスが利用できます

2000年に介護保険制度ができ、一人ひとりに合った介護サービスが受けられるようになりました。それまでは介護は家族がするものと思われていましたが、介護は介護のプロに支援を受け、家族は家族だからこそのことを！という考え方に変わってきました。どんな介護の仕組みやサービスがあるかを知らなくても私たちケアマネジャーに「在宅がいい」、「施設に入りたい」などの希望を伝えてくれれば、さまざまな介護サービスがあるので提案することができます。

Q 介護保険制度とは？

A 介護が必要になった高齢者とその家族を社会全体で支える制度。さまざまな介護サービスが1～3割の自己負担で受けられます。40歳以上の人に加入の義務があり保険料が徴収されます。65歳になると保険証が送られてきますが利用するときは市町村に申請が必要です。

Q ケアマネジャーってどんな人？

A 通称ケアマネ。介護保険のサービスを組み合わせてケアプランを作り、利用者の希望に合った生活ができるようにサポートしてくれる専門員です。

コープいしかわでもケアマネジャーが
ご相談を受け付けています

コープいしかわ
居宅介護支援事業所

TEL:076-222-6150
(受付時間／8:30～17:30)

突然の介護!どうしたらいい!?

父が倒れて入院。手足に麻痺が残って自宅に戻っても介護が必要な状態に!

あなたに合った介護プランを作成して、サービスが利用できます

介護保険制度に基づき、ケアマネジャーなど資格を持った専門員と一緒にケアプランを考えてくれます。介護保険サービスを利用して介護用のベッドや手すりなども少しの自己負担でレンタルすることもできます。

家族が
仕事を辞めて
介護する？

手すりを付けたり、
リフォームも必要？
費用に関することも
心配…!

【介護保険を使って介護サービスを受けるまで】

身内に介護が
必要になった

金沢市の
場合

どうしよう…

地域包括支援センターに
相談

手ぶらでもOK!
事前に電話して
おくと安心

介護保険の申請

- 市町の介護保険担当窓口へ申請
- 申請書は窓口にあります
- 主治医が本人の心身状態について書いた「主治医意見書」が必要(無料)

介護
サービス
スタート

ケアプランの作成

要介護の場合

自宅で暮らしたい
一緒に考えよう ケア
マネジャー

認定

●要支援1～2

●要介護1～5

非該当

介護予防のための
取り組みを受けられる

要介護認定

訪問調査

判定

保健、医療、福祉の
専門家による介護認定
審査会で審査・判定



地域とのつながり、人とのつながりを持つ

介護が必要な状態でなくても普段から地域や人とのつながりを持つことが大切です。また、地域で開催される介護予防の教室やサロンのなものにも積極的に参加し関心を持つことでつながりが生まれます。



介護に備えて家族で話し合う

たくさんある介護サービスの中から、利用者の状態やどう暮らしていきたいという希望によってケアプランも違ってきます。要介護状態になっても在宅で暮らしたい・介護したい、家族に負担をかけたくないから早めに施設に入りたい…など、どう生きたいかは人それぞれです。日頃から家族とそれぞれの思いや考え方を話し合っておきましょう。

執行役員・ケアセンター金沢 施設長
木倉 正規さん

ご存じですか？有償ボランティア コープおたがいさま

コープおたがいさまホームページ <https://otagaisama-k.wixsite.com/site/>

庭の草むしりや犬の散歩など、行政のサービスや介護保険サービスではカバーできない事例もあります。コープおたがいさまは、コープいしかわの組合員が自主的に運営を行う有償ボランティアの任意団体です。

おたがいさま金沢

TEL:076-259-6607(平日10:00～16:00)

おたがいさま南加賀

TEL:0761-46-5885(平日10:00～16:00)

おたがいさまのと

TEL:0767-57-2250(平日10:00～13:00)

