

比叡あんしん長寿 相談所だより

令和8年度 第1号

担当エリア
雄琴学区
日吉台学区
坂本学区

(あんしんだよりは、右の二次元コードからもご覧いただけます。)



比叡あんしん長寿相談所は、高齢者の介護や健康、福祉などに関する
ご相談をお受けしている、大津市の施設です。

比叡あんしん長寿相談所（比叡地域包括支援センター）

住所：大津市坂本七丁目24番1号（平和堂坂本店3階）

電話：077-578-6637・077-578-6692

FAX：077-578-8120

開所日：土日、祝祭日、年末年始を除く

開所時間：10時～17時（電話相談は9時～17時）

お気軽にご相談ください。



平日夜間・休日の緊急連絡先
大津市役所代表
電話：077-523-1234

こんなお悩みはありませんか？

介護予防について

- ・ つまずいたり、転びそうになることが増えてきた。
- ・ 荷物が重く感じ、買い物が億劫になってきた。
- ・ 地域のサロンの情報が欲しい。活動に参加したい。

日頃の不安について

- ・ お金の管理や色んな手続きが難しくなってきた。
- ・ 認知症になってしまったらどうしよう。今後が不安。

要支援認定の方のケアマネジャー について

- ・ 「要支援」の認定が出て、サービスを利用したいんだ
けど・・・

家族の介護について

- ・ 両親の介護での悩み。
- ・ 怪我や病気をきっかけに日常生活に支障
が出てきた。
- ・ 介護保険を申請したいが、どのようなサー
ビスがあるか知りたい等

市民向けの講座について

- ・ 認知症について知りたい。
- ・ 介護予防について話が聞きたい。



電話や来所での
相談はもちろん、
ご自宅に訪問し
ての相談も可能
です。

人生会議（ACP）をしてみましょう！

人生会議（ACP：アドバンス・ケア・プランニング）とは？

「病気になったら…」「最期の時がきたら…」など、もしもの時に備え、自分が大切にしたいことや希望する医療・介護について、家族や信頼できる人、医療・介護関係者と話し合う取り組みです。

希望や思いは時間や健康状態によっても変わります。
人生会議は何度でもしてよいです！

ステップ
1
考えて
みる

これからの人生の希望や思いを考えましょう。
将来の医療・ケアについても考えましょう。

できるだけ住み慣れた
家で過ごしたい

元気なうちに
海外旅行に行きたい！

最期まで自分の
口から食事をしたい

考えたことや話し合
ったことは記録とし
て残しましょう。

ステップ
3
共有して
残す

ステップ
2
話し合う

考えた希望や思いについて、
前もって家族や信頼できる
人、医療・介護関係者と話し
合い、共有しましょう。

比叡在宅療養応援団

比叡地域の医療・介護専門職は、「比叡在宅療養応援団」として市民の在宅療養を支えるために、日々勉強会をしたり、市民の皆さんに情報提供をしています。

人生会議（ACP）についても啓発活動をしているぞ！
サロンなどにも講演に行くので、ぜひお声がけを。

休日相談日[予約制]

介護をしながら働く家族の支援として、毎月第2土曜日と第4日曜日に、市内のあんしん長寿相談所の1か所を開所して休日相談を実施しています。

＜比叡あんしん長寿相談所の開所日＞

令和8年8月8日（土）

令和8年11月22日（日）

※他の相談所での相談日等は大津市
ホームページをご覧ください。

＜相談方法＞ 来所または電話

＜予約方法＞

① 電話：578-6637・578-6692

開庁日の9時～17時

② インターネット：「あんしん長寿相談所休日

相談予約」で検索

（実施日の2日前までに）



←インターネット予約は、この
二次元コードからもアクセ
スできます。

＜休日相談予約ページ＞

