

# 中あんしん長寿相談所だより

高齢者の皆様、ご病気・介護・生活上のお困りごとは  
ございませんか？中あんしん長寿相談所にご相談ください！

中あんしん長寿相談所（中地域包括支援センター）は、藤尾、長等、逢坂、中央学区にお住まいの高齢の方を対象とした総合相談窓口です。保健師・社会福祉士・主任介護支援専門員がチームとなり相談に応じています。来所や電話相談だけでなく、訪問による相談も行っています。お気軽にご利用ください。

住 所：大津市浜大津四丁目1番1号

明日都浜大津5階

電 話：077-528-2003、077-528-2006

F A X：077-527-3022

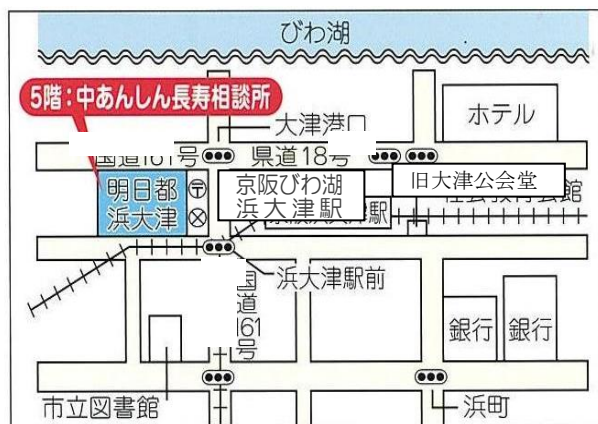
開設時間：9時～17時

（土日・祝日、年末年始除く）

平日夜間、休日の緊急時の連絡先

■大津市役所代表 電話：077-523-1234

内容によっては、開庁時間での対応とさせていただきます場合があります。



## こんな相談や活動を行っています



### ●自分らしい生活が続けられるように、一緒に考えます

心身の状態・暮らしの状況から、介護予防事業やサービスの利用が望ましい方へ、介護保険サービス等を一緒に考えます。

### ●介護や福祉の相談に応じます

- ・介護保険を利用するにはどうすればいいの？
- ・病院から退院するが、在宅での生活が心配。
- ・「物忘れ」や「認知症」が心配。

### ●市民向け講座を行います

地域の高齢者サロンや老人クラブ等へ出向き、介護予防や認知症などに関する講座を行います。

### ●高齢者の権利を守るための相談に応じます

高齢者虐待、消費者被害、成年後見制度の利用に関することに対応します。

## あんしん長寿相談所で休日相談をしています

働く介護家族者への支援として、毎月第2土曜日と第4日曜日にあんしん長寿相談所のうち1か所を開設して予約制で休日相談を実施しています。

中あんしん長寿相談所での相談日 令和8年 3月22日（日）

【実施時間】 9時～17時まで（12時～13時除く）の間に1時間毎の予約制

【予約方法】

- ① 電話：中あんしん長寿相談所（077-528-2003）開庁日の9時～17時（実施日の前開庁日まで）
- ② インターネット：「あんしん長寿相談所休日相談予約」で検索又は右上の二次元コードから2日前までにお申し込みください。



職種	スタッフ		主な業務
所長（保健師）	おかの		介護予防サービスに関する相談 福祉・介護についての相談
社会福祉士	やまなか	逢坂・長等	虐待の対応等高齢者の権利擁護に関すること 福祉・介護についての相談
	ふかお	中央・藤尾	
主任 介護支援専門員	なかつか	逢坂・藤尾	地域の介護支援専門員のサポート 福祉・介護についての相談
	おかど	中央・長等	
介護支援専門員	きら・いまむら・なか ・いわもと		介護予防マネジメント (要介護にならないための予防や支援)

## 人生会議してみませんか・ACP

### 最後まで自分らしく暮らすために

人生はだれでも最後の時が訪れます。  
もしもの時のために「自分はこれからどう  
生きたいか」前もって考え、大切な人たちと  
希望を繰り返し話し合うことを「人生会議・ACP：  
アドバンス・ケア・プランニング」といいます。

人生会議はいつでも始められます。よりよく生きるために、大切にしたいことを考えておきましょう。

お元気なうちから大切な方といろいろお話ししておきましょう！

ご相談は、中あんしん長寿相談所（電話 077-528-2003）まで。



## 新しい認知症観をご存じですか

新しい認知症観とは

「認知症になっても何もできなくなるわけではなくできること、  
やりたいことがあり、住み慣れた地域で仲間とつながりながら、  
自分らしく希望を持って暮らし続けることができる」という考え方です。

**地域社会全体で共に支えあって生きていきましょう**

