

岐阜市地域包括支援センター



北 部 だより



感謝

昨年度は、包括の活動にご理解とご協力をいただき、ありがとうございました。
今年度も職員一同、皆様にとって身近な包括となるよう活動していきます。



報告

令和2年度は年間で新規相談:485件(延べ:2627件)のご相談を頂きました。

内訳は以下の通りです。(お一人で複数の相談も有)

- 介護予防:86件 介護:1890件 医療:313件
- 施設・病院:109件 心理的問題:154件 経済:170件
- 生活:170件 虐待:45件 権利擁護:47件
- 消費者被害:1件 その他:346件



新型コロナウイルス感染症について



ワクチン接種券が65歳以上の方に送付されています。包括にも手続き方法がわからないというご相談が数件寄せられています。
お一人で悩まず、相談しましょう。



ワクチン接種に便乗した



詐欺にご注意を!

「ワクチンが優先的に接種できる」と言い、お金をだまし取る詐欺が報告されています。疑わしい電話やメールには注意しましょう!



地域包括支援センター北部

至 環状線

信号 南蟬2北

スーパーマーケット

至 金華橋

～高齢者の総合相談窓口です～
岐阜市地域包括支援センター北部

住所 岐阜市南蟬2丁目122番地
北川ビル1階

電話 (058) 295-4510
FAX (058) 295-7014



筋力低下を防ぐために！！



新型コロナウイルスの影響による自粛生活が続き、今まで通りの生活が難しい状態が続いています。外出自粛により、筋力が低下していませんか？

高齢者の生活機能低下の状態把握の為に用いられている「基本チェックリスト」の25項目のうち「運動の機能をみる」5項目について

以下へ記載しました。当てはまる項目をチェックしてみてください。



階段を手すりや壁をつたわずに昇っていますか？

椅子に座った状態から何もつかまらずに立ち上がっていますか？

15分くらい続けて歩いていますか？

この1年間に転んだことがありますか？

転倒に対する不安は大きいですか？



下記の方法で、筋力を維持していきましょう！！

おうちでトレーニング



環境の整備



包括へ相談



チェックリストに該当する方、心配なことがある方は
包括支援センターまでご連絡ください

岐阜市地域包括支援センター北部

住所： 岐阜市南蝉2丁目122番地 北川ビル1階

TEL： (058) 295-4510

FAX： (058) 295-7014