

## 高齢者の快適、安心な 暮らしの総合窓口です

地域包括支援センターは、介護やひとり暮らしの支援だけでなく、高齢者と家族の生活全般にわたる総合的な相談窓口です。

必要な支援の判断や、生活の不安を取り除く具体的な方法を提案することができます。

暮らしの中のどんなことでも最初の相談窓口としてご利用ください。

### 【担当地区】

#### ●むつ市I地区(西部)

美里町・緑ヶ丘・十二林・金谷・海老川町・中央・下北町・緑町・昭和町・仲町・港町・若松町・南町・松原町・長坂・赤川町・南赤川町・越葉沢

#### ●大湊地区

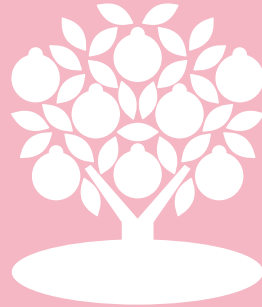
#### ●川内地区

#### ●脇野沢地区

地域包括支援センターには担当する地区が決まっています。ご不明な点がありましたらお問い合わせください。



まるめるの樹は私たちのシンボル。雪のなかで凍として佇み、春には淡紅色の花、秋の懐かしい匂いの果実。「花や実が美しい樹の下には、いつのまにか道ができる」私たちのめざしているのも、そんな親しみのあるサービスです。



人、ひとりひとりの心地良さ



むつ市地域包括支援センター みちのく

〒035-0067 むつ市十二林11-13  
TEL 0175-23-7930 FAX 0175-23-7931



笑い声がひびく地域へ

むつ市地域包括支援センターみちのく



### 〔介護教室〕

地域に出向いて、定期的に開催しています。

総合相談、負担が少ない介護の方法、理学療法士による転倒防止のコツなど生活に役立つプログラムがあります。

**豊富な経験をもつ、看護師、  
ケアマネージャー、社会福祉士が  
わかりやすく、具体的に  
アドバイスいたします。**

#### ●総合相談

65歳以上の方に関する医療、介護、生活全般の相談を受けています。

家族介護の不安、近隣の高齢者の心配事にも対応します。

#### ●介護予防支援

物忘れなど加齢による健康不安、健康維持トレーニングのアドバイス、介護予防プランの作成などを行います。

要介護認定の申請も受け付けています。

#### ●暮らしの相談

悪質な訪問販売の被害、ご自分の財産管理に関することなどもご相談ください。

高齢者に対する虐待については、本人だけでなく近隣からの連絡にも対応します。

また、虐待の予防にも取り組んでいます。

#### ●暮らしやすい地域づくりのために

いつでも快適な生活ができるように、さまざまな職種、機関と連携して、高齢者支援の輪を広げています。

## どんなささいなことでも、 ひとりで抱えこまず、気軽にご相談ください

ご相談は、電話(24時間対応)、ファクシミリ、訪問、来所などによりお受けいたします。  
ご都合の良い方法をお選びください。

