

2026年3月

第 20 号

新冠町の

医療と福祉の情報誌

わ
WA・**輪**・**WA!!**
わ

新冠町では、認知症予防や地域の認知症への理解を深める取り組みの一つとして、
毎年9月の「アルツハイマーデー」に合わせた制作活動を行っています。

「あんしん座談会」に参加された皆様に認知症サポーターキャラバンのマスコットである
「ロバ隊長」を作成していただきました。認知症になっても安心して暮らせるまちづくりを目指し
ロバのように「急がず、しかし一步一步着実に」進んでいく意味が込められています。

もくじ

P 1～4・・・医療・介護マップ

P 5・・・医学事典『带状疱疹について』

P 6・・・口腔ケアや入れ歯の手入れの紹介

P 7・・・健康づくりについて

P 8・・・難聴と認知症の関連性

P 9～10・・・わ・わ・わ相談室

『介護保険申請の流れと要介護度』

P 11～12・・・新冠町で活躍する

ケアマネージャーに相談してみました

P 13・・・にいかっぴん放浪記

『ゆーあい天馬』のご紹介

P 14・・・生活支援体制整備事業の紹介

P 15～16・・・成年後見制度について

P 17～18・・・人生会議『ACP』について

P 19・・・新冠町の福祉サービス一覧

あとがき

«「新冠町の医療と福祉の情報誌 WA・輪・WA!!」は、新冠町の医療や福祉に関する情報を広く発信し、
住民・医療・福祉が一つの輪となって、元気に安心して生活が続けられることを目的に発行しています。»



介護に関する相談先や病院の診療情報などを調べる際に活用ください。



相談先

名称・所在地・電話番号	基本的な役割
町地域包括支援センター（保健福祉課内） ☎059-2403 新冠町字北星町 3-2 ☎0146-47-2113	高齢者の総合相談窓口
居宅介護支援事業所ケアラボ ☎059-2403 新冠町字北星町 8-51 ☎0146-49-0678	在宅介護に関する相談や計画（ケアプラン）の作成、事業所との連絡調整
新ひだか地域ケアプラン相談センター ☎056-0004 新ひだか町静内緑町 4-5-1 ☎0146-43-0192	
恵洲会居宅介護センター ☎056-0005 新ひだか町静内こうせい町 1-10-27 ☎0146-42-0701	
介護相談所 ☎056-0023 新ひだか町静内ときわ町 3-5-14 ☎070-3311-1650	
居宅介護支援事業所さくら ☎056-0028 新ひだか町静内柏台 2 3-1 3 ☎0146-43-0035	
プランセンター月のうさぎ ☎056-0024 新ひだか町静内山手町 1-2-4 ☎0146-49-2980	

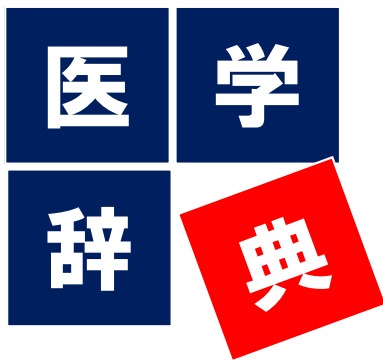
介護事業所

	名称	主な内容
新冠町	新冠町デイサービスセンター	デイサービスで食事、入浴などの日常生活の支援や機能訓練等を提供
	勤医協厚賀デイサービス	
	ヘルパーステーションおうるの郷新冠	生活介護（買い物や掃除など）や身体介護（排泄介助など）の提供
	新冠町社会福祉協議会指定訪問介護事業所	
	新ひだか地域新冠訪問看護ステーション	医師の指示に基づく医療処置の提供
	西村金物店 介護福祉事業部	車椅子などの福祉用具のレンタル
	新冠町立特別養護老人ホーム東春荘	

新冠町・新ひだか町内の薬局

名称・所在地・電話番号			
新冠町	⑪	新冠薬局 〒059-2402 新冠町字中央町 24-14 ☎ 0146-47-2378	新冠町立
新ひだか町	⑫	アイン薬局 新ひだか店 〒056-0022 新ひだか町静内高砂町 3-1-13 ☎ 0146-45-0271	石井病院
	⑬	あさひ薬局 〒056-0003 新ひだか町静内旭町 1-30-30 ☎ 0146-43-1770	山田クリ
	⑭	イルカ薬局 静内店 〒056-0019 新ひだか町静内青柳町 4-14-8 ☎ 0146-49-0701	新ひだか
	⑮	コア薬局 静内店 〒056-0017 新ひだか町静内御幸町 2-4-8 ☎ 0146-45-0701	仲川内科
	⑯	静内薬局 〒056-0018 新ひだか町静内吉野町 1-1-8 ☎ 0146-42-0338	ピュアブ
	⑰	なの花薬局 静内青柳店 〒056-0019 新ひだか町静内青柳町 1-11-5 ☎ 0146-43-1212	しずない
	⑱	なの花薬局 静内高砂店 〒056-0022 新ひだか町静内高砂町 3-9-86 ☎ 0146-42-1063	中村脳神
	⑲	なの花薬局 静内東店 〒056-0019 新ひだか町静内青柳町 1-7-15 ☎ 0146-43-1193	しずない
	㉑	なの花薬局 静内緑町店 〒056-0004 新ひだか町静内緑町 4-1-2 ☎ 0146-45-1193	新ひだか
	㉒	なの花薬局 静内みゆき店 〒056-0017 新ひだか町静内御幸町 2-4-11 ☎ 0146-42-1193	仲川内科
	㉓	ノルデン薬局 新ひだか店 〒056-0004 新ひだか町静内緑町 7-1-26 ☎ 0146-45-1011	新ひだか
		ゆきもと薬局	

[illegible]



今回のテーマは…

『帯状疱疹』について



監修：新冠町立国民健康保険診療所

子どもの頃に水ぼうそうにかかると、治った後もウイルスが体内に残り免疫力が低下したときに、ウイルスが再活性化して、表面に現れてくるのが帯状疱疹です。

どんな症状？

体の片側に痛みやピリピリ感、かゆみを感じます。

帯状疱疹が出る2～3日間に体の片側に痛みやピリピリ感、かゆみが起こります。その後、発疹が広がり水泡に変化します。高齢者の場合、免疫力低下により重症化しやすく、発疹が治っても痛みが続く「帯状疱疹後神経痛」への移行リスクも高くなります。

どんな人がかかりやすいの？

50歳頃から上昇し、70代で発症する方が最も多い

水ぼうそうにかかったことがある方なら誰でもなる可能性があります。特に50歳以上で免疫力が低下している人や、持病のある人が発症しやすいです。

治療方法と予防について

抗ウイルス薬の早期投与（発疹が現れてから3日以内）が効果的です。
症状があったらすぐに皮膚科や内科を受診しましょう。

- ・バランスの良い食事や適度な運動、十分な睡眠で免疫力を高めましょう。
- ・ワクチン接種を検討しましょう。

新冠町では帯状疱疹ワクチンの接種について

＜＜65歳以上のすべての方に費用助成しています＞＞

ワクチン種類	接種料金(新冠国保診療所)	助成割合	助成上限額
生ワクチン	8,000円を1回	5割	4,000円を1回
組換えワクチン	22,400円を2回	5割	11,200円を2回

※接種料金は医療機関により異なりますので、詳しくは医療機関に直接お問い合わせください。

※助成額は、町内医療機関の接種費用の5割を上限とします。

※助成対象者で、生活保護を受給されている方は、接種費用の全額を助成します。

《重要》 予防接種を希望される方は必ず事前に予診票の発行を受けてください

＜＜お問合せ先＞＞保健福祉課保健福祉グループ健康推進係
(TEL 0146-47-2113)

元気であるためにまず口腔ケアを！

～お口の健康は全身の健康に繋がります～

◆丁寧な歯みがきをしましょう！

歯の付け根や、歯と歯の間がしっかり磨けていないと、歯周病の進行やむし歯の発生・進行に繋がってしまいます。

～歯間ブラシやデンタルフロスなどの、補助用具の使い方をご紹介します～

歯と歯の間の隙間には、歯間ブラシを！



歯と歯の間にゆっくり歯間ブラシを入れて、前後に数回動かします。

※自分の歯間の幅にあったサイズの歯間ブラシを選びましょう。

歯と歯が接している面にはデンタルフロスを！



ホルダータイプ



糸巻きタイプ

フロスをゆっくり動かしながら歯と歯の間に入れましょう。数回動かし、歯の側面を清掃します。

◆入れ歯の正しいお手入れ方法を確認しましょう！

食後や就寝前は、入れ歯を外して水洗いし、食べカスなどの汚れを落とします。



入れ歯専用ブラシは、効率的に汚れを落とせる設計になっています。



就寝前は、水またはぬるま湯に浸けて下さい。



入れ歯洗浄剤の使用は、目に見えない汚れや菌を取り除いてくれます。

洗浄剤から取り出したあとは、流水で入れ歯を十分にすすいで下さい。



入れ歯を清潔に保つ事で、口腔内のトラブルを予防出来ます。

お口のことでお困りでしたら、お気軽にご相談ください！

【担当】新冠町役場 保健福祉課 健康推進係 高瀬



～自分の健康は自分で守ろう～

健康づくりのために、運動していますか？

▶ 健康づくりのための運動

健康づくりのための運動は、高血圧や糖尿病、循環器疾患、がんなどの生活習慣病の発症を予防したり、病気による死亡のリスクを下げたりするだけでなく、身体機能の低下を予防することが可能です。



▶ 高齢者に運動って必要？

「筋力の低下」「活動量の低下」「歩行速度の低下」「疲れやすくなる」「体重減少」のうち、3つ以上がみられる場合を**フレイル**といいます。

フレイルは介護が必要となる前段階であり、この状態が続くと健康に生活できる健康寿命が短くなります。しかし、高齢になっても運動によって身体機能の改善が可能であり、健康寿命を延ばすことに繋がります。

高齢者の運動のポイント



① 毎日 40 分以上、歩こう！動こう！

歩行又はそれと同等以上の身体活動を 1 日 40 分以上（目安は 1 日 6,000 歩以上）を目標にしましょう。体力のある高齢者の方は、成人並みの活動（毎日 60 分以上、1 日 8,000 歩以上）を行うことで、さらなる効果が期待できます。

② いろいろな運動を楽しもう！

バランス、柔軟性、筋力などを高める運動（例：ダンス、体操、登山、ハイキングなど）を週 3 日以上、行いましょう。

③ 週 2～3 日の筋トレを行い、筋力を高めよう！

庭仕事、重い物を運ぶ、階段を上るなどでも筋力を維持・向上できます。



④ 座りっぱなしを避けよう！

テレビなどの前に長時間座りっぱなしにならないよう、30 分に 1 回は立ち上がり、からだを動かしましょう。

出典：厚生労働省 「健康づくりのための身体活動・運動ガイド 2023」

人によっては運動することが難しい方もいると思います。しかし、運動が出来なくても普段の生活の中で意識してからだを動かせば、立派な健康づくりになります。

「健康づくり」についてわからないことがあれば、いつでもご相談ください。

【担当】 保健福祉課 保健福祉グループ 健康推進係 村上



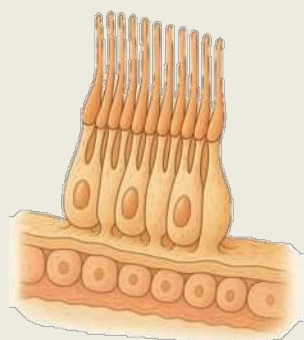
「加齢」と「難聴」と「認知症」

聞こえの変化が 脳 に与える影響とは？

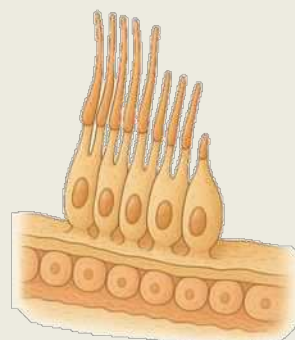
加齢以外に特別な原因のない難聴を、「^{かれいせいなんちょう}加齢性難聴」とよびます。

主な原因は、耳の奥にある、音を感じるセンサーの「^{ゆうもうさいぼう}有毛細胞」とよばれる細胞の数が減ったり、はたらきが衰えることです。これにより、音の情報がうまく伝わらず、聞こえが悪くなります。

健康な有毛細胞



加齢によりところどころ
抜け落ちた有毛細胞



加齢性難聴は、一言でいえば老化による機能低下であり、残念ながら**根本的な治療はありません**。

**大切なのは、早めの対応！
補聴器などを使って「聞こえ」を改善しましょう！**

難聴 だと どうして「認知症」になりやすいの？

1. 脳への刺激が減るから

耳から入る音の情報は、脳にとって大切な刺激です。聞こえにくくなると、音情報が減り、脳のはたらきが低下しやすいといわれています。

2. コミュニケーションが減少するから

聞き取りにくさがあると、会話や人との交流が減ってしまう場合があります。社会的孤立は、心の健康や認知機能に悪影響とされています。

3. 不安やストレスが増加するから

聞き間違いが増えると、ストレスや不安を感じやすくなります。これも脳に負担をかける要因の一つです。

まずは、

じびか
耳鼻科 を

受診しましょう！



聴覚障害による**身体障害者手帳**をお持ちの方は、障害サービスとして補聴器購入時の**費用補助**(※1)を受けることができます。手帳の発行要件に該当しているかの確認は、医師による検査・診断が必要です。

※1 購入金額の1割が自己負担(低所得者は自己負担額なし)

知って備える！

介護保険のあれこれ

足腰がだんだん弱ってきたようだ…

最近ものの忘れが気になる…

家の段差をなくして手すりをつけたい…

介護に疲れてしまった…



退院しても家で暮らせるだろうか…

…こんなとき、わたしたちにご相談ください！！…

新冠町
地域包括支援センター

☎ 0146-47-2113

高橋・村口・柳澤・高岸



新冠町包括支援センターは
高齢者の総合相談窓口です

介護保険の申請やサービス
調整をお手伝いします！

介護保険を使うと、このようなサービスが受けられます。

訪問介護（ヘルパー） 	訪問看護	福祉用具の貸与・購入
居宅療養管理指導（服薬支援や訪問診療）	通所介護（デイサービス）	
通所リハビリ（デイケア）	短期入所（ショートステイ）	施設サービス 

利用までの流れが知りたい！

①相談する



新冠町包括支援センター(役場3番窓口/47-2113)へご相談ください

②介護保険を申請する

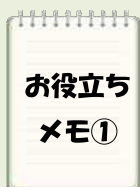
- 要介護認定の申請 新冠町包括支援センターで申請できます
- 認定調査 自宅へ職員が調査に伺います
- 審査・判定 介護度について審査が行われます
- 認定結果の通知 自宅に「介護保険者証」が届きます

③必要な介護保険サービスを整理する

サービス利用には、「計画書」が必要になります。ご本人・ご家族と相談しながら、担当の「ケアマネジャー」が必要なサービスを計画・調整します。

④利用開始

いよいよサービス利用が開始になります。



要介護度について

生活に部分的な支援が必要な程度であれば、「要支援」に該当することが多く、必要な支援の量に応じて介護度が高くなります。また、要介護度によって使えるサービスの量(上限)が変わってきます。

要介護5
要介護4
要介護3
要介護2
要介護1

要支援2
要支援1

高

低

介護が必要な度合い

こんな時どうする？ 教えて！ケアマネジャーさん！

今回の講師は・・・

ここからは、介護のスペシャリストとも呼ばれるケアマネジャーが、
町民の皆さまから寄せられた相談にお答えします。

指定居宅介護支援事業所 ケアラボ

ケアラボには、『要介護認定』を受けた方に対して、在宅での生活をサポートする4名のケアマネジャーが所属しています。



ケース1 新冠太郎さんのお悩み・・・



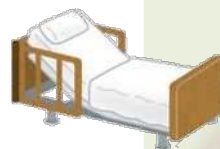
要支援2の認定がついています。朝、ベッドから起きるときに、膝や腰が痛くて起き上がるのに時間がかかります・・・

「例外としてベッドのレンタルが可能です」

介護用ベッドを介護保険で借りるには、「要介護2以上」の認定が必要です。しかし、状態によっては、要支援1・2や要介護1の方でも「例外」として、介護用ベッドを借りられる場合もあります。

「どんな状態のとき？」

自分で起き上がるのが難しい、寝返りがほとんどできない、立ち上がりには転倒の危険がある等、病気や体力低下で今後状態が悪くなる可能性が高いなどと、医師やケアマネジャーが判断した場合に利用できます。



「まずは相談を」

ベッドからの起き上がり動作は毎日行う動作です。体の負担を軽減し、転倒などの事故を防ぐためにも無理をせず、ケアマネジャーや地域包括支援センターにご相談ください。



田口ケアマネジャー

お役立ち
メモ②

福祉用具とは？

介助が必要な方の日常生活をサポートしたり、介護する方の負担を軽減するための用具や機器です。

ほかにも・・・

歩行用の杖や置き型の手すり、車椅子やスロープなどもレンタルが可能です。



お役立ち
メモ③

ケアマネジャー（介護支援専門員）とは？

介護を必要とする方やその家族の相談にのり、その方にとって最適な介護サービスが受けられるように調整をはかります。介護を必要とする人の状況を聞き取り、ケアプランを作成し生活を支えます。



ケース2 判官花子さんのお悩み・・・



自宅で90歳の母を介護しています。遠方にいる親戚の結婚式に出席したいのですが、母を家に残して出かけることが心配です・・・

「ショートステイの利用が可能です」

介護認定（要支援、要介護）はついていますか？すでに他の介護サービスを利用されている場合はケアマネジャーに、そうでない場合は包括支援センターへご相談ください。

「事業所との契約と利用日の調整が必要です」

利用には、ショートステイの事業所（恵寿荘など）との契約が必要です。利用される方の体調や生活状況を事前に伺います。利用希望日のお部屋や送迎などを調整し利用となります。

※お部屋が空いていない場合は希望の日程に添えない可能性があることをご了承ください。



「家族の介護をされている方の

リフレッシュ目的でも利用できます」

「友人と遊びに行きたい」「孫の運動会に行きたい」「家でゆっくり休みたい」といった理由でも気軽にご相談ください。

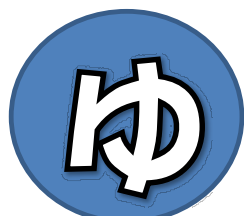


杉山ケアマネジャー

お役立ち
メモ④

ショートステイとは？

自宅で生活している高齢者が、数日～1週間程度、施設に泊まって介護を受けられるサービスです。新冠町では、ショートステイを利用した方に対して、利用料自己負担額の助成事業を行っております。



にいかっぶん放浪記シリーズ — あい天馬に突撃！



グループホームとは、認知症の高齢者が少人数で共同生活する介護施設です。
今回は、まごころいっぱい、なごやかでゆっくりとした家庭的な雰囲気が魅力の
「ゆーあい天馬」さんに突撃しました！

とある1日…

- 9:00 入居者の方と施設内の掃除
- 10:00 元気よくラジオ体操・椅子体操
- 10:30 洗濯たたみや、個別レクなど自由に過ごします
- 12:00 昼食（職員も一緒に）
- 13:00 入浴（入浴がない日は レクをします）
- 15:00 おやつ（おやつ後は、自由に過ごしています）
- 17:00 夕食



自治会の協力のもと
避難訓練や
夏祭りも！



年に数回、ボランティアの方が
レクをしに来てくれます。

高齢者ボランティアに興味のある方、
お気軽にお声かけください♪ （担当：三島）



お食事前に
テーブル拭き…♪



1日1日、充実した生活を送っていただけるよう、
入居者様ができることをサポートする支援を
心がけています。

一緒に働いてくれる仲間も募集中です！
詳しくは、ホームページをご覧ください。



《担当》 グループホーム ゆーあい天馬 大浦

生活支援体制整備事業をご存じですか？

生活支援体制整備事業とは・・・

「**住民が互いに支え合うことで安心して暮らせる地域をつくっていく事業**」です！

近年では人口減少や高齢者の単身化、認知症高齢者の増加など様々な問題により医療や介護サービスといった公的サービスだけでは支援が行き届かなくなるため、地域での支え合い活動の重要性が益々高くなります。

そのため、**地域住民と連携**しながら**住民同士が互いに支え合う活動**を支援しサポートするのが生活支援体制整備事業です。

この取り組みを推進するために、地域に何が必要か、何が出来るのかを地域の皆さんと一緒に考え、地域づくりを進める役割を担っているのが生活支援コーディネーターで社会福祉協議会に配置され活動しています。

安心して新冠町で暮らしていけるために

地域 と **人** と **活動** をつなぐことで

皆さんの取り組みをサポートする仕事です！



取り組む内容は・・・

課題の把握

地域の課題や問題を皆さんと一緒に見つけていきます！

解決に向けた検討

地域で解決できるものが無いのか、皆さんと一緒に考えていきます！

担い手の確保と育成

住民同士で支え合えるよう、担い手の育成を皆さんと一緒に進めていきます！

資源の把握や開発

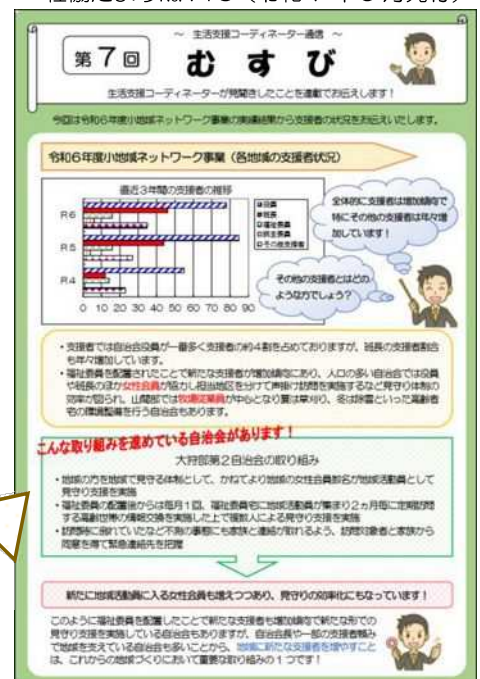
地域資源の把握や開発を皆さんと一緒に進めていきます！

情報提供

地域課題や解決策など、良い情報を皆さんで共有できるように発信していきます！

このほか、地域課題の解決に向け地域ニーズと支え合い活動のマッチングも行いますので、地域活動でお困りのことがあれば社会福祉協議会までお問い合わせ下さい。

社協だよりNo.116（令和7年9月発行）



社協だよりも見てね♪

せいねんこうけんせいど 『成年後見制度』のキホン

高齢や障がいによって判断能力が低下した時、金銭管理や契約内容の理解が難しくなり、生活上に様々な困りごとが生じます。成年後見制度は、家庭裁判所が選任した後見人が、権利や財産を守り、申請者の生活をサポートします。

高齢や障がいにより手続きやお金の管理が不安…
成年後見制度がどのように役立つのか事例をもとに紹介します。

お金の管理が難しくなった Aさん



認知症が進み、お金の管理ができなくなったAさん。入院することになりましたが、入院費の支払いが一人ではできず、退院を求められてしまいました・・・。

悪徳商法の被害に遭ってしまった Bさん



訪問販売で高額な商品を契約してしまうBさん。家族はいますが、遠方に暮らしています。これ以上被害にあわないか心配です・・・。

成年後見制度を利用したことで・・・

後見人が入院費の支払いを代行し、
入院を継続することができました

後見人が契約の取り消しを行い、
悪徳商法による被害を防ぎました

成年後見制度は、申請者の意思や状況を大切にしながら進められ、
家庭裁判所の介入のもとで支援が行われるため、安心して利用することができます！



ポイント
その①

成年後見制度 で できること

身の回りの事（ しんじょうかんご 身上監護）	お金に関すること（ ざいさんかんり 財産管理）
●入院の手続き、医療費の支払い ●水道・電気料金等の公共料金の支払い ●介護サービスや施設入所の契約・手続き ●定期的な訪問による生活状況の確認	●自宅や土地等の不動産の管理 ●預貯金や年金等の金銭管理 ●不当な契約や悪徳商法への対応 ●法律行為（財産に関する契約等）



ポイント
その②

成年後見制度の種類 利用する人の判断力によって区分が変わります

任意後見制度	法定後見制度		
判断能力の低下がない場合	すでに判断能力が不十分な場合		
今元気な人が対象です	補助	保佐	後見
	判断能力に少し 衰えがある	判断能力に衰えが ある	判断がほとんど できない
判断能力が十分あるうちに信頼できる人と判断能力が衰えた際の支援内容を決めておく	（例）最近少し物忘れが出てきたかなと思う時がある	（例）物忘れが増えてきた、買い物で払った金額が分からない等	（例）重度の認知症など意思疎通が難しい状態等

- ・申立手数料：800円
- ・登記手数料：2600円
- ・診断書：数千円程度
- ・医師による鑑定料：5～10万円

ポイント その③

『費用』のめやす



後見人は、家庭裁判所が申請者の状況から、適任と判断された人が選ばれ、本人の利益を最優先に考えて行動します。家族や親族が候補となり、難しい場合に、弁護士等の専門職が選ばれます。

ポイント その④



後見人は 本人にとって適切な人が選ばれます

今日からできる！



じんせいかいぎ 人生会議

のすすめ方

もしものときの医療や介護などのケアについて、家族や身近な人と話し会ったことはありますか？認知症や病気などによって、自分の意思を伝えることが難しくなったとき、あなたの思いがどこにも残らず、誰にも伝わらなかったら、家族や支援者は戸惑ってしまうかもしれません。

終活をはじめたい方必見！まずは、『人生会議』からはじめましょう！

人生会議

アドバンス・ケア・プランニング(ACP)

自分がどんな暮らしを大切にしたいか、どんな治療や支援を望むのか、こうした思いを事前に話し合い、家族や身近な人と共有しておくことをいいます。



人生会議をはじめめるメリット

**あなたの気持ちを
医療・介護サービスに
反映できる**

病気や介護の状況によっては、自分の意見を伝えにくくなる場面が増えてきます。人生会議を通じて自分の意思をあらかじめ信頼できる人と共有しておく、医師やケアマネジャーは、よりの確なサービスを提案しやすくなります。

**家族の迷いや負担を
軽減できる**

もしもの時に、あなたの希望が分かっている「どうすべきか」迷う時間を軽減できます。たとえば、「痛みの緩和を最重視したいのか」「なるべく長く自宅で過ごしたいのか」といった具体的な希望が明らかになると、医療や介護のプランを立てる際の方針も明確になります。

**安心して日々を
過ごすことができる**

体調や気持ちに変化があった場合も、事前に話し合っておけばスムーズに方針を修正できます。ケアの選択肢をあなたが主導的に選べる環境は、納得感の高い生活を送るために非常に重要です。何度でも振り返ってみましょう。



人生会議 の 3ステップ

人生会議を始めるには、特別な準備はありません。
気軽に始められる「3つのステップ」を紹介します。

ステップ1 考える



まずは、自分が大切にしていることや、いざという時の希望について考えてみましょう。

例えば
こんなこと…！

- ・大切にしたい暮らしや価値観
- ・どこで、どのように過ごしたいか
- ・どんな介護サービスをうけたいか
- ・受けたい医療や、避けたい医療
- ・伝えておきたい人はだれか 等



ステップ2 話す



家族や友人、信頼できる人などに話しておきましょう。
全て決めていなくても、「こんなふうに思っている」という気持ちだけでも大丈夫です。

こんな時に
話して
みましょう！

- ・誕生日や記念日などの節目の日
- ・家族がそろったとき
- ・健診・通院のタイミング
- ・介護保険の更新やケアプランの見直し時

ステップ3 記録する



ステップ2で話したことは、書き残しておくと、いざという時に、医師や看護師、ケアマネジャーなど専門職とも共有ができるため、とても役立ちます。

「まだ全部は決められないけど、今はこう思っている」
—そんな途中の考えでも大丈夫です—

地域包括支援センターでは、思いの整理や記録に
便利なエンディングノートを希望の方に
配布しています。ぜひご活用ください♪





新冠町の福祉サービスガイド

新冠町では、住みなれた町で安心して暮らし続けられるように、さまざまな福祉サービスを実施しています。

し・コードの湯 無料入浴券の配布		満70歳以上の方または障がい者手帳をお持ちの方に無料入浴券を配布しています。
新冠町寿バス事業		満70歳以上の方を対象に『メロディー号』『道南バス』で利用できる無料バス券を配布しています。
移送サービス		高齢や障がい等で『歩行困難によりひとりではバスに乗れない』などの理由から、医療機関等への移動手段がない方に対して、車椅子にも対応した福祉車両で送迎する『新冠町移送サービス事業』を行っています。
らくらくにいかっぷ		高齢のため買い物が困難になった方に対して、食料品等の移動販売を行います。注文した商品は送料無料で自宅まで配達します。
緊急通報システムの貸し出し		健康に不安がある方を対象に緊急通報システム端末機を貸し出ししています。自宅の固定電話に取り付けることで、体調不良時等の緊急時にボタン1つで消防署への通報が可能です。
ふれあい夕食		調理が困難な方や、栄養状態の改善が必要な方を対象に夕食を配達します。週1回から利用可能です 『配達業者：コープさっぽろ』
あいあい荘		町内の概ね65歳以上のひとり暮らしの方で、在宅生活に不安がある方を対象に、共同生活施設あいあい荘を運営しています。（要介護2以上の方は居住対象外）
GPS 機器導入費の一部助成		認知症等の高齢者における、外出中の所在確認のためGPS機器の導入費の一部を助成しています。

「お問い合わせ」

新冠町役場保健福祉課

☎0146-47-2113

新冠町の医療と福祉の情報誌

「WA・輪・WA！！」

発行：新冠町（保健福祉課 介護支援係）

編集：医療と福祉に関する情報誌作業部会

電話：0146-47-2113

あとがき

最後までお読みいただきありがとうございました。今号では、新冠町で暮らす皆さんの毎日の生活に少しでも役に立つ情報をお届けしたい、そんな思いで情報誌を作成しました。『WA・輪・WA！！』が誰かと話すきっかけやこれからの暮らしを支える一助になれば幸いです。

介護支援係 村口・高岸