

目黒区地域包括支援センター



開設日・開設時間
(祝・休日、年末年始を除く)

■月～金曜日 / 午前8時30分～午後7時
■土曜日 / 午前8時30分～午後5時

交通案内	地図	地域包括支援センターの担当地域
北部包括支援センター TEL 5428-6891 大橋1-5-1 クロスエアタワー9階 FAX 3496-5215 東急田園都市線「池尻大橋駅」下車6分 東急バス「大橋」下車2分		<ul style="list-style-type: none"> ●駒場全域 ●青葉台全域 ●東山全域 ●大橋全域 ●上目黒1丁目1番 ●上目黒1丁目6～22番 ●上目黒2丁目46～49番 ●上目黒3丁目1～3番 ●上目黒3丁目6～44番 ●上目黒5丁目
東部包括支援センター TEL 5724-8030 上目黒2-19-15 目黒区総合庁舎1階 FAX 3715-1076 東急東横線・東京メトロ日比谷線 「中目黒駅」下車5分 東急バス「目黒区総合庁舎前」下車1分 「中目黒駅」下車5分		<ul style="list-style-type: none"> ●上目黒1丁目2～5番 ●上目黒1丁目23～26番 ●上目黒2丁目1～45番 ●上目黒3丁目4～5番 ●三田全域 ●目黒1～3丁目 ●中目黒1～4丁目 ●中目黒5丁目1～7番 ●中目黒5丁目22～23番 ●下目黒全域 ●目黒本町1丁目
中央包括支援センター TEL 5724-8066 中央町2-9-13 食販ビル2階 FAX 5722-9803 東急東横線「祐天寺駅」下車12分 「学芸大学駅」下車12分 東急バス「中央町2丁目」下車3分 「中央町」下車3分 「水道局目黒営業所前」下車3分		<ul style="list-style-type: none"> ●上目黒4丁目 ●中目黒5丁目8～21番 ●中目黒5丁目24～28番 ●目黒4丁目 ●中町全域 ●五本木全域 ●祐天寺全域 ●中央町全域 ●碑文谷5～6丁目 ●麩番全域
南部包括支援センター TEL 5724-8033 碑文谷1-18-14 碑小学校内南西側 FAX 3719-2031 東急目黒線「西小山駅」下車15分 東急バス「円融寺前」下車4分 「区立七中前」下車8分		<ul style="list-style-type: none"> ●目黒本町2～6丁目 ●原町全域 ●洗足全域 ●南1～2丁目 ●碑文谷1～4丁目
西部包括支援センター TEL 5701-7244 柿の木坂1-28-10 FAX 3723-3432 東急東横線「都立大学駅」下車5分 東急バス「都立大学駅北口」下車4分		<ul style="list-style-type: none"> ●南3丁目 ●平町全域 ●大岡山全域 ●緑が丘全域 ●自由が丘全域 ●中根全域 ●柿の木坂全域 ●八雲全域 ●東が丘全域

目黒区健康福祉部福祉総合課 目黒区上目黒2-19-15 電話:03-5722-9385 FAX:03-5722-9062
令和5年3月発行



地域包括支援センター、 相談窓口



目黒区では、
高齢者以外のかたの
福祉・介護・医療の
相談も受け付けて
います。



目黒区見守りネットワーク
キャラクター
まもりん

地域包括支援センターってどんなところ?

地域包括支援センターは、区民の皆さんが住み慣れた地域で安心して暮らし続けるために、福祉・介護・医療・健康などのさまざまな面からサポートする総合相談窓口です。保健師・看護師、社会福祉士、主任ケアマネジャーなどの専門職が、それぞれの専門性を活かして連携し、総合的な支援を行います。

こんな悩み・疑問はありませんか？

そんなときは

地域包括支援センターにご相談ください

わたしたちが **チーム** でサポートします

社会福祉士

福祉に関する専門的な知識を持ち困っているかたが問題を解決できるように支援する専門職です。権利擁護や虐待対応など、ご本人の権利を守る支援を考えます。

保健師・看護師

医療・健康に関する専門的な知識や経験を活かし、介護予防や健康管理、在宅療養の相談に応じ、在宅生活をサポートします。

介護支援専門員 (ケアマネジャー)

ケアプランの作成をする専門職です。サービス事業者、主治医との連絡調整をします。そのかたらしい自立した生活が継続できるように相談に応じます。

主任介護支援専門員 (主任ケアマネジャー)

ケアマネジメントの質の向上を図るため、地域のケアマネジャーからの相談対応や後方支援を行い、より暮らしやすい地域づくりのため、様々な関係機関とのネットワークづくりに携わっています。

ご相談やご要望に応じて、必要な支援につなげます

医療・看護

病気になったとき

かかりつけ医
専門医療機関等

介護

介護が必要になったとき

介護サービス事業所
・居宅サービス
・施設サービス

地域で気になるかたがいたら

地域住民、商店街、
民生委員、警察、消防等

見守り

地域全体で支えます

いつまでも元気でいるために
介護予防教室、老人クラブ、
ボランティア等

介護予防

具体的にはこんな相談をお受けしています(4~7頁参照)

介護は必要ないけど
いつまでも元気で
いたい！

介護保険を
使うには？

一人暮らしで
不安。

どこに相談したら
良いのかわからない…

もしかして
認知症？

最近物忘れがひどく
なってきて、お金の管理に
自信がなくなってきた…

退院後の生活が
心配…

一人で暮らしている親の
様子が心配。今後、介護などが
必要になったときに備えて
相談したい。

ご近所の高齢のかた、
最近様子が
ちょっと心配…

怒鳴り声が聞こえる…
もしかして虐待を
受けているのかも…？

総合相談・支援

どこに相談したら
良いかわからない…

さまざまな相談に応じます

生活のなかで、困っていることや
心配なことはありませんか？

多様なネットワークと専門性を活かして、地域にお住まいの皆さんの生活の中で困っていることや心配なことなどの相談をお受けします。住み慣れた地域で安心して暮らし続けるために、ご相談の内容を整理し、問題に応じた支援や適切なサービス・機関・制度につなげるため、一緒に考えていきます。

権利擁護

もしかして、
虐待？詐欺？

みなさんの権利を守ります

安心した生活ができるように、
情報提供やご相談をお受けします。

虐待の防止

虐待を受けているご本人、その家族や介護者または近隣住民などからの相談窓口として、早期発見・把握、被害防止に迅速に対応します。緊急の場合などに必要に応じて、安否確認や老人福祉施設等への入所など、他機関と連携し、地域の皆さんの権利を守ります。



消費者被害防止

悪質な訪問販売や住宅改修、詐欺行為などの消費者被害を未然に防ぐための取り組みや情報提供を、消費生活センターなどの関係機関と連携して行います。



虐待？怪しい契約？と感じたら、
ひとりで悩まずご相談ください！

成年後見制度の紹介・支援

お金の管理や日常生活上の契約などに関する不安があっても、頼れる人がいない場合などには、「成年後見制度」を利用できます。申立て手続きの支援等、ご相談ください。

成年後見制度とは？

認知症などにより適切な判断をすることに不安のあるかたについて、成年後見人が、不動産や預貯金などの財産管理、介護などのサービスや施設への入所などに関する契約の締結を代理で行うことで、本人の権利を守るための制度です。

介護予防ケアマネジメント

介護や健康のことを
相談したいのですが…

自立して生活できるよう支援します

介護保険サービスの利用をはじめ、地域で安心して
暮らしていくためのさまざまなご相談に応じています。

- 介護保険のサービスを利用したい。
- 要支援に認定された。その後はどうすれば良い？
- 要介護認定の結果が「非該当」だった。
- 介護は必要ないけれど、いつまでも元気でいたい。
- 体力の低下が気になる。



地域包括支援センターがサポートします



介護保険認定申請の受付

介護予防に関する情報提供

要支援1・2及びサービス事業対象者の介護予防ケアプランの作成

介護予防・日常生活支援総合事業とは

介護予防・生活支援サービス事業



介護が必要な状態にならないように、訪問型サービスでの生活援助や、日常生活を活発にする通所型サービスを利用できます。心身の状態の維持・改善を目指しましょう。

対象

- 要支援1・2のかた
- 基本チェックリスト該当者

受けられるサービス

- 訪問型サービス
- 通所型サービス
- その他の生活支援サービス
- 介護予防ケアマネジメント

一般介護予防事業

介護予防を目的とした体操教室や講座、ボランティア活動などに積極的に参加して介護予防に取り組みましょう。



対象

- 65歳以上のかた

受けられるサービス

- 自主グループづくり講座
- 介護予防教室
- めぐる手ぬぐい体操
- フレイルチェック会 など

在宅療養

医療も介護も必要
だけど、住み慣れた
地域で暮らしたい

自宅での療養生活の 困りごとなどご相談ください

自宅で…

- 通院していた病院に通うことが難しくなった。
- 病気や介護のことを相談したい。
- 一人暮らしで薬の管理が大変。

病院・施設で…

- 退院後の生活が心配。
- 病状が比較的安定しているので、自宅へ戻りたい。
- 長期の療養は家でしたい。

医療や介護が必要になっても、入院だけでなく、住み慣れた地域の中で安心して暮らし続けることができるよう、各地域包括支援センターに「在宅療養相談窓口」を設置しています。訪問診療を行う医師だけでなく、訪問看護師やケアマネジャーなど、さまざまな職種が連携して支援を行います。

地域包括支援センター



在宅療養相談窓口

認知症

もしかして、認知症？

認知症のかたとご家族が安心して 暮らし続けるためサポートします

認知症は、誰もがなり得る、また関わる可能性のある身近なものです。早期に気付いて適切に対応することで、症状を軽減したり、進行を遅らせることができます。「ちょっと気になることがある」かたは、お早めに地域包括支援センターにご相談ください。認知症コーディネーター等が中心となって、ご本人やご家族の状況に合わせた支援方法を一緒に考えます。

「認知症」と「加齢によるもの忘れ」は違います

記憶の常

認知症によるもの忘れ

全体を忘れる

体験したこと自体を忘れる

判断力などが低下する

日時や場所、身近な人(家族・友人・知人など)がわからなくなる

加齢によるもの忘れ

一部を忘れる

体験した内容の一部を忘れるが思い出せる

判断力などの低下は起こりにくい

日時や場所、身近な人(家族・友人・知人など)を正しく認識できる

見守り

近所にちょっと
気がかりなかたがいます

地域包括支援センターは 地域の見守り相談窓口です

地域で「ちょっと気がかり」なことがあれば、地域包括支援センターへご連絡ください。あなたの気付きで、守られる命があります。

気付きのポイント例

外観からの気付き

郵便受けに新聞や
配達物がたまっている。



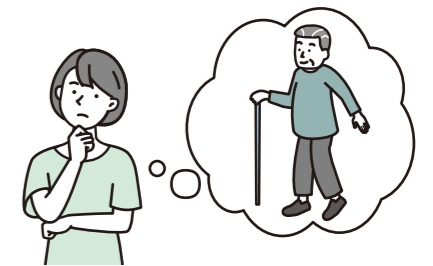
対面での気付き

髪や服装が乱れている、
季節に合わない服を着ている。



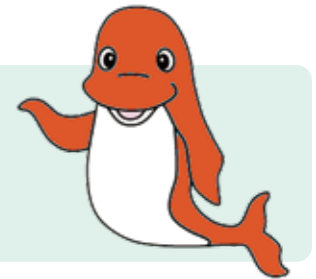
よく見かける場所等 での気付き

ここ数日、顔を見かけない。



ご連絡いただくと…

安否確認や必要なサービス、制度を利用できるよう支援します。
ご連絡をいただいたかたの情報を相手にお伝えすることはありません。
安心してご連絡ください。



包括的・継続的ケアマネジメント

住みやすい地域を
つくって欲しい

さまざまな面から 地域の皆さんを支えます

ケアマネジャーへの支援

地域の皆さんを支えるケアマネジャー(介護支援専門員)への支援や相談に対応し、質の高い適切なサービスの提供に努めています。



住みやすい地域づくり

より暮らしやすい地域づくりのため、医療機関を含め、多職種・多機関とのネットワークづくりに力を入れています。