

できる力を
伸ばす♪

介護保険の「自立支援」ってなに？

介護保険のサービスは、「何でも代わりにやってもらうもの」ではなく、できることを維持し、少しずつ増やしていく「自立支援」という考え方を大切にしています。年齢を重ねても、病気やけががあっても、住み慣れた地域で自分らしく暮らせるように考えてみませんか。

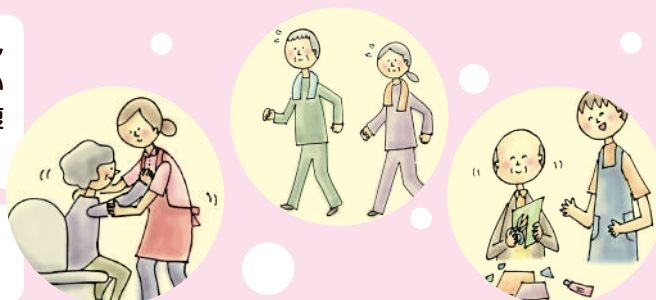


●介護保険の「自立支援」とは、できないことを「代わりにしてもらおう」だけではなく、「できることは自分で」「難しいところだけ支援を使う」ことで、できることを維持・回復し、生活の質を高めることをめざす考えです。

●介護度が下がるのは状態が改善し、自分でできることが増えた可能性があるサインです。

●デイサービスでの運動や活動を通して体力維持や外出習慣につなげることもできます。

●困りごとだけでなく「こう暮らしたい」(例:週1回は外出したい、自分で買い物をしたい)をケアマネジャー等に相談し、具体的な目標を共有しましょう！



小さな「できた」が積み重なると、体力や意欲の維持にもつながります。介護保険を上手に活用しながら、「自分でできること」を少しずつ増やし、住み慣れた地域での暮らしを続けていきましょう。
来月は「新しい認知症観」について掲載します！

【問合】保健福祉課(福祉)6番窓口

☎ 06-6466-9859

無料

ハローワーク梅田「仕事と家庭の両立を希望される方へ」

「マザーズコーナー」では、育児や介護などの理由で仕事と家庭の両立を希望される方の支援をしています。お仕事探しの進め方、応募書類の作成、面接のアドバイス、今後のキャリアのご相談など、お気軽にご相談ください。チャイルドスペースや授乳室も完備で、お子さんと一緒にご利用いただけます！



【対象】仕事と家庭の両立を希望される方
※ご利用には求職登録が必要です

【場所】ハローワーク梅田 マザーズコーナー
(大阪市北区梅田1-2-2 大阪駅前第2ビル16F)
ご利用時間 月～金8:30～17:15

【問合】ハローワーク梅田マザーズコーナー

☎ 06-6344-8609(部門コード:42#)



災害
対策

ペットのための備えは していますか？

詳しくは
こちら▶



震災や風水害などの災害はいつ起こるか分かりません。いざというとき、ペットを守れるのは飼い主だけです。避難が必要か判断することはもちろん、周囲に迷惑をかけないよう、むやみに吠えさせないこと、ケージに入る訓練など、日頃からの備えが重要です。



【問合】保健福祉課(生活環境)22番窓口 ☎ 06-6466-9973

日頃からの備え

- 身元が確認できるよう犬鑑札や迷子札、マイクロチップをペットに装着しておきましょう。
- ワクチンの接種等を行い健康管理に注意しておきましょう。
- ケージやリード等に慣れさせておきましょう。
- ペット用の非常持ち出しセット(食料、薬、トイレ用品など)を用意しておきましょう。
- (犬の場合)「オスワリ」「マテ」のトレーニングを行い、むやみに吠えないようにしておきましょう。