



岡山市東区



地域包括支援センターだより



地域包括支援センターは、地域で暮らす高齢者のみなさんを、
保健・医療・福祉・介護などさまざまな面から総合的に支える機関です。

私たちが皆様のご相談をお受けいたします。

来所だけでなく、電話や自宅にお伺いしてご相談をお受けします。

まずはお気軽にご相談ください。



保健師・看護師



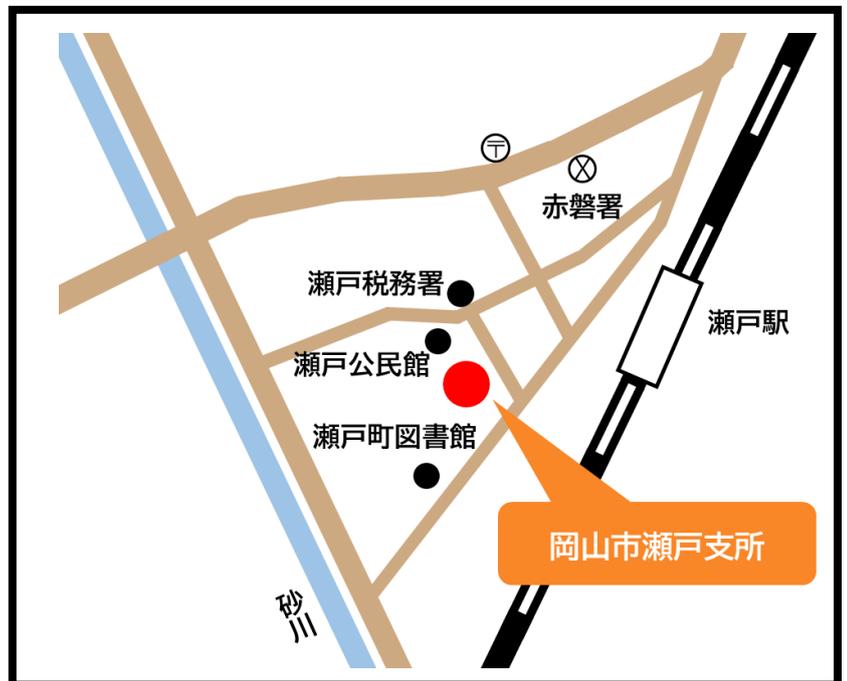
社会福祉士



主任ケアマネジャー

上道中学校区の担当窓口 変更のお知らせ

令和6年4月1日より
上道中学校区の担当窓口が
東区本センターから
東区瀬戸分室（瀬戸支所内）
へ変更となりました。
よろしくお願ひ致します。



あなたの身近にある相談窓口をご紹介します！

社会参加したい・知識や経験を生かしたい

岡山市社会福祉協議会

地域づくりや見守り・声掛け推進事業
(あんしんカプセルおかやま)の啓発
活動・地域のサロン等についての
相談に応じます。

○岡山市社会福祉協議会
東区事務所・西大寺支部
(086) 942-3260

岡山市シルバー人材センター

高齢者が豊かな経験や知識、能力を生か
したい時、臨時・短期的なお仕事を会員に提
供しています。
(庭の剪定・草取り・家事援助サービスなど)

○公益財団法人
岡山市シルバー人材センター
(086) 226-3100

生活・仕事・お金・成年後見制度について相談したい

岡山市成年後見センター

ご本人やご家族、福祉・医療機関から、
成年後見制度に関するご相談に応じます。
また、家庭裁判所への申し立て手続きなど
の支援を行います。

○岡山市成年後見センター
(岡山市社会福祉協議会内)
(086) 225-4066

岡山市寄り添い サポートセンター

生活・仕事・家計など困っていることをご
相談ください。
相談支援員がお話を伺い、どのような支援
が必要か一緒に考え、生活の安定に向けて
サポートします。

○岡山市寄り添いサポートセンター
0800-200-8730

岡山市消費生活センター

契約やお買い物、悪質商法、架空請求、
多重債務などのトラブルについての相談を
受け、助言や専門機関の紹介など、トラ
ブル解決へのお手伝いをしています。

○相談受付時間 9:00~16:00
月曜日~金曜日(祝日及び年末年始除く)
(086) 803-1109

法テラス

国によって設立された法的トラブルの相談窓
口です。解決に役立つ法制度などのご案内、
経済的に余裕のない方への無料法律相談や弁
護士・司法書士費用などの立替を行います。

○法テラス 0570-078374

 **福祉・健康・介護について相談したい** 

岡山市東区福祉事務所

- ・高齢者に関する(介護保険、後期高齢者医療等)相談
- ・障害者全般に関する相談
- ・保育園入園や子どもに関する相談
- ・ひとり親世帯に関する相談
- ・生活保護に関する相談

○**岡山市東区福祉事務所**
(086) 944-1822

岡山市

ふれあい介護予防センター

フレイル対策やあっ晴れ! もも太郎体操など、高齢者の健康づくりの支援を行っています。

- ・体操が出来る通いの場の立ち上げ
 - ・フレイル予防の普及啓発
 - ・フレイル健康チェックの実施
 - ・健康づくりに関する個別の相談
- 各専門職がアドバイスいたします。

○**岡山市ふれあい介護予防センター**
(086) 274-5211

岡山市保健所・保健センター

乳幼児から高齢者まで、生涯を通じた健康について、皆様のご相談に応じています。

- ・こころの健康相談
- ・一般健康相談
- ・シニアのための健康相談

○**岡山市東区保健センター**
(086) 943-3210

岡山市障害者

基幹相談支援センター

障害者の総合的・専門的な相談支援を行います。障害者への虐待防止のための取り組み、医療的ケア児等への支援も行っています。

- 総合相談連絡先 (086) 259-5301**
- 虐待通報専用電話 (086) 259-5303**

在宅医療・介護

ほっ♡と安心相談室

在宅医療・介護に関する様々な相談に応じています。

- ・自宅で療養したい
- ・退院後の生活について
- ・自宅での治療や看取りについて
- ・訪問診療をしてくれる医師を探したい など

○**岡山市地域ケア総合推進センター**
(086) 242-3170

おかやま

認知症コールセンター

認知症ではないかと不安な方や介護をしている方の悩みなどを専門職が電話相談に対応しています。

- 公益社団法人**
認知症の人と家族の会 岡山県支部
(月曜日～金曜日 10:00～16:00)

(はれて一番 良い老後)
(086) 801-4165

令和6年度 もの忘れ相談会

もの忘れ、認知症について悩んでいませんか？

岡山市認知症疾患医療センターの専門職がお話を伺います。

ご本人だけでなく、ご家族等からの相談も受け付けます。

《日時》

令和6年7月19日(金) 13:00~15:00

令和7年1月17日(金) 13:00~15:00

《場所》

西大寺ふれあいセンター

※予約制(1人30分)、無料

※詳しくは東区地域包括支援センターまでお問い合わせ下さい



岡山市地域包括支援センター
認知症普及啓発キャラクター
「サボくま」



脳トシ

漢字の読み方にチャレンジ!

★ヒントは鳥の名前

※答えは下にあります

① 鶯 = ○ ○ ○ ○ ○

② 木菟 = ○ ○ ○ ○ ○

③ 啄木鳥 = ○ ○ ○ ○ ○



岡山市地域包括支援センター
キャラクター「ほうほう」

本センター

岡山市東区西大寺中二丁目16-33

西大寺ふれあいセンター内 (086) 944-1866

【担当地区】

旭東・上南・西大寺中学校区
山南学園区



瀬戸分室

岡山市東区瀬戸町瀬戸45

瀬戸支所内 (086) 952-3883

【担当地区】

瀬戸・上道中学校区

