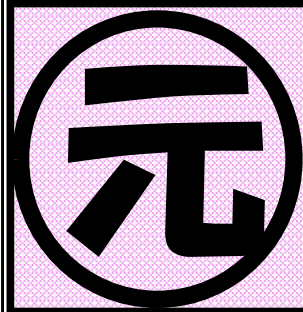




げんこっしんぶん コッ新聞

「元」気で暮らす
「コッ」がある！

令和7年度 第1号

発行：



(公財)岡山市ふれあい公社

岡山市南区南地域包括支援センター

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

支え合いの地域づくりをお手伝いします。

- ・ご近所での見守り・声かけの促進
(あんしんカプセルおかやまの活用)
- ・いきいきサロンや子どもの居場所等
地域の集いの場の立ち上げ支援などご相談ください。

☎ 南区南事務所 (086) 263-0012

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・家事援助サービス等)

☎ (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等の助言を行います。

☎ (086) 225-4066

岡山市寄り添いサポートセンター

生活・仕事・家計等で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。

☎ 0800-200-8730

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。

☎ 0570-078374

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付け、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



岡山市ふれあい介護予防センター

フレイル対策やあつ晴れ！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。

☎ 南事務所 (086) 230-0315

在宅医療・介護

ほっ♡と安心相談室

在宅医療・介護に関するさまざまな相談に応じています。

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

☎ 岡山市地域ケア総合推進センター
(086) 242-3170

岡山市保健所・保健センター

赤ちゃんから高齢者までの健康や生活に関する様々な相談に応じています。

- ・こころの健康相談
- ・生活習慣病や低栄養予防のための健康相談
- ・感染症や予防接種について
- ・精神障害者保健福祉手帳の申請
- ・難病に関する医療受給者証や福祉サービス

等利用申請 など

☎ 南区南保健センター (086) 261-7051

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

岡山市福祉事務所

- ・介護保険等高齢者の福祉
- ・身体・知的障害者の福祉
- ・ひとり親等のこどもの福祉
- ・生活保護の相談・受付

☎ 南区南福祉事務所 (086) 230-0321

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で対応しています。

☎ 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)
(086) 801-4165

『地域包括支援センター』は、地域で暮らす高齢者のみなさまを保健・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。来所だけでなく、電話や訪問でのご相談もお受けしています。相談は無料です。

【岡山市南区南地域包括支援センター】

受付時間：月～金 午前8時30分～午後5時（祝日・年末年始を除く）



【本センター】

住所：岡山市南区福田690番地1
(南ふれあいセンター内)

電話：086-261-7301

担当中学校区：芳田・芳泉・福浜

【市場分室】

住所：岡山市南区市場1-1
(岡山市中央卸売市場管理棟内)

電話：086-239-9151

担当中学校区：福南・光南台

お気軽に
ご相談
ください

