

# 安心して 暮らし続けるための



## 介護 情報

生協あじまの家指定居宅介護支援事業所  
管理者 主任ケアマネジャー 大曾 恵子

これから超高齢化社会になる中、住み慣れた地域で安心して暮らし続けるためにどうしたらいいか、今、介護が必要となったらどうするかを考えていきたいと思います。

介護が必要になるのは大病や骨折をして急になる場合や、加齢から徐々になる場合など様々です。

まずは、介護が必要にならないために、どうするか考えていきましょう。介護予防には、新しくつくられた総合事業という制度が利用できます。日常生活に困ったと感じた時、例えば、よく転ぶから外出が減った、買い物に行けない、膝が痛くて立ち上がりにくい、そんな風を感じた時は、利用するきっかけです。

さて次回は、総合事業について詳しくお話していきます。

