

# 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

## 介護に困ったら、どこに、 どんな時にどんな風に 相談に行ったらいいの？

さて、介護に困るとはどんなときでしょうか？自分が困るのは日常生活にできない事が増えたとき、家族の場合は家族自身の生活に大変さや負担が出てきたとき、隣近所の方なら自分の生活に何かふりかかってきたときですね。そんな時は、“介護保険を利用したい、したら”の時期。本来であれば、困る前、今までの生活に少しずつ変化が出てきたときに、相談し、事前に準備ができれば、サービスの選択の枠が広がることもあります。相談場所は、住んでる地域包括支援センターかいきいき支援センター、高齢者いきいき相談室(居宅支援事業所)に、まずは、電話かたずねていただく。と次の相談に繋がります。早めの相談を心掛けてください。

今回は、介護保険の申請についてです。

