



Inclusive support

## 地域包括支援センター

行方市地域包括支援センター

☎ 0299-55-0114

いつまでも健やかにすみなれた地域で生活していけるよう、高齢者やご家族のみなさんを、医療、保健、介護及び福祉などさまざまな方面から総合的に支援します

### 「離れて暮らす親を子どもが支えるために」



日頃、高齢者と接する中で、子どもは遠くに住んでおり年に数回しか来ないという話をよく耳にします。本来は、親の近くに住んで面倒を見たいと思っているが、やむを得ずに親の傍を離れて生活しているという方は、行方市にもきっと多いことだと思います。今は元気だけれど、突然、親の具合が悪くなったとき、支援が必要な状況になったとき、近くに住んでいれば親のもとへすぐに駆けつけて支援をすることもできますが、頻繁に帰省することができない場合、どうすればいいのか、不安を抱えている方も多いのではないのでしょうか。

まずは、日頃から親と電話などでコミュニケーションを密に取っておくことをお勧めします。よく、便りがないのは元気な証拠と言いますが、高齢者の場合、気づかないうちに状況が変わっているということはよくあります。電話一本のやり取りの中でも、ちょっとした異変に気づくことができると思います。例えば、物忘れがひどくなった、最近元気がなくなってきた等・・・。

また、ときどき親の病院受診に付き添い、かかりつけの医師と会い、すぐに相談できる体制を作っておくことも大切だと思います。

そして、親が元気なうちに、親の住む地域では誰に相談すればいいのか、どのようなサービスがあるのかを知っておくことがとても大切です。ぜひその際には、地域包括支援センターを利用してください。行方市では、玉造保健センター内にあり、ケアマネージャー、保健師、社会福祉士が、介護や健康、権利や財産を守ることなど、高齢者に関するさまざまな相談を受けつけています。お気軽にご相談ください。少しでも不安を解消できるようにお手伝いできればと思います。



地域包括支援センター（玉造保健センター内）

TEL 0299-55-0114

**過払い金回収**  
↑相談¥0 着手金¥0 成功報酬制！

**借金整理・交通事故・離婚**

**LEGAL PLUS** **秘密厳守**

弁護士法人 リーガルプラス  
茨城県弁護士会所属

**かしま法律事務所**  
124号イオンそば

☎0299-85-3350 (平日・土曜日 10:00～18:00)

リーガルプラス 検索 🔍 代表弁護士 谷 靖介



## 常陽銀行

- 麻生支店：行方市麻生 1135-31  
TEL:0299-72-0551
- 玉造支店：行方市玉造甲 337  
TEL:0299-55-0101
- 北浦支店：行方市山田 1301-1  
TEL:0291-35-2121