

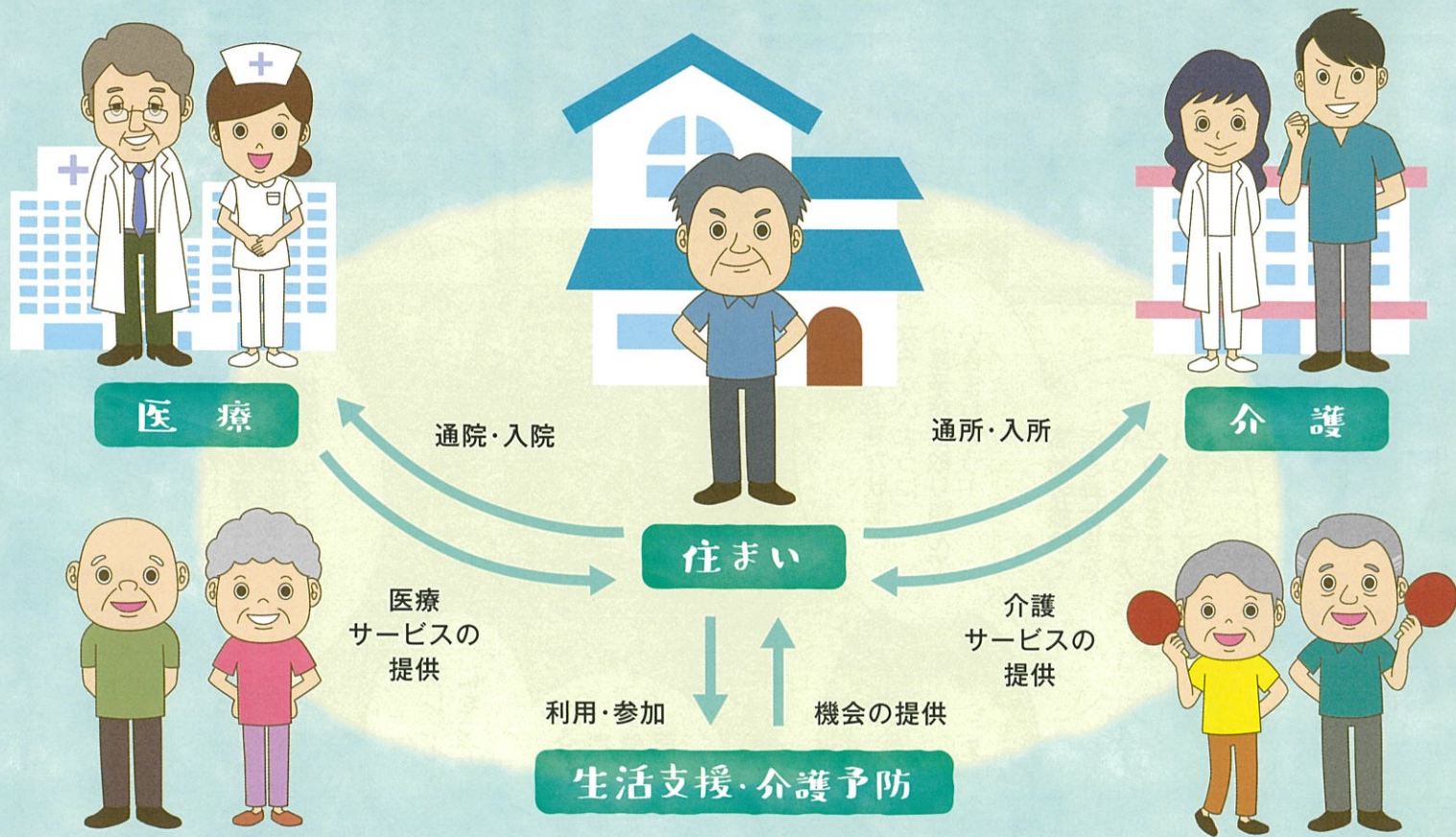
誰もが住み慣れた地域で
安心して暮らし続けられるまちを目指して

江東区版

地域包括 ケアシステム

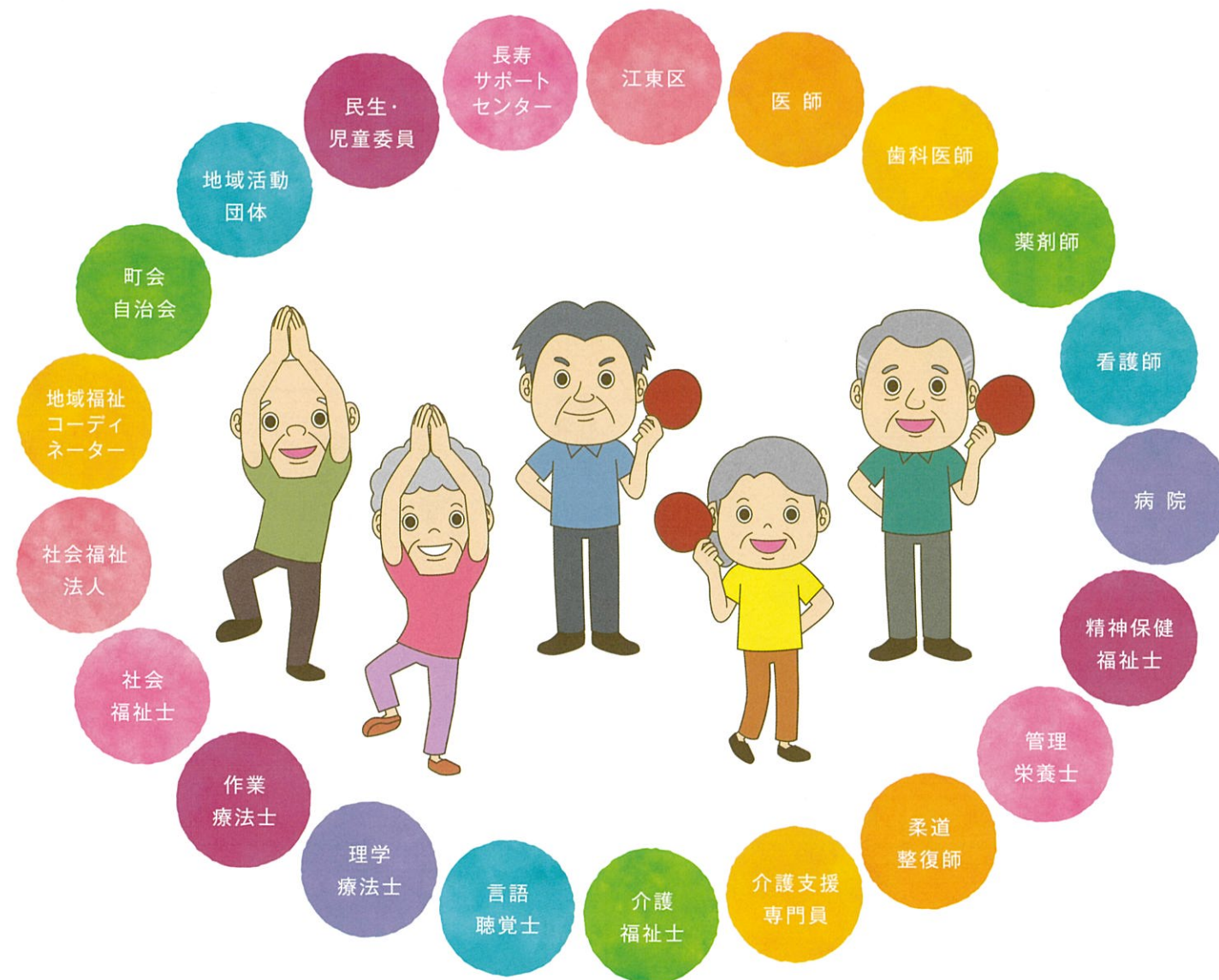
地域包括ケアシステムって何？

地域包括ケアシステムとは、
住み慣れた地域で日常生活を営むことができるよう、
医療、介護、介護予防、住まい及び
日常生活の支援が包括的に確保される体制のことです



OPEN

地域包括ケアシステムの具体例をみてみましょう



江東区地域包括ケア全体会議は、江東区版地域包括ケアシステムを実現するため、区民・医療・介護・福祉の関係者が集まった会議体です。

私たちは、一致団結して、地域包括ケアを推進していきます！

江東区地域包括ケア全体会議メンバー

- 江東区医師会
- 江東区薬剤師会
- 江東区訪問看護ステーション協議会
- 東京都理学療法士協会江東区支部
- 江東区社会福祉協議会
- 江東区町会連合会
- 江東区助け合い活動連絡会
- 江東区歯科医師会
- 江東区介護事業者連絡会
- 東京都柔道整復師会江東支部
- 東京都作業療法士会
- 江東社会福祉士会
- 江東区民生・児童委員協議会
- 江東区 等

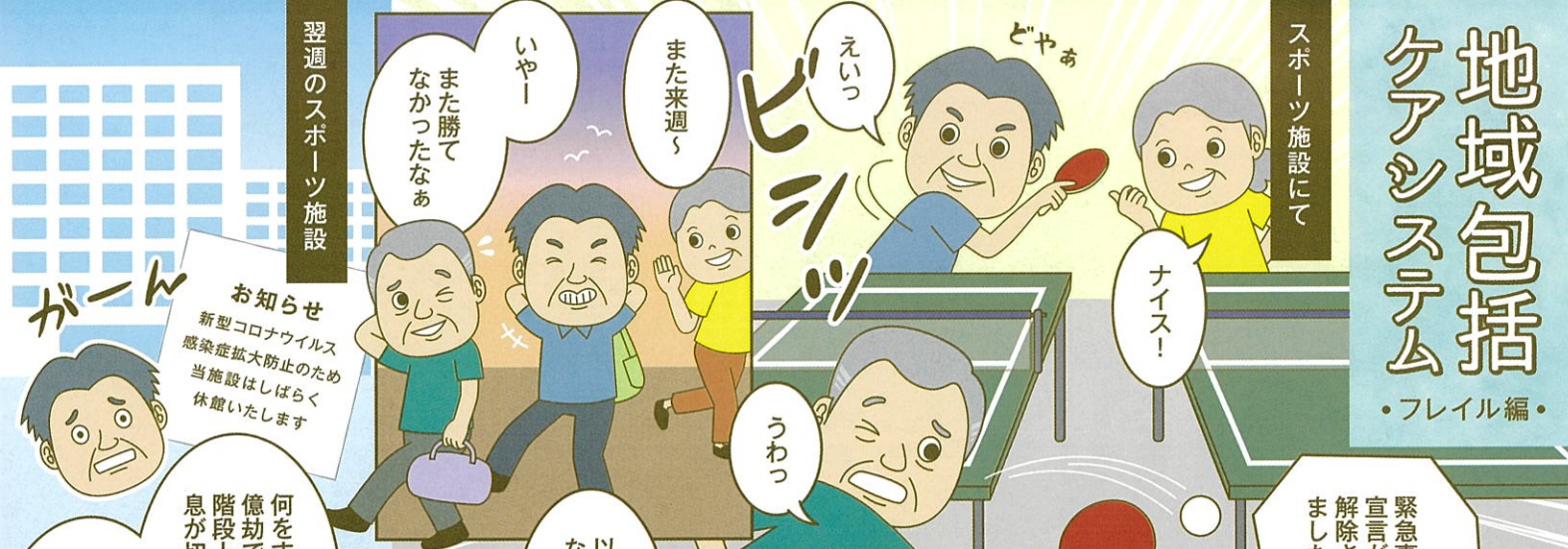
問合せ先

江東区福祉部地域ケア推進課包括推進係(江東区東陽4-11-28)
TEL 03-3647-9606 FAX 03-3647-3165

地域包括ケアシステム

・フレイル編・

スポーツ施設にて



えいっ

また来週

また勝てなかつたなあ

翌週のスポーツ施設

お知らせ
新型コロナウイルス感染症拡大防止のため当施設はしばらく休館いたします

何をするにも億劫で...階段上がっただけで息が切れるし、膝も痛いし、食欲も落ちてきて、体力に自信がなくなってきた

以前はこんな事なかつたのに...

最近どう？ 元気？

あれ？ 2階まで上がっただけののに息が切れるな...

お。買い物いくか。

緊急事態宣言が解除されました。

自宅では



それなら、長寿サポートセンターに相談してみたら？

お友達もサロンや体操教室を紹介してもらったよ

そんな所があるんだ。今度行ってみるよ。

長寿サポートセンター

体力の低下が心配なんですね。

基本チェックリストをやってみましょう。

いくつかチェックがつかすね。フレイルの状態になっています。

フレイルって、なんですか？



フレイルとは、心と身体の活力が低下して

何もしないでいると介護が必要になるリスクが高まっている状態なんですよ

フレイル状態になっても

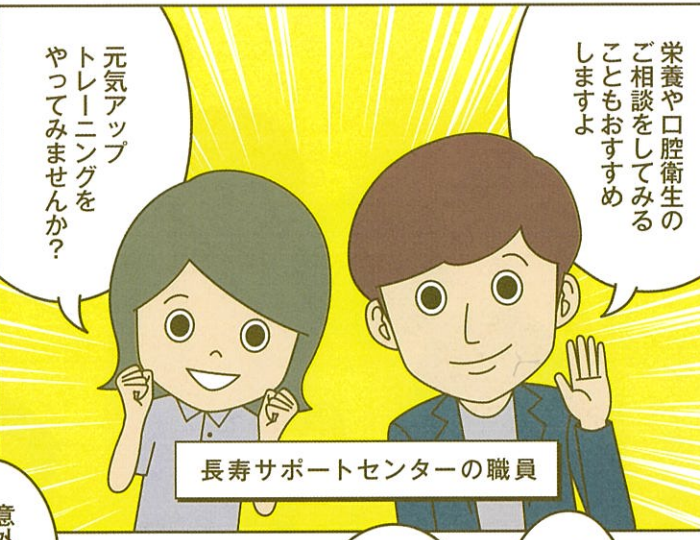
介護予防に取組めば、健康な状態に戻れますよ！



生き生き体操

高齢者施設で生き生き体操をやってますから、ご参加されてみたらいかがですか？

分かりました！行ってみます！



栄養や口腔衛生のご相談をしてみることもおすすめしますよ

長寿サポートセンターの職員

元気アップトレーニングをやってみませんか？

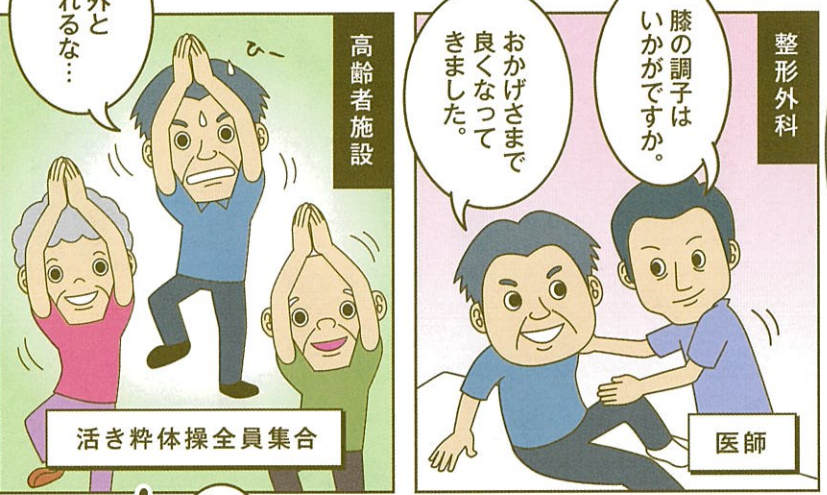
筋肉が落ちてしまっているので、運動だけでなく、たんばく質もバランスよくとりましょう

管理栄養士



自宅でもできるトレーニングを考えましょう！

柔道整復師



整形外科

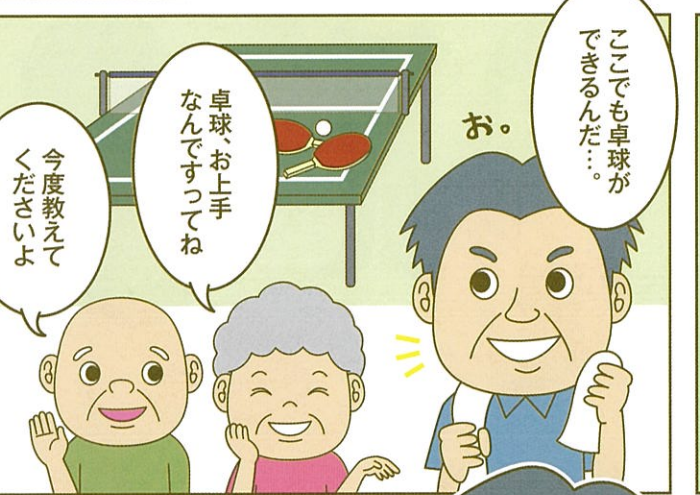
膝の調子はいかがですか。

おかげさまで良くなりました。

高年齢者施設

意外と疲れるな...

生き生き体操全員集合



お。

卓球、お手ね。なんでですってね

今度教えてくださいよ



スポーツ施設

調子いいね！

えいっ

今度、卓球を教えに行くことになったんだ

すごいなあ

俺も負けなように頑張るぞ。



おしまい

新型コロナウイルス感染症拡大の中で、日常の生活も変化しています。専門職、地域住民一体となって地域包括ケアシステムを作っていきましょう。

このように、地域包括ケアシステムでは、様々な場面で、様々な関係機関が連携しながら、区民のみなさんの生活を支えています。また、区民のみなさんも地域包括ケアシステムの主人公として、自らの健康管理である「自助」や地域の中での助け合いである「互助」の必要性を理解し、地域包括ケアシステムに主体的に参加していくことが大切です。みんなのまちをみんなで一緒につくっていきましょう！