市の介護予防のための支援

茨木市　介護予防　または

地域に貢献したい



【介護予防サポーター養成研修】
地域で介護予防に取り組むために必要な知識などを学べます。



【シニアいきいき活動ポイント事業】
いきいき活動に取り組むことで、ポイントを貯めることができます。



興味のある活動に参加したい



【いきいき交流広場】
老人クラブ等が運営する交流の場です。



【コミュニティデイハウス・街かどデイハウス】
ＮＰＯ法人等が運営する通いの場です。趣味の活動、食事の提供、介護予防の体操などを行っています。



フレイルが気になったら



【短期集中運動教室】
自宅でできる運動方法をお伝えする集団型の教室です。



【リハビリ専門職・管理栄養士随時相談】
フレイル予防を改善するための方法等についてアドバイスします。



フレイルからの脱却を目指す

※事業対象者または要支援者対象



【パワーアップ・3か月トレーニング】
リハビリなどの専門職が、運動や栄養、口腔など、フレイルからの脱却に必要なアドバイスを行います。



【短期集中栄養サポートプログラム】
管理栄養士がご自宅を訪問し、栄養改善に向けたアドバイスを行います。



【問合せ先】茨木市福祉部長寿政策課　☎072-620-1637

高齢者の総合相談窓口

●茨木市地域包括支援センター

高齢者やその家族を、介護、福祉、健康、医療の面から総合的に支えるため、保健師、社会福祉士、主任ケアマネジャーなどを配置しています。

「近所の一人暮らしの高齢者が心配」「虐待かも？」「要介護認定の申請方法を知りたい」等、さまざまな相談に応じます。

圏域	名　称	所在地／電話番号	担当小学校区
北	清溪・忍頂寺・山手台 地域包括支援センター	山手台三丁目30-16-1 ☎ 072-649-1808	清溪・忍頂寺・ 山手台
	安威・福井・耳原 地域包括支援センター	上郡二丁目13-14 北保健福祉センター内 ☎ 072-640-3960	安威・福井・耳原
	豊川・郡山・彩都西 地域包括支援センター	清水一丁目28-22 ☎ 072-641-3164	豊川・郡山・ 彩都西
東	太田・西河原 地域包括支援センター	太田一丁目17-20 ☎ 072-631-5200	太田・西河原
	三島・庄栄 地域包括支援センター	西河原二丁目17-4 東保健福祉センター内 ☎ 072-631-5566	三島・庄栄
	東・白川 地域包括支援センター	鮎川一丁目6-4 ☎ 072-636-8686	東・白川
西	春日・郡・畑田 地域包括支援センター	上穂積一丁目2-27 ☎ 072-646-5685	春日・郡・畑田
	沢池・西 地域包括支援センター	南春日丘五丁目1-8 西保健福祉センター内 ☎ 072-625-6575	沢池・西
	春日丘・穂積 地域包括支援センター	西駅前町5-36 茨木高橋ビル7階西 ☎ 072-646-5406	春日丘・穂積
中央	茨木・中条 地域包括支援センター	片桐町4-26 中央保健福祉センター内 ☎ 072-646-5399	茨木・中条
	大池・中津 地域包括支援センター	中津町5-3 じんないクリニック2階 ☎ 072-697-8067	大池・中津
南	天王・東奈良 地域包括支援センター	東奈良三丁目16-14 ☎ 072-648-7071	天王・東奈良
	玉櫛・水尾 地域包括支援センター	玉櫛一丁目2-1 三吉マンション1階 ☎ 072-652-5810	玉櫛・水尾
	玉島・葦原 地域包括支援センター	新和町21-27 南保健福祉センター内 ☎ 072-636-8000	玉島・葦原