



# ねこのて だより



発行  
 高齢者福祉ボランティア  
 グループ「ねこのて」  
 宗像市福祉ボランティア活  
 動連絡協議会所属

2024年4月号

地域包括支援センター（ちいきほうかつしえんセンター）を活用してみませんか？

「ほうかつしえん」って何？

地域包括支援センターは主に高齢者の「悩み」「困りごと」「迷ったとき」相談できる窓口です。

一人で悩んだり、困ったとき、まずは電話で相談してはいかがでしょうか？

問題解決への糸口が見つかるかもしれません、他の機関と連携した解決方法が見つかるかもしれません



## 高齢者が住み慣れた地域でくらするように支援をするのが地域包括支援センターです

病院に行くほどでもないけど、最近体力がなくな  
 ってちょっと動くとつかれる・・・

一人で家事をするのはつらくなってきた、  
 食事もめんどうになってきた・・・

お金の管理、ちゃんとやれてない気がする、  
 買い物に行っても計算できない・・・

近くに相談できる人がいないし、親類や家族も  
 遠くにいて相談しづらい・・・

等々

暮らしの悩み事ありませんか？



### 地域包括支援センター

日常生活圏域を担当する地域包括支援センター（担当地区）  
 営業日：月曜～金曜（土日祝日年末年始は休業） 営業時間：8:30～17:00

- |   |
|---|
| ①吉武・赤間・赤間西地域包括支援センター（吉武地区・赤間地区・赤間西地区）<br>〒811-4147 宗像市石丸1丁目6番7号 赤間病院内<br>☎ 0940-32-2235 FAX 0940-32-2276                |
| ②自由ヶ丘地域包括支援センター（自由ヶ丘地区）<br>〒811-4163 宗像市自由ヶ丘11丁目13番地4<br>☎ 0940-72-6707 FAX 0940-72-6708                                |
| ③河東地域包括支援センター（河東地区）<br>〒811-3406 宗像市稲元5丁目2-2 福祉センター宗寿園内<br>☎ 0940-33-2755 FAX 0940-33-2756                              |
| ④南郷・東郷地域包括支援センター（南郷地区・東郷地区）<br>〒811-3431 宗像市田熊1-4-11<br>☎ 0940-62-6514 FAX 0940-62-6515                                 |
| ⑤日の里地域包括支援センター（日の里地区）<br>〒811-3425 宗像市日の里2丁目28-2<br>☎ 0940-62-5030 FAX 0940-62-5031                                     |
| ⑥玄海・池野・岬・大島地域包括支援センター（玄海地区・池野地区・岬地区・大島地区）<br>〒811-3501 宗像市神湊118番地2 特別養護老人ホームケアポート玄海内<br>☎ 0940-36-9001 FAX 0940-62-4405 |