

ご家族の介護をされている人へ

こんなことはありませんか？

大変さを周りが理解してくれない。

言う事を聞いてくれない。
やさしくできない。

疲れやすい。
体の調子が悪い。
眠れない。

先行きが見えず不安。

介護のために仕事を休まないといけない。
自分の生活にも困るようになった。

思うようにいかなくて、イライラする。
腹が立つ。

相談する人がいない。
自分が看るしかない。

介護のために学校へ行けない。
進路をあきらめざるを得ない…。

介護をしている人の中には、とまどいや疲労、孤独を感じている人も多いと思います。介護は長期にわたるため、家族だけで介護をしていくには限界があります。無理をせず、他の親族や地域の人に手助けしてもらったり、介護保険などさまざまなサービスや制度を上手に利用しましょう。

介護の悩みや各制度やサービスの利用の仕方など、地域包括支援センターで相談できます。

地域ぐるみで介護を考え、取り組みましょう

地域で暮らす一人一人が意識を持ち、助け合える地域づくりに取り組んでいくことが大切です。高齢者や高齢者を介護をしている人たちが孤立しないように、まずはできる事から行動し、地域ぐるみであたたかく見守り、支え合っていきましょう。

☎高齢者福祉課(☎0848-38-9137)



相談窓口

尾道市地域包括支援センター(☎0848-56-1212)

尾道市北部地域包括支援センター(☎0848-76-2495)

尾道市西部地域包括支援センター(☎0848-21-1262)

尾道市東部地域包括支援センター(☎0848-56-0345)

尾道市向島地域包括支援センター(☎0848-41-9240)

尾道市南部地域包括支援センター(☎0845-24-1248)

尾道市南部地域包括支援センター瀬戸田支所(☎0845-27-3847)