



## 四つの役割と相談例を紹介します。

「こんな悩みがあるんだけど…」

### 総合相談

- ◆高齢者やご家族などから、健康づくり、医療、介護など、生活全般に関する各種相談をお受けして、適切なサービスが利用できるよう支援します。
- ◆介護保険の内容説明や、認定申請に必要な書類作成のお手伝いをします。
- ◆漠然とした不安にも、現状をしっかりと聞き、相談してよかった」と安心していただけるよう、一人一人に合わせた解決方法を提案します。



### 「ひとり暮らしが不安」

### 地域のネットワーク作り

- ◆地域にある様々な関係機関と連携して、高齢者が暮らしやすいように、皆で見守り、支えあう地域を作ります。
- ◆充実した日々が過ごせるよう、料理講習会やリズム体操など地域で行われている様々な活動を紹介いたします。

### 「騙されてるかもしれない」

### 権利を守る活動

- ◆虐待行為や消費者被害(リフォーム詐欺など)の相談をお受けし、早期発見・解決に取り組みます。
- ◆認知症など、困難な状況の高齢者の方が、地域で安心して生活を送れるよう支援します。



### 「介護保険がよく分からない」 介護予防のサポート

- ◆要介護認定で要支援1・2となった方の介護予防サービス計画の作成、サービス調整を行います。
- ◆要介護となるおそれのある方の介護予防ケアプランを作成し、生活や心身の状況に合わせた生活支援の計画をつくりまます。  
(例) 体力の衰えが心配な方には、今の生活が続けられるよう筋力トレーニングの教室などを紹介します。

### ■その他の質問例■

「ちょっとしたことでもお気軽にご連絡ください。  
「近所のおじいさんの家に不審な人が出入りしている」「介護の仕方が分からない」  
「もしかして虐待かもしれない」「車椅子が必要なのだが」「物忘れが多くなり心配」など

## 中野区 地域包括支援センター 担当区域一覧

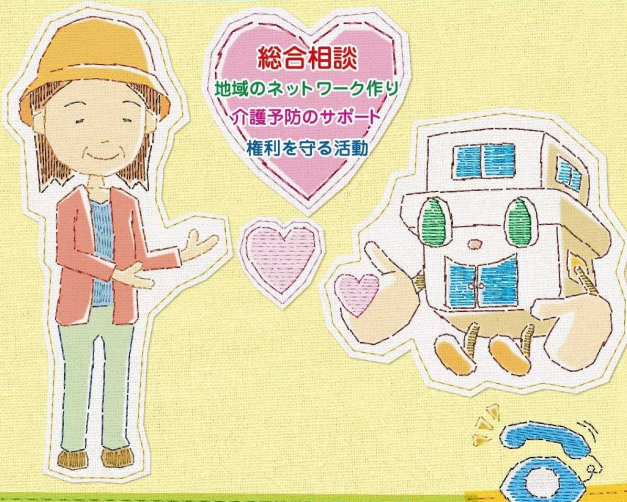


<b>東</b> <b>部</b> <b>サ</b> <b>ニ</b> <b>ヤ</b> <b>カ</b> <b>ホ</b> <b>フ</b> <b>ブ</b> <b>シ</b> <b>ン</b> <b>テ</b> <b>ー</b>	<b>上鷺宮</b> 地域包括支援センター 住所:上鷺宮3-17-4(かみさざおビル内) TEL:03-3577-8123 FAX:03-3577-8124	・野方6丁目36番1～12号、37～39番、40番5～14号、45番1～10号、46番、47番2～16号、52,53番 ・白雲2・3丁目 ・常盤全域 ・上鷺宮全域
	<b>鷺宮</b> 地域包括支援センター 住所:若宮3-58-10(鷺宮すてやか福祉センター内) TEL:03-3310-2553 FAX:03-3310-1172	・野方1丁目36～42,50～53番 ・野方5丁目7番1～4号、8,9番、35番4～10号 ・大和田1丁目1～11,16～68番・大和田2丁目3～49番 ・大和田3～4丁目 ・若宮1丁目1～6番、7番1～9,15,16番、8番1～7,8(一部)、14～19号、9番、11番1,2号、17～23,28～59番・若宮2・3丁目・白雲1丁目38番
<b>北</b> <b>部</b> <b>サ</b> <b>ニ</b> <b>ヤ</b> <b>カ</b> <b>ホ</b> <b>フ</b> <b>ブ</b> <b>シ</b> <b>ン</b> <b>テ</b> <b>ー</b>	<b>江古田</b> 地域包括支援センター 住所:江古田4-31-10(北部すてやか福祉センター内) TEL:03-3387-5550 FAX:03-3387-5955	・新井3丁目38番 ・弘保全域 ・江古田1丁目40～43番・江古田2～4丁目 ・丸山全域 ・野方3～4丁目・野方5丁目1～6番、7番(1～4号を除く)、10～34番、35番1,2号・野方6丁目1～35番、36番13～15号、40番1～3,15～22号、41～44番、45番11～17号、47番1号、48～51番 ・若宮1丁目7番10～14号、8番8(一部)・9～13号、10番、11番5～15号、12～16,24～27番 ・中野4丁目3～7,11,12番、22番3号、23番・中野5丁目68番 ・新井1丁目2番18～24番(一部)・3番4～8号、4～43番 ・新井2～5丁目(3丁目38番除く)
	<b>中野北</b> 地域包括支援センター 住所:松が丘1-32-10(松が丘シニアプラザ内) TEL:03-5380-6005 FAX:03-5380-5762	・松が丘全域 ・江古田1丁目1～39番 ・野方1丁目1～35,43～49,54～58番・野方2丁目・大和田1丁目12～15番
<b>中</b> <b>部</b> <b>サ</b> <b>ニ</b> <b>ヤ</b> <b>カ</b> <b>ホ</b> <b>フ</b> <b>ブ</b> <b>シ</b> <b>ン</b> <b>テ</b> <b>ー</b>	<b>中野</b> 地域包括支援センター 住所:中央3-19-1(中部すてやか福祉センター内) TEL:03-3367-7802 FAX:03-3367-7800	・中央3丁目3～21,27～29,37～51番・中央4丁目6番14,15号、11～61番・中央5丁目20番7(一部)・8～11号、21番1～5号、22～26番、27番14～23番、28～49番 ・東中野3丁目 ・中野1丁目32,50,54番9～13号、55番、56番1～9,10(一部)・11(一部)、12,13(一部)号・中野2丁目3丁目・中野4丁目1,2,8～10,13～21番、22番1,2号・中野5丁目1～67番・中野6丁目 ・上高田全域 ・新井1丁目1番、2番1～17,25(一部)・26～28号、3番1～3,11～15号
	<b>東中野</b> 地域包括支援センター 住所:東中野1-5-1 TEL:03-3366-3318 FAX:03-3366-3398	・新井1丁目13番8(一部)・9～18号、14番、15番11～22号、31,32番 ・本町2丁目46～51,54番・本町3丁目27～33番・本町4丁目5番 ・中央1・2丁目・中央3丁目1,2,22～26番 ・東中野1・2丁目・東中野4・5丁目 ・中野1丁目1～31,33～49,51～53番、54番1～5号、56番10(一部)・11(一部)・13(一部)号、57～63番
<b>南</b> <b>部</b> <b>サ</b> <b>ニ</b> <b>ヤ</b> <b>カ</b> <b>ホ</b> <b>フ</b> <b>ブ</b> <b>シ</b> <b>ン</b> <b>テ</b> <b>ー</b>	<b>本町</b> 地域包括支援センター 住所:本町5-10-4(倶楽部千代田會館内) TEL:03-5385-3733 FAX:03-5385-3776	・弥生町1丁目1～37番、38番11～23号、40～60番・弥生町2丁目1～35番、36番1～6,10～15号、37番1～45(一部)・6～8(一部)・10～15号、38,39番、40番1～3,9～13号、41番1～6,10～21号、42番 ・本町1丁目1～12番、13番1～7,8(一部)号、15番1～25号、16～30番 ・本町2丁目1～45,52,53番・本町3丁目1～26番・本町4丁目1～4,6～48番 ・本町15・6丁目 ・中央3丁目30～36番・中央4丁目1～5番、6番1～12,17～29号、7・10号 ・中央5丁目1～19番、20番1～6,7(一部)・13,15号、21番6～15号、27番1～13,25～34号
	<b>南中野</b> 地域包括支援センター 住所:弥生町5-11-26(南部すてやか福祉センター内) TEL:03-5340-7885 FAX:03-5340-7886	・南台全域 ・弥生町1丁目38番1～10,24,25号、39番 ・弥生町2丁目36番7～9号、37番5(一部)・9(一部)号、40番8号、41番6号、43,53番 ・弥生町3～6丁目

令和元年6月発行/お問合せ:中野区 地域支えあい推進部 地域包括ケア推進課 基幹型包括支援係 TEL:03-3228-5785 FAX:03-3228-5620

## 地域包括支援センターのご案内

こんにちは **保健 福祉** の  
**高齢者** なんでも相談所  
**地域包括支援センター** です。



総合相談  
 地域のネットワーク作り  
 介護予防のサポート  
 権利を守る活動

高齢者ご本人    ご家族    支える方  
 どなたでもご利用できます。

緊急電話相談  
 24時間対応

中野区