

医療機関からお声かけいただいた方へ

介護保険サービスを考えるその前に…

**ちょっと待って！
まだ間に合う！
気づいた今がチャンスです！**



毎日の生活の中で**こんなこと**はありませんか？

- 歩くのが遅くなってきた
- 家の中でつまずいたり転んだりする
- おっくうで外出頻度が減ってしまった
- お友達と会うことがほとんどなくなった
- 自分でできることはなるべく続けたい

など



川崎市から

地域の活動をご紹介します！



フレイルという虚弱になってきている状態は、
社会参加・身体活動・栄養の改善によって
健康な状態に戻すことができます。

1 かかりつけ医療機関で質問票をチェック！

2 該当者には、医師等からお声がけ



※すでに介護保険サービスを利用している方など、一部該当にならない場合があります。

ご案内の流れ

医療機関で質問票と申出書をご記入ください



- 65歳以上の方で、介護保険サービスを使っていない方
- 質問票を確認の上、医療機関から川崎市への情報提供に同意をいただけた場合のみ、事業対象者となります。

川崎市からお電話をいたします



- お困りごとによっては、お近くの地域包括支援センターをご紹介します。



- 必要に応じて、元気を支えるサービスをご紹介します。

**健幸UP
プログラム**

リハビリ専門職による生活改善
のための短期集中的な支援

**あんしん暮らし
サポート**

地域参加を促進するサービス
地域資源へのつなぎ



あなたの興味関心に合わせた地域活動をご案内します

これからもっとワクワク♪



- ご自身の体力に合わせた体操教室
- 自分のペースで学ぶ機会
- 気軽に立ち寄れるカフェ
- ご自身で買い物できる手段の提案 など

※地域資源によってご紹介内容が異なります

元気な暮らしと自信を取り戻す！

問い合わせ

川崎市役所健康福祉局地域包括ケア推進室専門支援担当

電話 044-200-3801