

介護保険などの相談のタイミングって？

『ほくほく北部ほほえみ包括 お便り』が配られている松尾学区・松陽学区・嵐山東学区の3学区の65歳以上の高齢者は全部で約7500人！

そのうち75歳以上は50%を超えていることを知っていましたか？



京都市西京・北部地域包括支援センター※に
頂く相談のうち、実は75歳以上の方の相談が
一番多く増えてきています！

※京都市西京・北部地域包括支援センターは、京都市事業の委託を受けた松尾学区・松陽学区・嵐山東学区の3学区にお住まいの65歳以上の方が安心して暮らせるように支援する相談窓口です。

年々腰や膝の痛みが
強くなり買い物や家事
が難しくなってきた。

足腰が弱くなった
ので、介護予防に
取り組みたい。

介護保険のサービス
を相談したい。

介護が必要になる前に…
まずは介護予防の取り組み
を始めましょう！

最近物忘れが多い。
一人暮らしで今後の
生活が不安。



お金の管理が不安
になってきた。
特殊詐欺にあった
かもしれない。

心配なことがあるときには、
まず相談窓口へご相談下さいね。

思い当たることがあれば相談のタイミングかもしれません

○ お問い合わせ ○
京都市西京・北部地域包括支援センター
☎075-392-7817

地域のお宝情報

季節と共に歩く、さんぽ道

西京・北部包括が担当する地域で、
季節を感じられる場所を歩いてみました
また次のルートをお楽しみに♪

第4回



今回のルート

西芳寺（苔寺）
↓
京都厚生園
山田の家 まで

参考：
徒歩 17分
約 1.1km

西芳寺（苔寺）から
地蔵院の前の道は
階段があります

山田の家に
向かう道は坂
道が多いので
注意！

—今月の事業所紹介— ケアサポート八重

独立した小さな居宅介護支援事業所です。
地域の皆様には大変お世話になっています。

地域に暮らし、地域に育てられ、地域で仕事
をさせていただいております。
これからも地域の皆様とともに暮らしやすい
地域づくりができればと考えております。

ケアサポート八重
〒615-8265
京都市西京区山田御道路町12-6
TEL:075-874-7660
FAX:075-874-7848
Mail:yae7660@samba.ocn.ne.jp