

ひとりで悩まず、相談しましょう！

相談できる人がいない



介護を休みたい



介護でイライラしてしまう

介護の方法がわからない

こんなことで悩んでいませんか

このような高齢者はいませんか

- *心に余裕がないため高齢者に話しかけられても、無視してしまう。
- *何度も同じ失敗をするので、たたいたり、つねったりしてしまった。
- *経済的に苦しいので、病院の受診や介護サービスの利用を控えている。
- *寝具や衣類が汚れたままになっていることが多い。
- *室内や住居の外にごみが放置され、あふれている。
- *気候や天気が悪くても、長時間、外にいる姿がしばしばみられる。

介護の負担を抱え込まずに、まずは相談を！

介護の悩みや思いをひとりで抱え込まずに、周囲に相談してみましょう。ケアマネジャーや地域包括支援センターに相談したり、思いを聞いてもらいませんか。地域包括支援センターに相談していただければ、一緒に考えます。

※相談先は裏面のとおり。
秘密は必ず守ります。



成年後見制度

認知症・知的障害・精神障害などの理由で判断能力が十分でない方の権利や財産を守り、本人の意思を尊重した生活ができるよう支援者を定める制度です。

■お問い合わせ

地域包括支援センター（下記参照）または
堺市社会福祉協議会 堺市権利擁護サポートセンター
TEL・FAX 072-225-5655

法定後見制度

すでに判断能力が十分でない方に代わって契約等の法律行為を行う人を定める制度

任意後見制度

元気なうちに将来の支援者と支援の内容をあらかじめ定めて契約をしておく制度



例)
銀行等の金融機関との取引
遺産相続、各種行政上の
手続きなど
介護サービス等の
利用手続きなど

商品・サービスの契約トラブルに関する相談

消費生活に関する被害や不安を感じることがあれば、
電話か来所で相談できます。



堺市立消費生活センター

堺市堺区北瓦町2丁4番16号（堺富士ビル6階）
電話 072-221-7146 FAX 072-221-2796
相談受付：月曜から金曜日
午前9時から午後5時（祝日・年末年始を除く）



ダブルケア相談窓口

基幹型包括支援センターでは、介護と子育ての両方でお悩みの方に、相談窓口を開設しています。介護や子育てなどの知識がある専門職員が相談に応じ、利用できる制度等のご案内を行います。



高齢者の総合相談窓口

地域包括支援センター・基幹型包括支援センターでは、高齢者の皆様がいつまでも住み慣れた地域で安心して生活を続けられるよう、保健師・社会福祉士・主任ケアマネジャーなどの専門スタッフが互いに連携し、さまざまな面から支援を行っています。

介護が必要な方も、お元気な方もご利用いただけます。

地域包括支援センター・基幹型包括支援センター・地域福祉課 一覧

窓口開設時間：月～金曜日 9:00～17:30（土・日・祝日・年末年始を除く）※地域包括支援センターは休日も開設している窓口もあります。

名称	担当区域（小学校区）	電話	名称	担当区域（小学校区）	電話
堺第1地域包括支援センター	三宝・錦西・市・英彰	222-8082	南第1地域包括支援センター	美木多（鶴谷台含む）・赤坂台・新樟尾台・城山台	295-1555
堺第2 //	錦・錦綾・浅香山・三国丘	229-9240	南第2 //	福泉中央・桃山台・原山ひかり・庭代台・御池台	290-7030
堺第3 //	熊野・少林寺・安井・榎	223-1500	南第3 //	上神谷・宮山台・竹城台・竹城台東・若松台・茶山台	289-8085
堺第4 //	神石・新湊・大仙・大仙西	275-8586	南第4 //	三原台・はるみ・榎塚台・泉北高倉	291-6681
堺基幹型包括支援センター		228-7052	南基幹型包括支援センター		290-1866
堺区役所 地域福祉課		228-7477	南区役所 地域福祉課		290-1812
中第1地域包括支援センター	八田荘・八田荘西・深井・深井西	276-0800	北第1地域包括支援センター	東浅香山・新浅香山・五箇荘・五箇荘東	240-0120
中第2 //	東百舌鳥・宮園・東深井・土師	234-6500	北第2 //	東三国丘・光竜寺・新金岡・新金岡東	252-0110
中第3 //	久世・福田・深阪・東陶器・西陶器	234-2006	北第3 //	大泉・金岡・金岡南・北八下	257-1515
中基幹型包括支援センター		270-8268	北第4 //	中百舌鳥・百舌鳥・西百舌鳥	276-3838
中区役所 地域福祉課		270-8195	北基幹型包括支援センター		258-6886
東第1地域包括支援センター	南八下・八下西・日置荘・日置荘西・白鷺	240-0018	北区役所 地域福祉課		258-6771
東第1地域相談窓口		286-2828	美原第1地域包括支援センター	美原区全域	369-3070
東第2地域包括支援センター	登美丘西・登美丘東・登美丘南・野田	237-0111	美原基幹型包括支援センター		361-1950
東基幹型包括支援センター		287-8730	美原区役所 地域福祉課		363-9316
東区役所 地域福祉課		287-8112			
西第1地域包括支援センター	浜寺・浜寺東・浜寺石津・浜寺昭和	268-5056	堺市ホームページに地域包括支援センターについて詳しく掲載しています。 		
西第2 //	鳳・鳳南・福泉・福泉上・福泉東	271-0048			
西第3 //	津久野・向丘・平岡・家原寺・上野芝	260-5022			
西基幹型包括支援センター		275-0009			
西区役所 地域福祉課		275-1918			

【お問い合わせ】堺市 健康福祉局 長寿社会部 長寿支援課

〒590-0078 堺市堺区南瓦町3番1号 電話 072-228-8347 FAX 072-228-8918