

# いろいろなサービスをご利用になれます

介護が必要になっても、その人らしく自立した生活が送れるよう、いろいろなサービスが用意されています。その中から希望のサービスを組み合わせて利用できます。

## 居宅介護支援（サービス利用についての相談）

ケアマネジャーがケアプランを作成するほか、利用者が安心した生活を送ることができるように支援します。

ケアプランの作成及び相談は無料です。  
（全額を介護保険で負担します）

### 「ケアマネジャー」とはどんな人？

「ケアマネジャー」は、利用者からの相談に応じて、利用者の希望や心身の状態にあったサービスが利用できるように共に考えてくれる介護の専門家です。

利用者がケアマネジャーを変えることもできます。その場合は市町村の介護保険担当の窓口や地域包括支援センター（高齢者こころまちセンター）に相談しましょう。

## 👉 ケアマネジャー選びのポイント

### よく話を聞いてくれる

- あなたや家族が困っていることや要望を十分に聞き、ケアプランを作成してくれましたか？
- あなたの要望や苦情を聞いてくれましたか？

### 説明がわかりやすい

- サービス内容や利用料金について、わかりやすく説明してくれましたか？
- 特定のサービス事業者を利用するよう強くすすめられることはありませんでしたか？

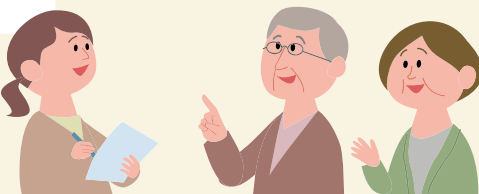
### 連絡・調整をこまめにする

- あなたの希望にそうよう、サービス事業者との調整をしてくれましたか？
- 少なくとも月に1回、訪問または面接してくれましたか？  
（ただし、要支援認定者の場合はおおむね3カ月に1回）
- 認定の更新や要介護度の変更があったとき、ケアプランの変更の必要がないか連絡してくれましたか？

ケアマネジャーに相談するときには、  
次のようなことを確認しておきましょう。

### 自分の状況

- ① いつも受診しているお医者さんはどこでしょうか？
- ② 普段の生活を支え合える家族や親戚の方はいますか？
- ③ 普段の生活の中で、自分でできなくなって困っていることは何でしょうか？
- ④ 暮らしている家の間取りで不便な点はありませんか？





| 名 称                 | 所 在 地           | 電 話 番 号       | F A X        |
|---------------------|-----------------|---------------|--------------|
| 加賀中央居宅介護支援事業所       | 大聖寺東町1丁目26番地1   | 72-6776       | 72-6885      |
| 加賀温泉ケアセンター          | 直下町ヲ91番地        | 73-3433       | 73-2088      |
| 加賀のぞみ園居宅介護支援事業所     | 南郷町3乙4番地        | 72-7003       | 72-5095      |
| 野の花                 | 南郷町ト111番地3      | 76-5101       | 72-6260      |
| 居宅介護支援事業所 朗（ほがらか）加賀 | 山代温泉桔梗丘3丁目24番地3 | 76-1060       | 76-1061      |
| 板谷医院 居宅介護支援事業所      | 山代温泉35の14番地3    | 77-2311       | 77-2227      |
| サンウェルズ南加賀居宅介護支援事業所  | 河原町木36番地        | 77-0361       | 77-0367      |
| 丘の上居宅介護支援事業所        | 富塚町中尾126番地2     | 74-2232       | 74-2119      |
| 加賀福祉サービス ケアセンターえがお  | 作見町木56番地1       | 73-0294       | 73-3862      |
| 居宅介護支援事業所 あんしん      | 作見町リ77          | 75-2101       | 72-3008      |
| 居宅介護支援相談室 みつばち      | 松が丘1丁目7番地31     | 73-4567       | 73-4226      |
| さわらび居宅介護支援事業所       | 山中温泉塚谷町口24番地1   | 78-0089       | 78-0092      |
| たきの里居宅介護支援事業所       | 山中温泉滝町リ1番1      | 78-0266       | 78-0653      |
| 鈴 介護相談室             | 山中温泉長谷田町口435番地  | 090-5171-8515 | 76-9038      |
| 介護相談センター まめさ        | 小松市矢崎町ハ192番地1   | 0761-46-5603  | 0761-46-5604 |
| やたの居宅介護支援事業所        | 小松市矢田野町51の26番地  | 0761-44-5564  | 0761-58-0887 |

## 自分の思い

- ①これからどんな風に暮らしていきたいと思っていますか？
- ②こんなことをやってみたいと思っていることはありませんか？
- ③そのために支障となっていること、どうにかならないかと思っていることはありませんか？

## 自分の価値観

- ①自分の趣味や好きなことは何でしょうか？
- ②これまでどんな人生を送ってきましたか？いろいろな出来事を思い出してみてください。
- ③どんな性格でどのような価値観をもっていますか？自分にとって大事なものは何でしょうか？
- ④これまでにどんな人と交流してきましたか？今、どんな人と交流をもっていますか？