

釧路市生活支援体制整備事業

地域での支えあいの仕組みづくりを 「生活支援コーディネーター」がお手伝いします！

地域包括支援センターには「生活支援コーディネーター」が配置されており、地域にどのような困りごとがあるのか、その解決方法について地域の方々と話し合いを行っています。また、釧路市住民等主体の通所サービス「おたっしサービス」や「介護予防継続教室」など、地域の方々が定期的に来ることのできる活動の場の立ち上げや運営支援などを行っています。

生活支援コーディネーターは、高齢者が住み慣れた地域で暮らしていくことを支えるため、地域住民や町内会などのさまざまな団体、関係機関と協力し、生活支援や介護予防などを通して、暮らしやすい地域づくりに取り組んでいます。



介護予防普及啓発
キャラクター
「まんねん」

◆高齢者が歩いて通える距離で
気軽に集まれる場所を作りたい！
◆ボランティアに興味がある！
◆趣味や特技を生かせる場所は
ないかな？こんな活動ならやって
みたいな～

地域でできる
ことを一緒に
考えます！

◆地域でこんなこと
に困っています…
◆地域にこんな場所
があったら良いな～

地域で何ができ
るか考えます！

◆介護予防って何をするの？
◆地域にはどんな活動があるの
かな？
◆近所で楽しくお話ししたり
運動したりする活動を教えて
ほしい！

地域の活動を
紹介します！

このような思いをお持ちの方、担当地域の地域包括支援センターの生活支援コーディネーターにご相談ください！

施設名	住所	電話番号	担当地域
西部地域包括支援センター	昭和190-4462(老健くしろ内)	55-2666	鳥取、大楽毛地区(昭和、鶴野などを含む)
中部北地域包括支援センター	文苑4-65-2(ふみぞの東陽ビルI 1階)	36-1233	愛国地区(美原、芦野、文苑などを含む)
中部南地域包括支援センター	堀川町8-43	24-1102	鉄北、橋北地区
東部北地域包括支援センター	鶴ヶ岱1-10-46	42-0600	橋南地区、春採5丁目、7丁目、8丁目の一部
東部南地域包括支援センター	春採4-10-15(望洋ふれあい交流センター内)	42-8222	春採地区(興津、桜ヶ岡、益浦などを含む)
阿寒地域包括支援センター	阿寒町中央1-4-1(阿寒町行政センター内)	66-1234	阿寒地域
音別地域包括支援センター	音別町中園2-119-1(音別町福祉保健センターほほえみ内)	01547-9-5252	音別地域

問合せ先 市役所介護高齢課高齢福祉係 (☎23-5185)

口が健康だと
身体も元気！

2025 (令和7) 年度 釧路市市民介護予防普及講座を開催します

口が健康だと
介護予防にもなる！



お口! 元気! 長生き!

～歯科医に学ぶオーラルフレイル予防～



最近、こんなことを感じていませんか？

☐ 自分の歯が少なくなってきた・あごの力が弱い

☐ 口が乾く・口臭が気になる

☐ むせる・食べこぼす

当てはまる方は
ぜひお越しください！！

口の機能向上を図るための
口腔体操の他、自身の咀嚼力
チェックや歯ブラシを用いた
実技を行います！

ポーチに
入った歯ブラシを
配付します！



【日時】 10月29日(水)

午後1時30分～3時(午後1時から受付)

【場所】 まなぼっと幣舞2階多目的ホール
(幣舞町4-28)

【対象】 65歳以上の市民
(介護保険の要介護認定を受けている方は除く)

【定員】 100人(先着順)

必要な方は筆記用具、飲み物、眼鏡や補聴器をご持参ください。

【申込方法】 事前申込制です。下記へ電話、または直接お申し込みください。

【申込・問合せ先】 市役所防災庁舎3階24番窓口 介護高齢課高齢福祉係 (☎23-5185)

受講
無料



【講師】

一般社団法人 釧路歯科医師会 会長

おかだ歯科 院長

おかだ みつぐ
岡田 実継氏