

お役立ち情報のご紹介（山形市）

高齢者に関する制度や事業を紹介

介護保険と高齢者保健福祉のしおり

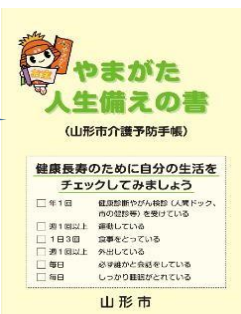
「健康に暮らし続けたい、まだまだ地域の役に立ちたい」
「身体が弱ってきて、日常生活に少し不安がある」
「介護が必要になり、サービスを受けたい」
「さらに重い状態になったけど、地域で住み続けたい」
みなさんの健康状態に合わせて情報をご紹介します。



これからいきいきと暮らすための取り組みを考えよう

やまがた人生備えの書（山形市介護予防手帳）

日々を振り返り、これからも続けていきたいことや、チャレンジしたいこと、それにどう取り組んでいくかを考えるための手帳です。



認知症について理解を深める

認知症の相談先がわかるサポートブック

もしかして認知症かなと感じている、認知症の人が身近にいる方など向けに認知症に関する情報を掲載しています。



もしもの時の備え

もしもシート（もしもの時のために「わ・た・し」が備えておくこと）

「もしもの時」、ご自身が認知症や事故、病気などで、自分だけでは判断できなくなった時のことを想定し、今のうちから備えておくことを整理してみましょう。



介護サービスを使いながら在宅で暮らせる

在宅療養についてのリーフレット

疾病を抱えていても、自宅等の住み慣れた生活の場で療養し、自分らしい生活を続けられるよう、療養生活の事例や相談先を紹介しています。



災害に備えて

・山形市避難行動支援制度（防災対策課 内線 382）

災害が起きた時に、高齢者世帯や障がいのある方が地域の方から支援を受けられるように、要支援者本人が山形市に登録する制度です。

・土砂災害ハザードマップ（防災対策課 内線 216）

避難ルートや避難所、避難時の注意点の確認にご活用ください。



避難行動
支援制度



ハザード
マップ