



在宅サービス

高齢者が長期にわたり安心して在宅生活を送れるよう、さまざまな介護保険外サービスがあります。

サービス名	内容	対象	費用
日常生活用具の給付	火災警報器、自動消火器、電磁調理器、歩行支援車を給付します	65歳以上の方（用具の種類によって条件があります）	給付に掛かる費用の1割（1,000～3,000円程度）
すこやか倶楽部	月に2回程度、各種レクリエーションや交流会などに参加することで、地域の人たちやボランティアと一緒に楽しいひとときを過ごします	おおむね60歳以上で、外出の機会の少ない方や健康面で不安のある方	無料（内容によっては実費が掛かる場合があります）
生活支援型ホームヘルプサービス（訪問介護）	ホームヘルパーが、調理、洗濯、掃除、買い物など身の回りのお世話をします	虚弱などの理由により日常生活に支障がある、65歳以上の方（介護保険の要介護認定の結果、自立と判定された方）のいる家庭	1回当たり400円程度
生活支援型ショートステイ（短期入所）	家族が病気・冠婚葬祭などで、一時的に介護できない場合に、高齢者をお世話します	虚弱な65歳以上の方（介護保険の要介護認定の結果、自立と判定された方）	1日当たり380円（食事は別途必要）
配食サービス	月曜から土曜まで週6回、栄養バランスの取れた夕食を届けるとともに安否を確認します	65歳以上のひとり暮らしの方で、体が弱く日常的な調理が困難な方	1食当たり400円
緊急通報	発作などの心配がある高齢者に緊急通報装置を貸し出します	・65歳以上のひとり暮らしの方で、発作など日常生活に注意を要する方 ・高齢者の夫婦で、一方が寝たきりで他方が病弱である世帯	設置に掛かる費用の一部（1,000～3,000円程度）
福祉電話	ひとり暮らしの高齢者が離れて住む親族などと連絡を取れるよう、電話を貸し出します	虚弱なひとり暮らしの65歳以上の方で、前年の市民税が非課税の方	電話の基本料金、通話料金、移転などに掛かる費用
訪問指導	在宅の高齢者宅などを保健師、管理栄養士などが訪問し、療養や介護方法などについて相談指導します	加齢や障害、痴ほうなどのため療養している40歳以上の方	無料
機能訓練	医師、理学療法士、看護師などが、体操や手工芸、運動方法などを指導します	原則として病院のリハビリテーションなどのサービスを利用していない40歳以上の方で、身体や精神機能の障害に対する訓練が必要な方	無料
訪問歯科	在宅で寝たきりの高齢者宅を歯科医師が訪問し、診査（希望により診療）します	65歳以上の寝たきりの方、またはこれに準ずる状態の方	訪問診査：無料 訪問診療：医療保険扱い（老人医療の受給者証が使えます）
おむつサービス	寝たきりや痴ほうの高齢者に布おむつ・紙おむつを宅配します	65歳以上の方で、家庭でおむつを使用している寝たきりや中度以上の痴ほうの方	掛かる費用の1割
理美容サービス	寝たきりの高齢者宅を年4回、理容師または美容師が訪問しサービスを提供します	65歳以上の寝たきりの方	1回当たり470円
寝具洗濯乾燥	寝たきりの高齢者の寝具などを洗濯乾燥します	65歳以上の寝たきりの方	1回当たり550円

詳細区役所(16階)の保健福祉サービス課（ただし機能訓練と訪問歯科は区役所の地域保健課）



老後への備えは自分の年代や状況に応じた取り組みから



年を取ると、体力の低下が目立ち、病氣にもかかりやすくなるなど、健康への不安が大きくなってきます。こうした中、要介護状態にならないように予防すること、仮に介護を必要とする状態になっても、さらに状態が悪化することがないようにして

いくことは、とても重要です。そのため、自立への意欲を持ちながら、地域社会と交流したり、活動の幅を広げたりすることを、まず自らが心掛けなければなりません。しかし、外出することを避け、家に閉じこもりがちになる方は多いよ

うです。そんなときこそ、地域の活動に参加したり、培ってきた知識や技能を生かして活動したりと、外出の機会を自ら増やしていく努力が求められます。また、何らかの援助が必要な場合には、適切なサービスを利用しながら、安心な生活を維持していきけるよう地域で支え合うことも重要です。いつまでも住み慣れた地域や家庭の中で、安心して生き生きと暮らし

ていくために、今の自分のできることに。それは、地域のいろいろなことに関心を持ち続け、少しずつかわっていくことや、年代に応じた健康づくりに励むなど、状況に合った取り組みです。生きがいのある、健康な老後を送るための第一歩として、現在のあなたにできることは何でしょうか。

内容に関するお問い合わせは
高齢福祉課 ☎(011)29776へ