

## ■認知症サポーター養成講座

認知症について学び、正しい知識を持って認知症の方やそのご家族を支える「認知症サポーター」を養成しています。

**照会先** 高齢保健福祉部介護保険課 ⇒ 27 ページ ③



## ■札幌市認知症コールセンター

認知症に関するご相談に、専門の相談員が電話で応じます。内容によって医療や福祉、介護などの機関をお知らせします。

**相談先** 札幌市認知症コールセンター TEL:206-7837

**利用時間** 10:00~15:00(月~金) 年末年始・祝日除く

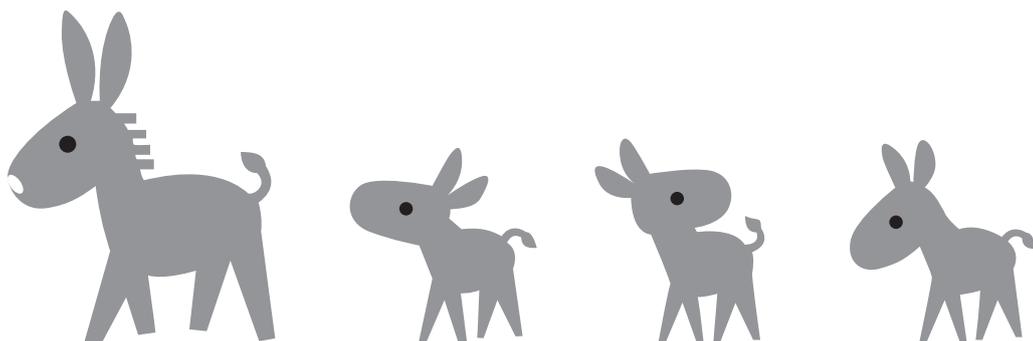
## ■徘徊認知症高齢者SOSネットワーク

認知症高齢者の行方がわからなくなったとき、消防署、タクシー、地下鉄などの公共交通機関、郵便局、ラジオ等の協力を得て、すみやかに搜索・保護します。

**相談先** 中央警察署 (242-0110) 東 警察署 (704-0110) 西 警察署 (666-0110)  
 南 警察署 (552-0110) 北 警察署 (727-0110) 白石警察署 (814-0110)  
 豊平警察署 (813-0110) 厚別警察署 (896-0110) 手稲警察署 (686-0110)

### 相談の際に提供する情報

届出者の氏名・連絡先等、行方不明者の氏名、生年月日、特徴、行方不明になった時期・状況、かかりつけ医療機関、過去の行方不明歴など。



## 権利擁護・虐待防止

### ■日常生活自立支援事業

認知症や精神障がい等により、日常生活を送るうえで不安がある方へ、福祉サービスの利用に関する相談や助言、利用のために必要な手続きまたは費用の支払い等の支援を行います。

**照会先** 各区社会福祉協議会 ⇒ 28 ページ ⑦

### ■成年後見制度

成年後見制度についての仕組みや利用に関する相談に応じます。

**相談先** 札幌市成年後見推進センター ⇒ 28 ページ ⑦

### ■高齢者虐待相談

高齢者虐待の相談に応じ、高齢者本人の安全の確認および虐待の事実確認等を行います。

**相談先** ●各区役所(保健福祉課) ⇒ 27 ページ ①

●札幌市地域包括支援センター ⇒ 29 ページ ⑨



## ■健康保険 高額療養費

本人または家族の勤め先や、市町村などの健康保険に加入している方は、1か月の間で、医療機関に支払った自己負担額が一定の上限額を超えた場合、申請によりその超えた額が高額療養費として払い戻されます。

また、70歳以上で一定の条件を満たす方は、8月から翌年7月までの1年間で外来診療で支払った自己負担額が144,000円を超えた場合、申請によりその超えた額が高額療養費として払い戻されます。

- 照会先** ●札幌市国民健康保険・北海道後期高齢者医療：各区役所(保険年金課) ⇒ 27 ページ ①  
●その他の健康保険：加入先の健康保険の保険者にご確認ください

## ■介護保険 高額サービス費

介護保険のサービスを利用したときは、費用の一部を利用者が負担します。利用者負担額が一定の上限を超えたときは、申請によりその超えた額が高額サービス費として払い戻されます。

- 照会先** 各区役所(保健福祉課) ⇒ 27 ページ ①

## ■健康保険 高額介護合算療養費／介護保険 高額医療合算介護サービス費

8月から翌年7月までの1年間で、健康保険と介護保険の自己負担額の合計が一定の上限額を超えた場合、申請によりその超えた額が高額介護合算療養費及び高額医療合算介護サービス費として払い戻されます。

- 照会先** ●札幌市国民健康保険・北海道後期高齢者医療：各区役所(保険年金課) ⇒ 27 ページ ①  
●その他の健康保険：加入先の健康保険の保険者にご確認ください

## ■税制上の優遇

所得税・個人住民税の算定にあたり、配偶者控除や扶養控除の対象となる親族が70歳以上の場合は、通常より高い控除額が所得金額から差し引かれます。

なお、上記の扶養控除の対象となる親族が、納税者又はその配偶者と同居している父母や祖父母である場合は、更に、控除額に一定の金額が加算されます。

- 照会先** 各市税事務所(市民税課) ⇒ 27 ページ ⑤

## ■年金制度

国民年金・厚生年金・共済年金の各種届出(住所変更・受取口座変更・年金証書再発行・受給者の死亡等)、加入期間・納付記録の確認は、以下の照会先で行うことができます。

- 照会先** ●国民年金・厚生年金 お住まいの地域を担当する年金事務所等 ⇒ 28 ページ ⑥  
●共済年金 加入していた共済組合  
(連絡先がわからない場合は、退職時の職場等にお問い合わせください。)

## ■札幌市生活就労支援センター・ステップ

「生活困窮者自立支援法」に基づき札幌市が設置した、生活にお困りの方のための相談窓口です。さまざまな理由により、仕事や生活に困りごとを抱えている方の相談をお受けし、経済的な自立に向けた就労支援や、生活保護を含め札幌市や関係機関が実施している制度等の活用助言など、一人ひとりの状況に合わせた支援を行います。

- 照会先** 札幌市生活就労支援センター・ステップ TEL：221-1766  
所在地：(中)大通西6丁目10番地 大通公園ビル7階

札幌市生活就労支援センター

ステップ

STEP FORWARD ~ 一歩一歩前へ進もう

### これって詐欺かも！不安なときは家族や警察にご相談を

札幌市内で、高齢者をねらった詐欺が発生しています。電話やSNSなどで、直接会ったことがない人や、身に覚えのない人・会社・団体からお金の話をされた時、家族構成や個人情報を聞かれた時は、その場ですぐに応じず、まずは家族や警察相談ダイヤルにご相談ください。

### 警察相談ダイヤル #9110

※ 犯人と接触している等、緊急の場合は「110」番に通報してください。

#### <こんなときは要注意！>

- 警察や銀行職員などを名乗る人から、銀行口座が悪用されているため、キャッシュカードを預けるよう言われた。
- 海外とやり取りする機会がないのに、海外の電話番号から電話がきた。
- 還付金があるため、ATMを操作してお金を受け取るよう説明を受けた。
- 有名な投資家から「必ずもうかる」として、指定された口座や専用サイトでお金を振り込み、投資するよう言われた。
- SNSで知り合った相手から、会うための交通費を立て替えてほしいと要求された。

※ 上記は一例です。少しでも不審に思ったとき、不安を感じたときは、相手の要求に応じる前に、警察相談ダイヤルをご活用ください。

## 気をつけよう、うまい話 ～悪質な訪問販売などにご注意を～

札幌市消費者センターでは、悪質商法や契約に関するトラブルなど、消費生活全般に関する相談をお聞きし、解決のためのお手伝いをしています。少しでも疑問に思ったら、お気軽にご相談ください。(相談無料)

札幌市消費者センター 消費生活相談室 **728-2121**  
北区北8条西3丁目 札幌エルプラザ 2階

### 《最近の相談事例》

「不用品を何でも買い取る」と言っていたのに、貴金属を強引に買い取られた!!  
「いつでも解約可能」と書いているので定期購入を利用したが、連絡が取れず解約できない!

### 悪質商法、被害にあわないための5か条

- 必要のないものは、きっぱり断ろう。
- うますぎるもうけ話には、落とし穴。
- 契約は一人で決めず、家族と相談を。
- 簡単に署名、押印せず、契約は慎重に。
- 契約書、領収書は大切に保管を。



## 日常生活での事故を防ぎましょう!

高齢者の日常生活における事故が多くなっています。特に多いのが「転倒」「転落」「窒息」の3つ。大きな怪我や生命にも関わりますが、予め注意することで防ぐことができます。事故ごとの予防策を意識して事故を防ぎましょう。



### 転倒事故

- 歩く動線上に電気コードを引いたり、床の上に新聞紙等を放置しない。
- 浴室や脱衣所には滑り止めマットを敷く。
- 住み慣れた自宅の階段や廊下でも夜間は照明をつけたり、常夜灯を設置して足元を照らす。

### 転落事故

- 階段で足を滑らせて転落する事故を防ぐため、手すりや滑り止めを設置する。
- ベッドからの転落を防ぐため、柵を設置する。
- 脚立や踏み台を使用するときは強度や置く場所が平坦か確認するほか、補助者に支えてもらう。

### 窒息事故

- 細かく調理し、少量ずつ口に入れ、ゆっくりとよく噛んで食べる。
- お茶や水など水分をとりながら食べる。
- 周りの方は、よく噛んでいるか、無理に飲み込んでいないか目配りし、急に話しかけて慌てさせない。

【担当】札幌市消防局救急課 TEL215-2070