

お問い合わせ・相談窓口

要介護認定、介護サービス、介護予防サービスに関すること

- 市役所高齢福祉課
高齢福祉係、地域支援係、介護保険係、介護認定係 ☎ 042-378-2111
- 稲城市地域包括支援センターひらお
(お住まいの地域 坂浜 平尾) ☎ 042-331-6088
- 稲城市地域包括支援センターやのくち
(お住まいの地域 押立 矢野口) ☎ 042-379-8575
- 稲城市地域包括支援センターエレガントもむら
(お住まいの地域 大丸 東長沼 百村) ☎ 042-379-5500
- 稲城市地域包括支援センターこうようだい
(お住まいの地域 向陽台 長峰 若葉台) ☎ 042-370-0040
- 市内の指定居宅介護支援事業者 (ケアマネジャー) ☎ 37ページ参照

介護サービスの利用に関するお困りのことや苦情

- 東京都国民健康保険団体連合会苦情相談窓口 ☎ 03-6238-0177

東京都の介護保険制度相談窓口

- 東京都福祉保健局高齢者施策推進部介護保険課 ☎ 03-5320-4597

インターネットで介護・高齢福祉に関する情報が公表されています

- 稲城市ホームページ (<https://www.city.inagi.tokyo.jp/>)
稲城市の公式サイトです。各種手続きのご案内、生活情報のお知らせ、観光・イベント情報を発信しています。
- 稲城市在宅医療介護連携マップ (<https://www.inagi-map.com/>)
稲城市内の4つの圏域ごとに、医療機関、介護サービス事業所をまとめたマップ (地図) です。
- とうきょう福祉ナビゲーション (<https://www.fukunavi.or.jp/fukunavi/>)
東京の福祉のポータルサイトです。福祉サービスを利用する際に必要とされる様々な情報を提供しています。
- これって認知症?わたしも認知症? (<https://fishbowlindex.net/inagin/>)
簡単にできる認知症チェックです。(利用料は無料、通信料は自己負担です。)
- 厚生労働省ホームページ (<https://www.mhlw.go.jp>)
厚生労働省の取り組んでいる政策情報、報道発表資料、統計情報、厚生労働白書について紹介しています。

発行 令和5年8月 稲城市福祉部高齢福祉課

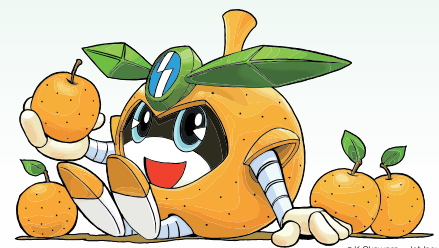
〒206-8601 東京都稲城市東長沼2111 ☎042-378-2111

高齢福祉係 (介護予防事業、理美容券、みどりクラブなどに関すること)

地域支援係 (高齢者の相談などに関すること)

介護保険係 (介護保険料、給付などに関すること)

介護認定係 (要介護認定、介護認定調査などに関すること)



©K.Okawara - Jet Inoue

みんないきいき
稲城市の

高齢者サービスの しおり



みんなで支える
介護保険



©K.Okawara - Jet Inoue

稲城市

も く じ

しくみ

稲城市の高齢者サービスを受けるまで 3
 介護保険のしくみ 6
 高齢者のご相談は「地域包括支援センター」へ 7

保険料

介護保険料の決め方・納め方 8
 介護保険サービス・介護保険料に関する税金の控除について 12
 介護保険料の減免について 13

健康づくりと社会参加

一般介護予防事業 14
 高齢者の交流の場 16
 活動の場 17
 仕事と生きがい 29

申請

介護サービスの利用には申請が必要です 31
 転入・転出、住所変更の届け出 34
 市内のケアマネジャーがいる事業所一覧 37

利用

介護予防・日常生活支援総合事業 38
 介護サービスの種類 39

費用

サービスにかかる費用 51
 サービス利用料の軽減について 55

事業所ガイド

事業所ガイド 56

介護保険外サービス

稲城市で受けられるその他のサービス 75
 生活支援のためのサービス 76
 住まいと暮らし 84

連絡先一覧

連絡先一覧 87
 高齢者の権利擁護のしくみ 90
 お問い合わせ・相談窓口 裏表紙

稲城市の高齢者サービスを受けるまで

介護保険サービスに加え、介護予防事業や生活支援サービスを一体的に行うことにより、サービスを受ける方の状態や希望に応じ、制度間の切れ目なく必要なサービスが受けられるようになりました。

サービスと利用者の区分

サービス利用者の区分は「事業対象者」、要支援1・2、要介護1～5があります。事業対象者とは、基本チェックリスト(25項目)に該当(生活機能の低下が見られた人)し、地域包括支援センター等に介護予防・生活支援サービス事業を利用する必要があると判断された人をいいます。

※ただし、介護予防ケアマネジメント依頼届出書の提出が必要です。

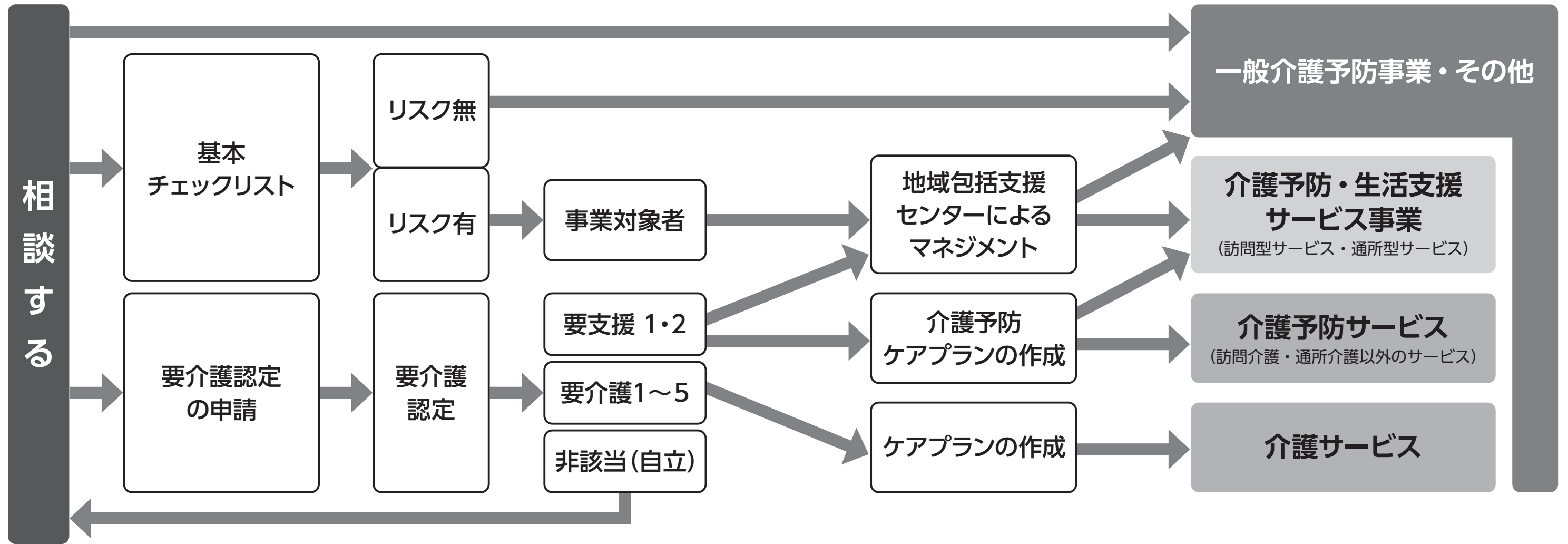
なお、介護予防・生活支援サービス以外の介護保険サービスの必要性が生じた場合は、認定申請をして区分を変更することが可能です。

基本 チェック リストとは？

日常生活に必要な機能の低下を確認するための質問票です。運動や栄養、口腔機能、もの忘れなどの25項目についての回答をもとに介護予防の必要性を判定します。

サービス利用者の区分	事業対象者	要支援1・2	要介護1～5
該当方法	基本チェックリストに該当し、地域包括支援センター等がサービスの利用が必要と判断した場合	認定申請をして介護認定審査会を経て「認定」を受けること	認定申請をして介護認定審査会を経て「認定」を受けること
利用できるサービス	○介護予防・生活支援サービス ○(65歳以上の人：一般介護予防事業)	○介護予防サービス ○介護予防・生活支援サービス ○(65歳以上の人：一般介護予防事業)	○介護サービス ○(65歳以上の人：一般介護予防事業)
支給限度額	要支援1と同様	認定区分ごとに設定あり	認定区分ごとに設定あり

サービスを利用するには



稲城市で受けられるサービス

稲城市では、すべての人が元気に暮らしていけるよう、介護保険をはじめとしてさまざまなサービスを受けることで、住み慣れた地域でいつまでもイキイキと自立して生活し

まなサポートを行っております。その主なサービスは以下のとおりです。それぞれの方にていくことが可能となりますので、ぜひお役立てください。

対象 65歳以上のすべての方

1 一般介護予防事業
14ページから

65歳以上のすべての方が受けられるプログラムです。主に自立した生活を送っている方が、今後も同じように元気に暮らせるようにするための事業です。

対象 要支援1・2の認定を受けた方、事業対象者

2 介護予防・生活支援サービス事業
38ページ

要介護（要支援）認定で要支援1・要支援2の認定を受けた方及び生活機能に関するチェックリストで生活機能の低下が見られ、サポートが必要であると認められた方が受けられるサービスです。

対象 要介護1~5、要支援1・2の認定を受けた方

3 介護保険を使ったサービス
39ページから

介護保険を使ったサービスを受けるためには、要介護（要支援）認定を受けて「介護を要する状態にある」と判定されることが必要となります。介護や支援が必要な度合いに応じて、さまざまな介護に関するサービスを受けられます。

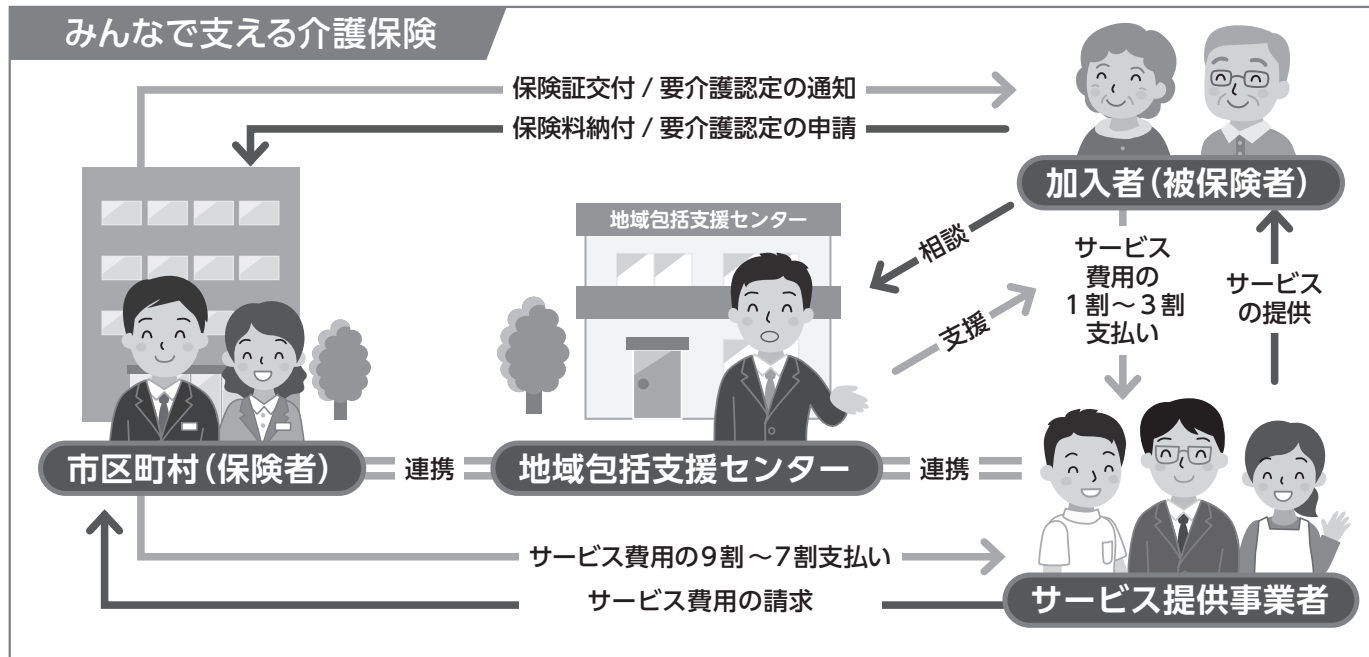
4 その他のサービス
75ページから

市・社会福祉協議会や民間事業者がその人のニーズに応じたさまざまなサービスを提供しています。受けられるサービスによって、どのような人が受けられるか条件が決まっていますので、ご確認ください。

介護保険のしくみ



介護保険は、みなさんがいつでも安心して暮らせるようにするための制度です。運営は市区町村が主体となり、40歳以上の方が加入者として保険料を出し合っ、介護を必要とする方がサービスを利用できるしくみになっています。



介護保険の被保険者は、年齢で2つに分けられます

65歳以上の方
(第1号被保険者)

介護サービスを利用できるのは…
介護が必要と認定された方です。
 (病気やけがなど介護が必要になった原因にかかわらず、介護サービスの対象となります。)

介護保険証
 保険証は65歳の誕生日を迎えた方に交付されます。

医療保険に加入している
40～64歳の方
(第2号被保険者)

介護サービスを利用できるのは…
加齢が原因とされる病気(特定疾病)により介護が必要と認定された方です。
 ※詳細は下表参照

介護保険証
 保険証は、要介護・要支援の認定を受けた方などに交付されます。

負担割合証が発行されます 要介護・要支援の認定を受けた方と事業対象の方に、サービスの負担割合(1割～3割)を記載した「介護保険負担割合証」が発行されます。(51ページ参照)

POINT 特定疾病って何? 加齢に伴う心身の変化に起因した疾病が該当し、外傷性の疾病は含みません。

●がん(末期) (医師が一般に認められている医学的知見にもとづき回復の見込みがない状態に至ったと判断したものに限る。)	●骨折を伴う骨粗しょう症	●脊柱管狭窄症	●脳血管疾患
●関節リウマチ	●初老期における認知症	●早老症	●閉塞性動脈硬化症
●筋萎縮性側索硬化症	●進行性核上性麻痺、大脳皮質基底核変性症及びパーキンソン病	●多系統萎縮症	●慢性閉塞性肺疾患
●後縦靭帯骨化症	●脊髄小脳変性症	●糖尿病性神経障害、糖尿病性腎症及び糖尿病性網膜症	●両側の膝関節又は(両側の)股関節に著しい変形を伴う変形性関節症

高齢者のご相談は「地域包括支援センター」へ

ご連絡いただければ、ご自宅等にお伺いします!

地域包括支援センターは、市からの委託を受け、高齢者の方が住み慣れた地域で、その人らしく暮らし続けられるように、介護・福祉・保健・医療などのさまざまな面で支援を行うための総合相談機関です。

保健師(経験のある看護師)、主任ケアマネジャー、社会福祉士の専門職が連携し、総合的に支援します。

主な業務内容

1. さまざまな相談をお受けします
2. 介護予防のための支援をします
3. 高齢者の尊厳と権利を守り、虐待の防止に取り組みます
4. 地域のネットワークづくりを支援します
5. 要介護認定で「要支援1」「要支援2」の認定を受けた方、事業対象者の方のプランを作成します

例えば…

ひとり暮らしが心配だなぁ
 近所に心配な人がいる
 家族が認知症かもしれない
 外出するのがおっくうになった

連絡、相談!

問題解決に向けての支援

詳しくお話を聞きます! 訪問することもできます 要介護認定の申請代行もしています

「地域包括支援センター」へご連絡ください!

地域別で担当しています

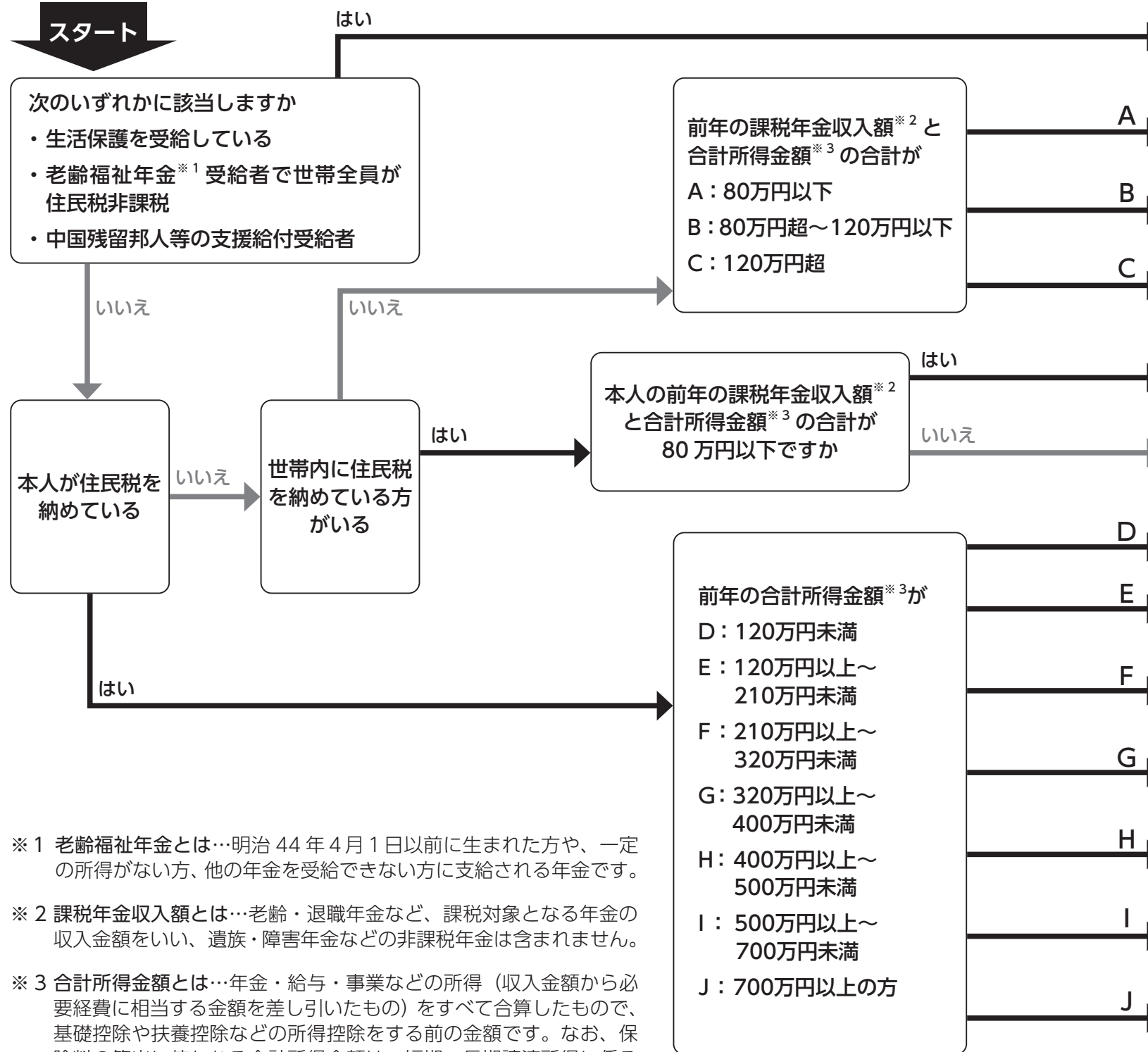
<p>坂浜・平尾</p> <p>地域包括支援センターひらお 【住所】平尾2-49-20(ひらお苑内) 【電話】042-331-6088</p>	<p>大丸・東長沼・百村</p> <p>①地域包括支援センター エレガントもむら 【住所】百村255(いなぎ苑内) 【電話】042-379-5500</p> <p>②出張所 【住所】東長沼451(グルメシティー近く) 【電話】042-401-7250 【受付日時】月・水・金 10:00～14:00</p>
<p>押立・矢野口</p> <p>地域包括支援センターやのくち 【住所】矢野口1659-4ストリームサイドスズキ1階 【電話】042-379-8575</p>	<p>向陽台・長峰・若葉台</p> <p>地域包括支援センターこうようだい 【住所】向陽台3-4-4 【電話】042-370-0040</p>

介護保険料の決め方・納め方

介護保険料の決め方と納め方は、65歳以上の方と40～64歳の方でそれぞれ異なります。

65歳以上の方(第1号被保険者)の場合

決め方 介護保険料は前年の所得と世帯員の住民税課税状況に応じて決まります。



※1 老齢福祉年金とは…明治44年4月1日以前に生まれた方や、一定の所得がない方、他の年金を受給できない方に支給される年金です。

※2 課税年金収入額とは…老齢・退職年金など、課税対象となる年金の収入金額をいい、遺族・障害年金などの非課税年金は含まれません。

※3 合計所得金額とは…年金・給与・事業などの所得(収入金額から必要経費に相当する金額を差し引いたもの)をすべて合算したもので、基礎控除や扶養控除などの所得控除をする前の金額です。なお、保険料の算出に使われる合計所得金額は、短期・長期譲渡所得に係る特別控除の金額を差し引いた額となります。また、第1段階から第5段階の合計所得金額は、年金収入に係る雑所得を差し引いた額となります。

●65歳以上の方の保険料は、3年ごとに稲城市で必要な介護サービス費用をまかなうために算出された基準額を定めています。

$$\text{基準額(月額)} = \frac{\text{稲城市の介護サービス総費用のうち65歳以上の方の負担分(3年分)}}{\text{稲城市の65歳以上の方の人数}} \div 36 \text{ ヶ月}$$

保険料区分	該当者	基準額に対する割合	年額保険料
第1段階	<ul style="list-style-type: none"> 世帯全員が住民税非課税で、本人の課税年金収入額と合計所得金額の合計が80万円以下の方 生活保護を受給している方 老齢福祉年金受給者で世帯全員が住民税非課税の方 中国残留邦人等の支援給付を受給している方 	(基準額) × 0.263	※4 17,000円
第2段階	世帯全員が住民税非課税	本人の課税年金収入額と合計所得金額の合計が80万円を超え120万円以下の方	※4 28,700円
第3段階		本人の課税年金収入額と合計所得金額の合計が120万円を超える方	※4 41,700円
第4段階	世帯に住民税課税者がいて、本人は住民税非課税	本人の課税年金収入額と合計所得金額の合計が80万円以下の方	53,800円
第5段階		本人の課税年金収入額と合計所得金額の合計が80万円を超える方	64,800円【基準額】
第6段階	本人が住民税課税	本人の合計所得金額が120万円未満の方	77,700円
第7段階		本人の合計所得金額が120万円以上210万円未満の方	84,200円
第8段階		本人の合計所得金額が210万円以上320万円未満の方	97,200円
第9段階		本人の合計所得金額が320万円以上400万円未満の方	110,100円
第10段階		本人の合計所得金額が400万円以上500万円未満の方	116,600円
第11段階		本人の合計所得金額が500万円以上700万円未満の方	123,100円
第12段階		本人の合計所得金額が700万円以上の方	129,600円

※4 第1～3段階は、公費による負担軽減後の金額です。(軽減前は第1段階が29,900円、第2段階と第3段階が44,900円)

65歳以上の方(第1号被保険者)の保険料の場合

納め方 年金の額によって変わります。

年金を一定額以上受給されている方は原則、特別徴収(年金からの天引き)です。個人で納め方を選ぶことはできません。

年金の年額が
18万円以上
(月額1万5千円以上)の方

特別徴収(年金からの天引き)

- 年金の定期払い(年6回)の際に、あらかじめ差し引かれます。
- 4・6・8月は前年度2月分と同じ保険料額を納めます(仮徴収)。
- 10・12・2月は、前年の所得などをもとに算出された保険料額から、仮徴収分を除いた額を振り分けて納めます(本徴収)。



年金の年額が18万円以上でも、こんなときは市役所へ自分で納めます

- 65歳になってから一定期間
- 他の市区町村から転入したとき
- 他の市区町村へ転出したとき
- 年度の途中で保険料額が変更となったときなど

※特別徴収の対象となる年金は、老齢・退職年金、遺族年金、障害年金です。

POINT 保険料は、65歳の誕生日の前日の属する月の分から納めます

- 例1 11月1日生まれの人は▶10月分から納めます
- 例2 11月2日生まれの人は▶11月分から納めます

年金の年額が
18万円未満
(月額1万5千円未満)の方

普通徴収(口座振替または納付書払い)

市から送付される納付書の納期に従って、金融機関やコンビニエンスストア、スマートフォン決済アプリ等で個別に納めます。

保険料の納付には
口座振替
がおすすめです

納めに行く手間と時間が省け、納め忘れがありません!

- 手続き**
- 保険料納付書
 - 預(貯)金通帳
 - 印かん(通帳の届出印)

キャッシュカードで簡単申込み!

**ペイジー口座振替
受付サービス**

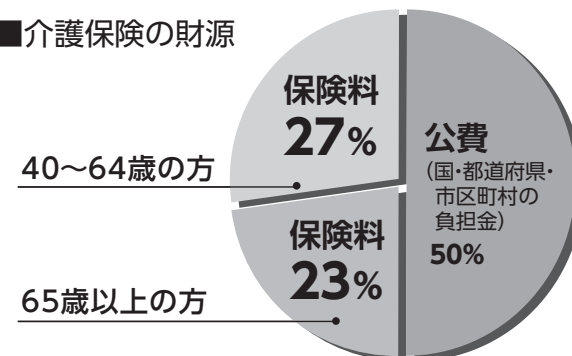
市役所の窓口で専用端末にキャッシュカードを通し、暗証番号を入力するだけで口座振替の申し込みが完了するサービスです。

※お申し込みには、運転免許証などの本人確認できるものと、登録する金融機関のキャッシュカードが必要です。お申し込みは市役所介護保険係・平尾出張所・若葉台出張所の各窓口へお越しください。
※ペイジー取扱金融機関:みずほ・三菱UFJ・三井住友・横浜・きらぼし・ゆうちょ の6銀行

**介護保険は
みなさんと社会全体で
支えている制度です。**

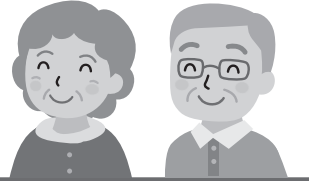
介護保険の運営に必要な財源は、国、都道府県、市区町村が半分を負担し、残りの半分を介護保険加入者が保険料として負担することになります。

■介護保険の財源



40~64歳の方(第2号被保険者)の場合

● 加入している医療保険によって異なります



	国民健康保険に加入している方	職場の医療保険などに加入している方
決め方	国民健康保険税の算定方法と同様に、世帯の被保険者の所得と人数に応じて世帯ごとに決まります。	加入している医療保険ごとに設定される介護保険料率と給料(標準報酬月額)および賞与に応じて決められます。
納め方	医療分と介護分を合わせて、国民健康保険税として世帯主が納めます。金融機関やコンビニエンスストアでの支払いや口座振替のほか、モバイルレジ、スマートフォン決済アプリ等もご利用いただけます。	医療保険の保険料と介護保険料を合わせて、給料および賞与から差し引かれます。

知っておきたい

介護保険
Q&A

Q 保険料を納めないとうなるの?

A

特別な事情がなく保険料の滞納が続くと、日数に応じた延滞金が増加される場合や、地方税法に基づく滞納処分として、財産が差し押さえられる場合があります。また、未納期間に応じて次のような措置が取られます。納付書で納める方は、納め忘れにご注意ください。



1年以上滞納した場合

利用者が費用の全額をいったん自己負担し、申請によりあとで保険給付(費用の9割、8割または7割)が支払われる形となります。
*支払い方法の変更が介護保険証に記載されます。

1年6ヵ月以上滞納した場合

利用者が費用の全額を負担し、申請後も保険給付の一部または全部が一時的に差し止めとなる措置がとられます。なお滞納が続くと、保険給付から滞納していた保険料額が差し引かれる場合もあります。

2年以上滞納した場合

滞納した期間に応じて、利用者負担が引き上げられる※ほか、高額介護サービス費の支給が受けられなくなります。

※利用者負担1割・2割の方は3割、利用者負担3割の方は4割となります。

災害などの特別な事情で納付が困難な方は、保険料の減免などを受けられる場合もありますので、市役所の窓口へご相談ください。

介護保険サービス・介護保険料に関する税金の控除について

●介護保険サービスは、医療費控除の対象となるものがあります。

- ・所得税、市・都民税の医療費控除の対象です。領収書が必要です。
- ・高額介護サービス費や、保険からの払い戻しなど利用料の補てんがある場合は、支払った金額から補てんされる額を差し引いて申告してください。

施設	介護老人福祉施設（特別養護老人ホーム）	(1割～3割の自己負担額+食費、居住費の自己負担額)の2分の1が対象です。
	地域密着型介護老人福祉施設（特別養護老人ホーム）	
介護サービス利用者負担額	介護老人保健施設	1割～3割の自己負担額+食費、居住費の自己負担額が対象です。
	介護療養型医療施設	
	介護医療院	
	訪問介護 定期巡回・随時対応型訪問介護看護 夜間対応型訪問介護 訪問入浴介護・介護予防訪問入浴介護 通所介護 認知症対応型通所介護・介護予防認知症対応型通所介護 小規模多機能型居宅介護・介護予防小規模多機能型居宅介護 看護小規模多機能型居宅介護 短期入所生活介護・介護予防短期入所生活介護(ショートステイ) 地域密着型通所介護 訪問型サービス(生活援助中心型を除く) 通所型サービス(生活援助中心型を除く)	
医療系サービス	居宅療養管理指導・介護予防居宅療養管理指導 訪問看護・介護予防訪問看護 訪問リハビリ・介護予防訪問リハビリ 通所リハビリ・介護予防通所リハビリ(デイケア) 短期入所療養介護・介護予防短期入所療養介護	1割～3割の自己負担額 + 食費の自己負担額(通所リハビリ、介護予防通所リハビリ) + 滞在費・食費にかかる自己負担額(短期入所療養介護・介護予防短期入所療養介護) 保険給付の支給限度額超過分(全額自己負担となった部分)も控除の対象となります。

●おむつ代は医療費控除の対象となる場合があります。

〈必要書類〉

- 医師のおむつ使用証明書* ※おむつ代医療費控除の確定申告が2年目以降の方は、稲城市が交付する確認書でも可能です。ただし、要介護認定を受けていて、主治医意見書にて要件に該当していることが確認できる場合に限りです。
- おむつ代の領収書

●寝たきり高齢者や認知症高齢者に障害者控除が適用されます。

対象は、要介護認定を受けた65歳以上の方で、身体障害者の障害の程度に準ずる方、6ヵ月以上寝たきり、または認知症で日常生活に支障のある方です。

【高齢福祉課 介護認定係までお問い合わせください。2階 ④窓口】

●介護保険料は、社会保険料控除の対象です。

【本人または同世帯のご家族に限り、納めた金額を高齢福祉課 介護保険係で確認できます。ご自身の身分証明書をお持ちください。2階 ④窓口】

介護保険料の減免について

●災害により住居等に損害を受けた場合

●特に生計が困難と認められる場合 「生計困難」と認められるには、要件があります。

介護保険料

申請が必要です

次のすべてを満たす方で、市長が「生計困難」と認めた方が対象となります。

- ①住民税非課税世帯の方。
- ②生活保護を受けていない方。
- ③中国残留邦人等支援給付を受けていない方。
- ④世帯の年間収入が基準収入額(単身世帯の場合は150万円とし、世帯の構成員1人につき50万円を加算した額)以下であること。
- ⑤世帯の預貯金額が基準預貯金額(単身世帯の場合は350万円とし、世帯の構成員1人につき100万円を加算した額)以下であること。
- ⑥現在、住んでいる住居以外の資産がないこと。
- ⑦住民税課税者の扶養親族および医療保険の被扶養者(遠隔地扶養も含む)になっていないこと。
- ⑧介護保険料を滞納していないこと。

■ どなたでも参加できるサービス

一般介護予防事業

65歳以上のすべての方が受けられるサービスです（一部条件があります）。特に、いま自立した生活を送っている方が、今後ずっと自立していきいきと元気に暮らせるようサポートします。ぜひ積極的にご参加ください。

お問い合わせ ▶ 高齢福祉係・地域支援係 TEL 042-378-211 内線222・228

地区体力測定会	危険な老化のサインであるフレイル（虚弱）状態をいち早く発見して適切な対処につなげましょう。外出の機会が減っている方（閉じこもりがちの方）、体力に自信のない方はぜひご参加ください。
転倒骨折予防教室	いつまでも自立した生活を送るために、普段使わない筋肉を動かして、心も体もリフレッシュしましょう。市内の自主グループの紹介もしています。お問い合わせください。
食生活改善事業	シニア世代向けに、栄養バランスのとれた簡単な料理や食事のとり方を管理栄養士が教えます。介護予防や脳の活性化に役立つ知識も学べます。料理が苦手な方や経験の少ない方、男性もお気軽にご参加ください。
口腔機能向上プログラム	「口の渇きやむせが気になる」「固いものが食べにくくなった」ということはありませんか？ いつまでもいきいきと、はつらつとした生活を送るために、肺炎予防ができる口腔ケアや食生活のポイントを歯科衛生士が教えます。ご自分の口腔状態を知って健康管理に役立てましょう。
介護予防複合型プログラム	65歳からのからだづくりに必要な、運動、食事、口腔ケアをトータルで学べる総合講座です。
介護予防体操教室 イスに座って行う体操、 脳トレーニング、お口の体操	イスに座ってできる柔軟体操からお口の運動や脳トレまで。体力に自信のない方でも安心して参加できます。
認知症予防教室	地域活動をとおして、認知症の予防に取り組みませんか。頭も体もいきいきできるようになる教室です

介護予防とは

いつまでもいきいきと自分らしく生きること、それを実現するための手立てが「介護予防」です。病気の予防だけでなく、老化のサインをいち早く発見し、適切な対策を行うことによって「元気でいきいきとした生活」を維持できます。いま、誰かの支援を必要とする状態であったとしても（要支援・要介護状態）、「介護予防」によって元気を取り戻すことができます。

知っておきたい

介護保険
Q&A

Q 食事など生活習慣病の予防には、よく気を付けています。これで「介護予防」になりますか？

生活習慣病の予防だけでは「介護予防」にはなりません。

A

高齢期になって元気がなくなる原因には病気と加齢という2つの原因があります。このことは、「死亡の原因」と「介護を必要とする原因」とを比較することでわかります。「死亡の原因」は、悪性新生物（がん）、心疾患、脳血管疾患（脳卒中）などですが、「介護を必要とする原因」は、高齢による衰弱、転倒・骨折、認知症、関節疾患など、生活機能の低下によるものが多く見られます。介護予防には、中高年からの生活習慣病予防に加えて、高齢による生活機能の低下を予防することが必要です。

Q どうしたら、「介護予防」になりますか？

A

まず危険な老化のサインをいち早く発見して対処することが必要です。

危険な老化のサインとは…

- 自分の身のまわりのことをすることがおっくうになった（生活機能低下）
- ちょっとしたところでもつまずいたり転びやすくなった（転倒・骨折）
- もの忘れが激しくなった（認知症・うつ）
- 食べる量が減ったり、単調になった（低栄養）
- 食べ物や飲み物でむせやすくなった（口やのどの筋力低下）などがあります。



これらは、生活する上で支障をきたすだけでなく、活動する意欲を減退させ日々の生活の質をいちじるしく損なわせます。とはいえ、老化のサインはジワジワとあらわれてくるものです。ご自身では気づきにくいだけに、早期発見が難しいのです。

気になることがあったら、地域包括支援センターに相談しましょう。

高齢者の交流の場

押立の家・大丸憩いの家・平尾^{にまる}20クラブ・長峰西地区火曜会

話し相手や仲間づくりなどができる高齢者の交流の場です。気軽におこしくください。
地域とのつながりを目指して、地域の方がボランティアとして参加し、高齢者と一緒になって活動内容を考えています。

利用できる方 押立の家（押立728-8）
大丸憩いの家（都宮大丸アパート第1集会所）
平尾^{にまる}20クラブ（平尾住宅20号棟集会所）
長峰西地区火曜会（長峰西地区自治会館）

利用料 無料

お問い合わせ ▶ 地域支援係 TEL 042-378-2111 内線 220・228

名称	場所	開所日	開所時間
押立の家	押立 728-8	毎週 火・水・木・金曜日	午前 10 時～午後 3 時
		隔週 土曜日	午後 1 時～3 時
大丸憩いの家	都宮大丸アパート 第 1 集会所	毎週 火曜日	午前 9 時～正午
平尾 ^{にまる} 20クラブ	平尾住宅 20 号棟 集会所	毎週 木曜日	午前 9 時 30 分～正午
長峰西地区火曜会	長峰西地区 自治会館	毎週 火曜日	午後 1 時 30 分～3 時

支え合いの地域づくりをしています (生活支援コーディネーター)

誰とも会話をしない日が多い、困ったときに頼る人がいないなど、社会から孤立し、日常生活に不安を感じている高齢者等が増えています。近所で誰でもお茶飲みや軽い運動ができるような居場所が増えると、交流がうまれ支え合いの輪が広がります。市や地域包括支援センターにいる生活支援コーディネーター（地域支え合い推進員）が、地域の方々や社会福祉協議会などの関係機関と一緒に、住み慣れた地域で安心して暮らし続けることができるよう、支え合いの地域づくりを実施しています。

活動の場

坂 浜

の活動の場…………… 18

平 尾

押 立

の活動の場…………… 20

矢野口

大 丸

の活動の場…………… 22

東長沼

百 村

向陽台

の活動の場…………… 24

長 峰

若葉台

坂浜・平尾の活動の場

種類	名称	場所	主催	対象者	活動日時	活動内容	コメント	
坂 浜	① 居場所	100円 カフェ	はじめてのいっぽ	NPO法人 はじめての いっぽ	どなたでも	第1・第3水曜日 11:00~12:00 第2・第4月曜日 13:00~15:00	おしゃべり・たまに手芸・ 将棋・体操	挽きたてのコーヒー、 たまに手作りクッキー 付き。皆さんおしゃべ りが大好きです
	② 居場所	よりあい デイサービス	はじめてのいっぽ	NPO法人 はじめての いっぽ	どなたでも	毎月 第1・第3日曜日 10:00~15:00	体操・うた・手工芸など	1日ゆっくり楽しく過ご しましょう
	③ 居場所	さかえちゃん家	高橋氏宅	地域住民	どなたでも	毎月 第1・第3木曜日 13:00~16:00	出入り自由で予約もい りません。お茶を飲み ながらおしゃべりして います。参加費無料	令和元年9月に、地 域の交流の場を始めま した
	④ 体操	みどり クラブ 坂浜常盤会 体操教室	稲城老人会館	みどり クラブ 坂浜常盤会	みどり クラブ 坂浜常盤会 会員	毎週木曜日 10:00~11:30	転倒骨折予防体操・脳 トレ・音楽体操を通し て老化防止を進めてい ます	がんばって楽しく体操 を続けております
	⑤ 体操	つくしんぼ	はじめてのいっぽ	地域住民	どなたでも	毎週水曜日 10:00~11:00	転倒骨折予防体操 他	皆さん一緒に貯筋しま しょう。 1回100円です
	⑥ 体操	サークル りんどう	石川道場	地域住民	どなたでも	毎週火曜日 13:30~15:00	転倒骨折予防体操・ラ ジオ体操 他	令和2年11月に誕生 した新しいグループで す。交流を楽しみなが ら活動しています
平 尾	① 居場所	うたカフェ	平尾住宅 商店街内 喫茶 ポーポーの木	地域住民	どなたでも	毎月第2日曜日 13:30~15:00	アコーディオンの伴奏 で歌を歌う交流の場	歌好きな方は是非お立ち 寄りください。お待ち しています
	② 居場所	ボイス トレーニング	平尾住宅 商店街内 喫茶 ポーポーの木	地域住民	どなたでも	毎月第3日曜日 13:30~15:00	発声方法を学び脳と身 体の活性化をはかる	歌やリズムを学び、楽 しく過ごしましょう
	③ 居場所	カフェ いしだ さんち	石田氏宅	NPO法人 支え合う会 みのり	どなたでも	毎月第1日曜・ 第3土曜日 13:00~	合唱・体操・ゲーム・ おしゃべりをコーヒー で楽しむ	ご近所の輪を広げお互 い声を掛け合う仲間作 りを目指しています
	④ 居場所	宅分 カフェ テラス	平尾宅地 分譲自治会館	自治会有志	自治会会員 参加費 100円	毎月第4水曜日 13:30~15:30	おしゃべりして大きな 声で笑って元気になっ ていただけたらと思っ ています	オープンして8年にな ります。楽しいひと時 を過ごして頂けたらと 思っています
	⑤ 居場所	お茶飲み会	平尾住宅 50号棟集会所 64号棟集会所	平尾ベル の会+地 域のボラ ンティア	どなたでも 参加費 100円	第1・第3火曜日 (64号棟) 第2・第4木曜日 (50号棟) 13:30~15:00	おしゃべり・歌・紙芝居・ 体操・折り紙・麻雀・ 百人一首 他	午後のひとときを近所 の方々とおしゃべりをし て楽しく過ごしましょう
	⑥ 居場所	四季の会	黒髪氏宅	地域住民	歩いて来 られる方	毎月第4木曜日 14:00~16:00	童謡・唱歌・歌謡曲・ 演歌まで歌ったりお しゃべりを楽しむ会	お気軽にお立ち寄りく ださい

種類	名称	場所	主催	対象者	活動日時	活動内容	コメント	
平 尾	⑦ 居場所	ポタニカル	平尾住宅 34号棟 2階集会所	地域住民	どなたでも	毎月第4水曜日 9:30~14:00	草花の絵を描きなが ら、楽しく活動してい ます	道具と昼食は各自で 持参下さい
	⑧ 居場所	笑歌輪歌	ふれんど平尾	地域住民	どなたでも	毎月第4日曜日 10:00~12:00	音楽を通したふれあ いの機会をつくり、世 代を超えて交流が広がる	歌・音楽を通したふれ あいでフレイル予防に つながっています
	⑨ 居場所	ひらお ハッピー会	平尾住宅 34号棟 2階集会所	地域住民	どなたでも 参加費 300~ 500円	毎月第4日曜日 13:30~15:00	ライブ & 歌唱喫茶	昔の歌声喫茶のような 楽しい集いです
	⑩ 体操	エスペ ランサ 稲城	平尾住宅 50号棟集会所	地域住民	70歳以上 の方	毎月第1月曜日 13:30~17:00	認知症予防の為、皆で 行きたい所の情報を持 ち寄り楽しく日時を決 めて出かけることもあ ります	メンバー募集中。体操、 ゲームなどをして楽し んでいます
	⑪ 体操	おたっし ゃ18 グループ	平尾住宅 27号棟 集会所	地域住民	どなたでも	毎週金曜日 (月4回) 14:00~15:00	転倒骨折予防体操の 他、簡単な脳トレなど	お互いに刺激あって 継続することが健康へ の第一歩
	⑫ 居場所	すこやか 体操	平尾宅地分譲 自治会館	地域住民	自治会会員	毎月 第2・第4木曜日 14:00~15:30	一人で頑張っている人 達を仲間に入れてテン コツ体操をし、ラジオ 体操で仕上げています	遠くまで出かけるのに 限界がきた時の為に、 近場で居場所の体制を 整えておきたい
	⑬ 居場所	りんごの会	平尾住宅 34号棟2階 集会所	地域住民	どなたでも	毎週火曜日 10:00~11:30	転倒骨折予防体操・呼 吸ストレッチ・筋力トレ ーニング・リズム体操	交流や仲間作りで元気 と笑顔が目標です
	⑭ 居場所	平尾 はつらつ会	ふれんど平尾 ※コロナ禍な ので公園で実 施中	地域住民	どなたでも 参加費 年1,000円	毎週火曜日 10:00~	転倒骨折予防体操の他 ラジオ体操・リズム体 操なども取り入れなが ら楽しく運動しています	平成31年3月に誕生し た新しいグループです
	⑮ 居場所	マイフレンド	ふれんど平尾	地域住民	どなたでも	毎週木曜日 13:30~15:00	転倒骨折予防体操を行 いながら、交流も楽し んでいます	令和2年10月に活動 を始めました
	⑯ 居場所	ランドクラブ	ランドシティ 新百合ヶ丘	地域住民	マンション 住民	毎週水曜日 13:30~15:00	転倒骨折予防体操 他	令和4年春から活動開 始し、週1回集まるの を楽しみに体操してい ます

お問い合わせ ▶ 地域包括支援センターひらお TEL 042-331-6088
高齢福祉係 TEL 042-378-2111 内線 223

押立・矢野口の活動の場

種類	名称	場所	主催	対象者	活動日時	活動内容	コメント			
押立	① 居場所	今井さんち	今井氏宅	地域住民	どなたでも	毎月第2金曜日 9:30~15:00	小物づくりをしながら楽しくおしゃべり	気軽に集まり、小物作り等を通して交流を楽しんでいます		
	② 体操	みどりクラブ 押立高砂会 (休止中)	押立ふれあい会館	高砂会健康体操部	みどりクラブ 押立高砂会 会員	毎月 第2・第4月曜日 午後	転倒骨折予防体操・パネル・ビデオを見ながらストレッチ体操。時折講師 指導体操	参加者の平均年齢82~3歳！休憩を取りながらの活動です 男性大歓迎		
	③ 体操	元気会 (火曜日①)	押立ふれあい会館	地域住民	どなたでも	毎週火曜日 9:30~11:00	転倒骨折予防体操。筋トレ・ストレッチ・脳トレ”ロコモ”体操等	男女を問わず、体を動かしたい方は是非お声掛け下さい		
	④ 体操	元気会 (火曜日②)	押立ふれあい会館	地域住民	どなたでも	毎週火曜日 11:00~12:30				
	⑤ 体操	元気会 (火曜日③)	押立ふれあい会館	地域住民	どなたでも	毎週火曜日 13:00~14:30				
	⑥ 体操	元気会 (木曜日①)	押立ふれあい会館	地域住民	どなたでも	毎週木曜日 9:00~10:30				
	⑦ 体操	元気会 (木曜日②)	押立ふれあい会館	地域住民	どなたでも	毎週木曜日 10:30~12:00				
	⑧ ラジオ体操	押立ラジオ体操の会	稲城大橋下 ふれあい広場	地域住民	どなたでも	春休み、夏休み開始後1週間と終了前1週間			ラジオ体操を通じて老若男女の健康維持促進、地域の交流をも深める	ラジオに合わせての体操。日程は自治会を通してお知らせします
矢野口	① 居場所	むすぶ会	ふらっと カフェ	地域住民	男性	毎月第2水曜日 13:30~15:00			内容によって時間変更あり	仲間とむすぶ・地域とむすぶ・夢をむすぶ・一緒に楽しみましょう
	② 居場所	ふらっと 絵手紙	ふらっと カフェ	地域住民	どなたでも	毎月最終水曜日 10:00~11:30			うちわや葉書に好きな物を書いて言葉を添える	「絵心がなくてもいいんです」の先生の言葉に和気あいあいと活動しています
	③ 居場所	根方サロン	黒澤氏宅	地域住民	どなたでも	毎月 第1・第3火曜日 13:00~16:00	おしゃべりをしながら、楽しく交流しています	おしゃべり、ゲーム、お茶会でほっとする楽しい時間を過ごしませんか		
	④ 居場所	かわべさんち	川辺氏宅	地域住民	どなたでも	毎月 第2・第4水曜日 13:00~16:00	おしゃべり、体操、勉強会などを通して、ご近所の支え合いの輪を広げています	近所でつながり、支え合う仲間づくりを目指しています		
	⑤ 居場所	三沢川 自然探検	ふらっと カフェ	地域住民	どなたでも	毎月第2木曜日 10:00~12:00	三沢川沿いを歩き、動植物の観察を行います	三沢川を一緒にゆっくり歩いて小さな発見してみませんか？		

種類	名称	場所	主催	対象者	活動日時	活動内容	コメント	
矢野口	⑥ 体操	錦蓉会 (きんようかい) 午前	矢野口 自治会館	地域住民	主に 矢野口在住 概ね 65歳以上	毎週金曜日 10:00~11:00	転倒骨折予防体操・セラバンド・ポール体操・脳トレ等 稲城繁盛節・矢野口音頭等の練習	稲城繁盛節については、体操バージョンと一般の踊りも練習し、地域の盆踊りやイベントで元気一杯踊っています。毎回の参加者は25名前後。笑い声の絶えない、楽しい体操です
	⑦ 体操	錦蓉会 (きんようかい) 午後	矢野口 自治会館	地域住民	主に 矢野口在住 概ね 65歳以上	毎週金曜日 13:30~14:30		
	⑧ 体操	花蓉会 (かようかい)	矢野口 自治会館	地域住民	主に 矢野口在住 概ね 65歳以上	毎週火曜日 10:00~11:00		
	⑨ 体操	さくら会	第2 文化センター	地域住民	主に 矢野口在住 概ね 65歳以上	毎週水曜日 13:00~15:00 (第5週目休)		
	⑩ 体操	はなみずき	京王 よみうりランド グランドパーク	地域住民	マンション 住民	毎週金曜日 10:30~12:00	転倒骨折予防体操 他	楽しく体操しています。一緒に身体を動かしましょう
	⑪ 体操	紅葉会	塚戸集会所	地域住民	どなたでも	毎週月曜日 14:00~15:30	転倒骨折予防体操 他	色々工夫しながら楽しく体操しています。男性参加者もいます
	⑫ 体操	すみれ会	ルネ稲城 集会所	地域住民	マンション 住民	毎週火曜日 13:30~15:00	転倒骨折予防体操 歌も取り入れ、楽しく 体操しています	歌も取り入れ、とにかく楽しく体操しています
	⑬ 体操	矢野口地区 ポッチャ 競技会	矢野口 自治会館	地域住民	どなたでも	毎月 第2・第4火曜日 13:00~15:00	ポッチャ協会のルールに基づきチームごとに分かれ競技を行う	競技を通じて健康と運動能力の維持をはかり地域交流の場とする
	⑭ ラジオ体操	矢野口地区 ラジオ 体操会	矢野口自治 会館 第七小学校 校庭 ふれあい ちびっこ広場 (根方) 宿三谷公園	地域住民	どなたでも	月曜日~金曜日 (土曜・日曜・祝 祭日・雨天は休み) 12月・1月・2月 は休会	毎朝 6時30分~ 10分間 NHKラジオ体操第一放送にあわせる	朝の空気は美味しい！一緒に体操しましょう！今後、会場を1箇所増やしたいと思っています

お問い合わせ ▶ 地域包括支援センターやのくち TEL 042-379-8575
高齡福祉係 TEL 042-378-2111 内線 223

大丸・東長沼・百村の活動の場

種類	名称	場所	主催	対象者	活動日時	活動内容	コメント	
大丸	① 居場所	あさがお	高橋氏宅	地域住民	どなたでも	毎月第2・第4土曜日 10:00~12:00	体操・朗読・手話・クイズ・ウノなど	楽しく活動しています
	② 体操	ハッピー	大丸地区会館	みどりクラブ 大丸長寿会	みどりクラブ 長寿会会員	木曜日(月4回) 10:00~11:30	ボール・セラバンドを使った体操・手足指先を使う脳トレ	毎週先生のご指導のもとに皆さん頑張って出席しております
	③ 体操	大丸さくら会	大丸地区会館	地域住民 & 民生児童委員	どなたでも	毎週水曜日 14:00~15:30	転倒骨折予防体操をはじめ、練功等も取り入れてます	皆で協力して、楽しく笑いのあるグループです
	④ 体操	おおまる会	都営稲城第2アパート 集会室	地域住民	どなたでも 参加費有	毎週月曜日 10:00~12:00	基本予防体操・ラジオ体操・口の運動と声出し	活動をするようになってお仲間が増え情報交換でき、楽しみです
	⑤ 体操	なおみの会	大丸自治会館	地域住民	どなたでも	毎月第1・第3火曜日 10:00~11:30	転倒骨折予防体操 指体操・リズム体操・練功・口の運動・発声	新しい方、お待ちしております
	⑥ 体操	げんき会	都営大丸第2アパート 集会室	団地住人	どなたでも	毎週金曜日 13:00~14:30	椅子に座ってストレッチ体操	とじこもることなく体を動かしお口の体操も楽しみながら健康に思っています
	⑦ 体操	かりんの会	大丸地区会館	地域住民	どなたでも	木曜日 15:00~16:30	転倒骨折基本予防体操他	仲良く楽しく助け合って活動しています
東長沼	① 居場所	中村さんちの茶の間	中村氏宅	地域住民	どなたでも	毎月第2・第4土曜日 13:30~15:00	カフェ	どなたでもご自由にお越しください
	② 居場所	東長沼ふれあい・いきいきサロン	東長沼自治会館	地域住民	どなたでも	毎週金曜日 12:30~16:30	お茶のみ・おしゃべり・健康マージャン・音楽・ゲーム・講演会など	みなでお茶やおしゃべりをしながら、午後のひとときを楽しく過ごしましょう♪
	③ 居場所	ふれあいサロン MMラーク	東長沼自治会館	地域住民	どなたでも	不定期	ストレッチ体操・健康マージャン	みなでお茶やおしゃべりをしながら楽しく過ごしましょう!
	④ 体操	中村さんちの茶の間	中村氏宅	地域住民	どなたでも	毎週火曜・木曜日 13:30~15:00	転倒骨折予防体操・口腔体操など	どなたでもご自由にお越しください
	⑤ 体操	あすなる体操会	東長沼自治会館	地域住民	どなたでも	毎週水曜日 13:30~15:00	転倒骨折予防体操・ラジオ体操第1第2・歌に合わせて体操	高齢になった時の行く場所を作り孤独を防ぎ楽しく体操し健康寿命を延ばす
	⑥ 体操	あおい体操会	東長沼自治会館	地域住民	どなたでも	毎週金曜日 10:00~11:30	転倒骨折予防体操・ラジオ体操第1第2・歌に合わせて体操	健康寿命を延ばすことが目標!友達作りをしながら楽しく体操をしています

種類	名称	場所	主催	対象者	活動日時	活動内容	コメント	
東長沼	⑦ 体操	ストレッチ体操愛好会	第4文化センター	地域住民	どなたでも	毎週火曜 15:00~17:00 毎週金曜 15:00~17:00	転倒骨折予防体操・ラジオ体操・ボール体操・レクリエーションダンス・脳トレ	毎日を健康で楽しく過ごせるよう行っています。男性の参加も大歓迎
	⑧ 体操	やる気の会	そんぼの家S 稲城長沼(食堂)	地域住民	どなたでも	毎週木曜日 14:00~15:00	転倒骨折予防体操・ストレッチ・脳トレなど	令和3年2月、男女半々で立ち上げた会です。1日でも長く充実した日々を過ごせることを目指しています
	① 居場所	ドリーム百村	いなぎ苑さくら庵または稲城市消費生活センター	地域住民	どなたでも	毎月1回	おしゃべり・料理・小物作り・季節のイベント・勉強会等	ご近所の皆さんの楽しい交流の場です。時間内いつでもどうぞ
百村	② 居場所	姫こぶしの会	いなぎ苑さくら庵(状況により百村コミュニティ防災センター)	地域住民	どなたでも	毎月第1・第3土曜日 13:00~16:00	麻雀、ゲーム、脳トレなど	皆さん、脳を使って楽しんでます
	③ 体操	百々の会(もものかい)	百村コミュニティ防災センター	地域住民	どなたでも	毎週木曜日 月3回(第4週は休み) 13:30~15:00	転倒骨折予防体操・ボールやセラバンドで体を動かしています。口腔ケア体操・認知症予防	百村地区の情報交換、笑いの絶えない楽しいグループ
	④ 体操	百村はつらつ会	百村コミュニティ防災センター	民生児童委員	どなたでも	毎週火曜日 13:30~14:30	転倒骨折予防体操・ボールやセラバンドを使いリズム体操・脳トレを行っている	心の健康も大切です。体操を通じてコミュニケーションを図ることが大切!
	⑤ 体操	いきいき体操クラブ	百村コミュニティ防災センター	地域住民	どなたでも	月曜日(月4回) 14:00~15:30	転倒骨折予防体操・呼吸・体幹を意識する事の習慣化。ボールを使って筋ストレッチ・脳トレ・太極拳	和気あいあい!楽しく笑って、気分爽快!! 男性歓迎
	⑥ 体操	百村のびのび会	いなぎ苑さくら庵(状況により百村コミュニティ防災センター)	地域住民	どなたでも	毎週月曜日 10:00~11:30	転倒骨折予防体操、ボールを使って筋トレ・ストレッチ・脳トレ・音に合わせてロコモ体操やラジオ体操	地域の交流や仲間づくりを大切にお料理なども行っています
	⑦ 体操	南山体操会	ペアウエル南山	地域住民	どなたでも	毎週月曜日 14:00~15:30	転倒骨折予防体操 他	新しくできた体操グループです。どなたでもご自由にお越しください
⑧ 体操	パンジー	福祉センター(状況により東長沼自治会館)	地域住民	どなたでも	毎週水曜日 9:30~11:00	ボール・セラバンド・ペットボトル・タオルを使う体操。口腔ケア・脳トレ	皆さん元気で楽しんでます。笑顔でいち・にい・さん!	

お問い合わせ ▶ 地域包括支援センターエレガントもむら TEL 042-379-5500
高齢福祉係 TEL 042-378-2111 内線 223

向陽台・長峰・若葉台の活動の場

種類	名称	場所	主催	対象者	活動日時	活動内容	コメント	
向陽台	① 居場所	だんらん向陽台	リベレ向陽台貸貸集会所	地域住民	どなたでも	毎月第1・第3木曜日 13:30~16:00	ゲーム・体操など集まった人たちが楽しい時間を過ごします	地域で顔見知りになって困ったときに助け合える関係を広げていきたい
	② 居場所	アルポの丘お茶会	アルポの丘アルポの家	マンション住民	マンション住民	毎月第2木曜日 10:00~12:00	マンション内での情報を共有しお互いに交流を深め助け合う	高齢化が進むなか心配な事、困り事など話し合い助け合っていきたい
	③ 居場所	絆の会	みはらしの家A棟パーティールーム	絆の会	マンション住民	奇数月の第2土曜日 14:00~16:00	茶話会を中心にオーディオ鑑賞(随時)芸術祭(11月)	住民の親睦をはかり交流の輪を広げていきたい。若い方、男性の参加大歓迎
	④ 居場所	すまいる向陽台	城山文化センター喫茶陽だまり	支えあいネットワーク向陽台	どなたでも	毎月第2・第4火曜日 15:00~16:30	気軽に立ち寄りお喋りしたりお茶を飲んだり情報交換をしています	楽しい催しもあります。ご都合の良い時にお越しください
	⑤ 居場所	おりひめ	鈴木氏宅	地域住民	どなたでも	毎週水曜日 10:00~12:00	おしゃべりなど楽しく集う場。折り紙、絵本の読み聞かせ、お手玉、手芸など	世代を超えて、どなたでもお気軽にどうぞ!
	⑥ 居場所	セルカ・デふたこぶ	城山文化センター	地域住民	どなたでも	毎月第2金曜日 9:30~12:00	料理教室・おしゃべり・情報交換・手工芸・植物鑑賞会	おしゃべりしながら手を動かし、楽しい時間を作っています
	⑦ 多世代交流	いなぎFFネットワーク	城山文化センター	地域住民	どなたでも	年6回不定期	多世代交流。幼児から高齢者までのお楽しみ(おやつ・ランチ)	幼時から大人までどなたでも参加できるお楽しみ会をやっています
	⑧ 助け合い	すまいるネット	ちょっとした手助けが必要な利用会員宅に伺います	支えあいネットワーク向陽台	利用会員・活動会員登録が必要	相談・問い合わせ：毎月第2・第4火曜日 すまいる向陽台、または月~土曜日 10:00~17:00 地域包括支援センター とうようだい	生活の中で、ちょっとした困りごとを助け合います。利用する方も手助けできる人も会員登録が必要です	まずはご相談ください。「すまいるネットの相談です」と伝えてください
	⑨ 体操	アルポ元気くらぶ	アルポの丘アルポの家	マンション住民	マンション住民	毎月第1・3・4・5木曜日 10:00~11:00	転倒骨折予防体操 他	みんなで仲良く、ワイワイやっています
	⑩ 体操	スマート・アルポ	アルポの丘アルポの家	マンション住民	マンション住民	毎週水曜日 10:30~12:00	転倒骨折予防体操 他	転倒骨折予防体操を通して情報交換と交流を深めています
	⑪ 体操	The!こもれび	みはらしの家集会所	マンション住民	マンション住民	毎週火曜日 10:00~11:00	転倒骨折予防体操 他	みんなで仲良く、健康寿命を延ばす
	⑫ 体操	リベレ咲楽(さくら)	リベレ向陽台貸貸集会所	地域住民	どなたでも	毎週火曜日 10:00~11:00	転倒骨折予防体操 他	みんなで仲良く、健康寿命を延ばす

種類	名称	場所	主催	対象者	活動日時	活動内容	コメント		
向陽台	⑬ 体操	百の会いなぎ	城山文化センター	地域住民	男性	毎週金曜日 9:30~11:00	転倒骨折予防体操・ストレッチ・ラジオ・リズム体操を中心に行っています。ハイキングをすることもあります	90代から60代前半の人もいます。笑顔で百歳まで健康で生き抜こうと励んでいます	
	⑭ 体操	AKホープ	アクアメイト稲城	地域住民	どなたでも	毎週金曜日 15:00~16:30	転倒骨折予防体操 他	どなたでも自由参加できます。一緒に楽しく体操しましょう	
	⑮ 体操	カサブランカ	福祉センター2階会議室	地域住民	どなたでも	毎週火曜日 13:30~15:00	転倒骨折予防体操 他	体操のほか、体をほぐす運動、ストレッチなどを行っています	
	⑯ 体操	城山NWクラブ	城山文化センター	地域住民	どなたでも	毎週火曜日 9:15~11:00	ノルディックウォーキング(NW)を楽しみながら、健康の維持・増進	自分の足でいつまでも元気で歩き続けることを目指しています	
	⑰ 体操	稲城太極拳クラブ・向陽台	城山体験学習館	地域住民	どなたでも	毎月第1・第3土曜日 10:00~12:00	太極拳や練功十八法などの軽い体操	50代~80代以上の男女問わず講師のもと活動しています	
	⑱ 体操	ふれあい健康体操会	ファインヒル向陽台自治会集会所	地域住民	3丁目、5丁目住民	毎週月曜日 14:00~15:30	転倒骨折予防体操 他	ご近所の親睦を大切にしながら体操に取り組んでいます	
	長峰	① 居場所	長峰西地区サロン会	長峰西地区自治会館	長峰西地区自治会	長峰西地区住民	毎月第2木曜日 14:00~16:00	ヨガ	若い方の参加も歓迎!
		② 居場所	すずらん	長峰社の三番街集会所	地域住民	どなたでも	土曜日か日曜日(月4~5日) 13:00~18:00	地域交流・初心者向け麻雀	80~90歳の男女が頑張っています。指と脳を使い、認知症予防、老化防止しています
③ 居場所		五番街倶楽部	長峰社の五番街集会所	地域住民	どなたでも	最終水曜日 10:00~12:00	談話・朗読 野草観察(スライド上映)など	男性の方が大歓迎。皆さんと色々なことで語り合しましょう	
④ 居場所		いきいき歌声広場	長峰オアシス	地域住民	どなたでも	毎月第1日曜日 10:30~12:00	生演奏で童謡歌謡曲を歌う	皆で大きな声で歌い、肺の運動にもなっています	
⑤ 居場所		三番街麻雀クラブ	長峰社の三番街集会所	地域住民	どなたでも	月2回	経験者向け麻雀	頭の体操で、コミュニケーションと気力!体力!脳の活性化!	
⑥ 居場所		囲碁の会	長峰社の三番街集会所	地域住民	どなたでも	毎月第3火曜日 13:00~18:00	囲碁	頭の体操で、コミュニケーションと気力!体力!脳の活性化!	
⑦ 調理実習		クックスマイル	稲城市消費生活センター講座室 パルシステム3階	長峰近辺の地域住民	概ね60歳以上	毎月第3木曜日 10:00~14:00	健康増進と地域の居場所作りの調理実習	主に地元の野菜を用いてココロとカラダにやさしい料理を楽しく作ります	

お問い合わせ ▶ 地域包括支援センター とうようだい TEL 042-370-0040
 高齢福祉係 TEL 042-378-2111 内線 223

ふれあいセンター

「ずっと稲城で暮らしたい…」、ふれあいセンターは、こんな願いを地域で支えることを目的として設置された、地域の方々が運営する「小地域福祉活動」の拠点です。

ふれあいセンターは、地域にお住まいのお子さんからご高齢の方まで、どなたでも気軽に立ち寄ることができる「地域の縁側」を目指して、ボランティアの方々と共に、その地域性を活かしながらさまざまな取り組みをしています。

誰もが気軽に顔を出して、お茶を飲みながらおしゃべりをしたり、趣味を楽しんだりするふれあいの場です。利用にあたっては登録の手続きなど、必要はありません。利用料もかかりません。ぜひ、遊びに来てください。

お問い合わせ ▶ 稲城市社会福祉協議会 地域福祉係 TEL 042-378-3800

種類	名称	場所	主催	対象者	活動日時	活動内容	コメント	
長峰	⑧ 体操	長峰あんず	長峰オアシス	地域住民	概ね60歳以上	毎週月曜・水曜日 10:30~11:30	椅子に座っての転倒骨折予防体操。講師の動画を用いて筋肉トレーニング・脳トレ	時折練功・音楽療法も行っています。 男性大歓迎
	⑨ 体操	ながみね会	コミュニティ防災センター	地域住民	どなたでも	毎週金曜日 10:00~11:30	転倒骨折予防体操 他	稲城市長峰地区を我が故郷と思う人達の集まりです。 ご自由にご参加下さい
	⑩ ラジオ体操	ながみねラジオ体操	稲城市中央公園パークヒル入口近辺	地域住民	どなたでも	土・日・祝日・雨天を除いて毎日 7:00~7:15	朝一番軽快な音楽に合わせて体操し一日のリズムをつくります	沢山のひとと一緒に運動することで一人では味わえない楽しさがあります
若葉台	① 居場所	ワーズワースふれあいサロン	ワーズワースシアタールーム	民生児童委員	マンション住民	毎月最終木曜日 13:00~15:00	楽しくおしゃべりが中心です。たまには、コーラス・麻雀・カラオケなど	マンション内で知り合いが増え、楽しく過ごしています。 皆さんも如何ですか？
	② 居場所	青老会	ファインストーリー自治会室	地域住民	マンション住民 他	毎週木曜日 14:00~15:30	俳句や歴史、健康増進など気になる話題を提供したり、歌をうたいながら楽しくおしゃべりしています	言いたい放題！やりたい放題楽しくやっています。青老会の歌ができました
	③ 多世代交流	ハートハウスサロン	もみの木保育園若葉台内ハートハウス	地域住民	どなたでも	毎月第2・第4火曜日 10:00~12:00	レクリエーションをしながら、楽しくおしゃべりできる多世代サロンです	一緒に世代を超えた交流をしませんか？ 老若男女問わず利用できます
	④ 体操	ゆうわ会	ファインストーリーコミュニティルーム	みどりクラブ ゆうわ会	若葉台2丁目またはゆうわ会会員	毎月第2木曜日 13:00~14:00 第4月曜日 10:00~11:00	リトミック（声を出したり楽器を使用し普段使わない部分を動かす）・棒体操・輪投げ等	沢山の方の参加をお待ちしています。毎回ワイワイガヤガヤ楽しく活動中
	⑤ 体操	みどりクラブ若葉台社の会	ワルツの社コミュニティホール	社の会	ワルツの社自治会員	毎月第1・第3・第4土曜日	ラジオ体操・ストレッチ体操・棒体操および日々の会話を通して健康増進と老化防止を目指しています	ワルツ在住で興味をもたれた方の気軽な参加をお待ちしております
	⑥ 体操	双葉会	若葉台自治会集会所	地域住民	どなたでも	毎週木曜日 10:00~12:00	転倒骨折予防体操（ストレッチ・リズム体操・筋力トレーニング等）	日常生活の中で起こり得る転倒や骨折の予防を目的とした簡単な体操です
	⑦ 体操	フレッシュ若葉	蒼の区自治会館	地域住民	概ね60歳以上	火曜日 10:00~11:30	転倒骨折予防体操 他	若葉台1丁目住民の方をお待ちしています
	⑧ 体操	よつば会	ビューコート集会所	地域住民	どなたでも	水曜日 10:00~11:30	転倒骨折予防体操 他	ご近所同士、体操を通して健康を目指しましょう
	⑨ 体操	若葉台たんぽぽグループ	若葉台パークヒルズ管理事務所会議室	地域住民	どなたでも	金曜日 10:00~12:00	転倒骨折予防体操 他	ゆっくりとした体操を中心に、歌をうたったり、楽しく歓談しています
	⑩ ラジオ体操	若葉台自治会若葉会	若葉台公園展望広場	地域住民	どなたでも	平日 朝 7:00~ (夏季は6:00~)	ラジオ体操及び太極拳	どなたでも参加自由！いつでもご参加ください

ふれあいセンター平尾 TEL 042-331-5143
(平尾3-1-1-35-102 喫茶ポーポーの木)
開館日 月・水・金 (午前10時~午後3時)

平尾中央通り
平尾近隣公園
平尾外周通り
平尾小学校
平尾出張所
喫茶ポーポーの木
ふれあいセンター平尾

ふれあいセンター坂浜 TEL 042-331-4501
(坂浜2996-2 稲城老人会館内)
開館日 月・水・金 (午前10時~午後3時)

稲城老人会館
宝蔵院
鶴川街道
坂浜駐在所
ふれあいセンター坂浜

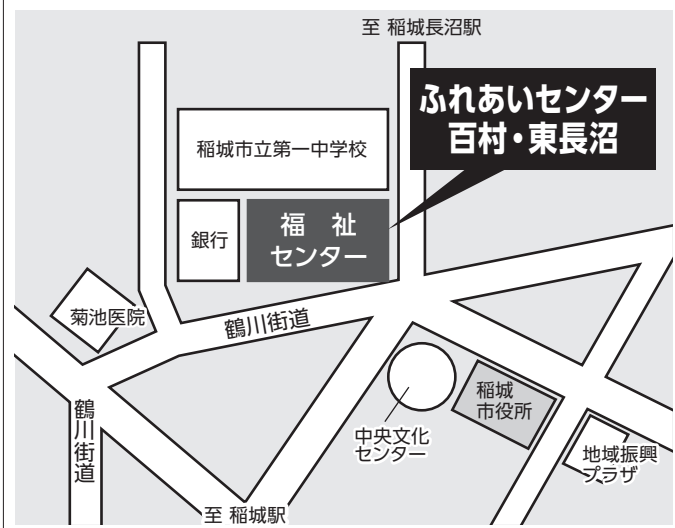
ふれあいセンター押立 TEL 042-378-4682
(押立410-3 ジョイハウスたまがわ集会所)
開館日 月・水・金 (午前10時~午後3時)

多摩川
稲城大橋
アカシア通り
梨花幼稚園
ジョイハウスたまがわ
押立自治会館
ふれあいセンター押立

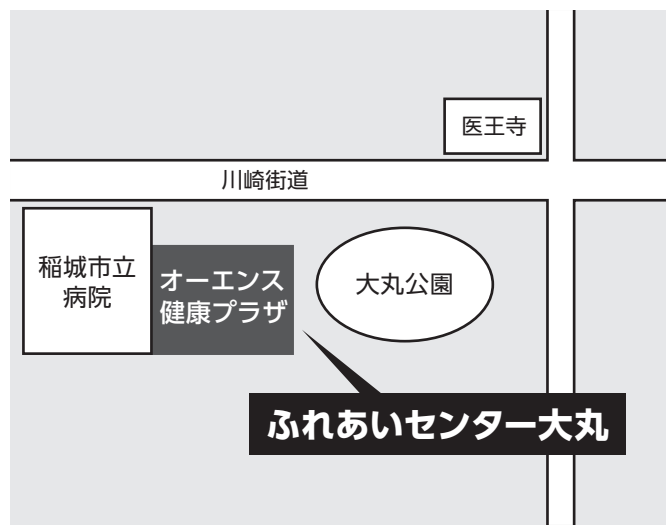
ふれあいセンター矢野口 TEL 042-379-7730
(矢野口1603 矢野口自治会館内)
開館日 月・水・金 (午前10時~午後3時)

矢野口自治会館
南多摩尾根幹線
三沢川
矢野口駅方面
ランド通り
ふれあいセンター矢野口

ふれあいセンター百村・東長沼 TEL 042-378-6320
(百村7 福祉センター内)
開館日 月・水・金 (午前10時～午後3時)



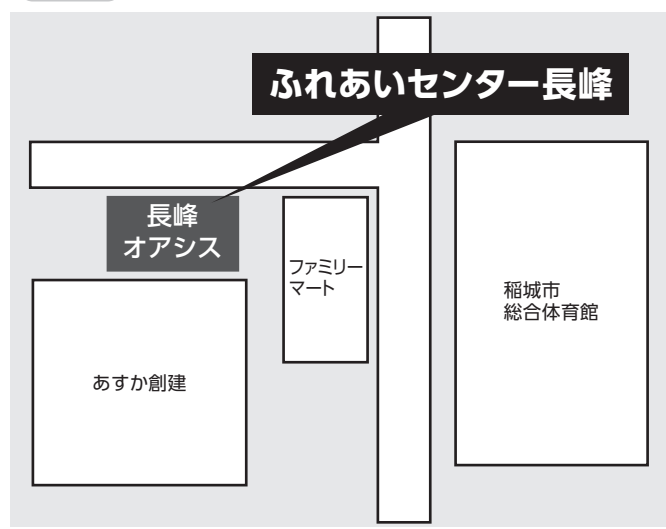
ふれあいセンター大丸 TEL 042-370-2284
(大丸1171 オーエンス健康プラザ内)
開館日 月・木・金 (午前10時～午後3時)



ふれあいセンター向陽台 TEL 042-319-2410
(向陽台3-2 向陽台小学校内)
開館日 月・水・金 (午前10時～午後3時)



ふれあいセンター長峰 TEL 042-331-5555
(長峰2-1-1 長峰オアシス内)
開館日 月・水・金 (午前10時～午後3時)



稲城老人会館

稲城の地域の高齢者に使っていただける会館です。

利用時間 月・水・金 (午前10時～午後3時) 空きがあれば可。ただし年末年始は休館します。
利用内容によっては、高齢者は利用が無料となる場合があります。

お問い合わせ ▶ ふれあいセンター坂浜 TEL 042-331-4501

仕事と生きがい

シルバー人材センター

皆さんの経験や知識を活かし、自己の能力を地域の中に活かしていきます。

利用できる方 おおむね60歳以上の健康で働く意欲のある方

内容 個人の希望や能力に応じた就業の機会を提供します。

お問い合わせ ▶ 公益財団法人 稲城市シルバー人材センター TEL 042-377-2212
稲城市東長沼2112番地の1 地域振興プラザ3階

みどりクラブ (老人クラブ)

みどりクラブは、おおむね60歳以上の方が、「友達がほしい!」「いろいろなことにチャレンジしたい!」「生涯健康!」などの思いで集まっているグループです。

市内の各地域に12のクラブがあります(下表参照)。

各クラブでは、友愛活動、カラオケや民謡、手芸などの趣味活動、レクダンス、グラウンドゴルフ、スナッグゴルフなどの軽スポーツ活動に取り組んでいます。

入会を希望する方は、お気軽にお申し込みください。

居住する地域のクラブの代表者に電話で直接お申し込みください。

利用できる方 おおむね60歳以上の方

お問い合わせ ▶ 高齢福祉係 TEL 042-378-2111 内線 222・223

下記の各みどりクラブ代表者まで

地区名	クラブ名	代表者	連絡先
矢野口北部	みどりクラブ矢野口第一寿会	宮崎博申	042-377-0255
矢野口南部	みどりクラブ矢野口第二寿会	小澤忠義	042-377-4616
東長沼	東長沼みどり常春会	須藤静子	042-378-1795
大丸	みどりクラブ大丸長寿会	松永健	090-5558-9109
大丸・都営団地	稲城団地みどりクラブ福寿会	井上秀雄	090-8511-5964
押立	みどりクラブ押立高砂会	上原栄子	042-377-4976
坂浜・若葉台	みどりクラブ坂浜常盤会	伊藤淳	042-331-5950
平尾	みどりクラブ平尾あゆみ会	小西賢人	090-1678-4550
平尾宅地分譲・平尾住宅	みどりクラブ平尾むつみ会	山本元子	042-331-7005
向陽台・百村・長峰・若葉台	みどりクラブ向寿会	中川利昭	070-2838-3521
若葉台(ワルツの杜)	みどりクラブ若葉台社の会	堀尾隆	090-8567-8108
若葉台(ファインストーリーA)	みどりクラブゆうわ会	當野彰	042-350-0184

東京しごとセンター（シニアコーナー）

職業経験や経歴、ご希望に応じた仕事探しのアドバイスをする就業相談を行っております。また、ハローワーク飯田橋との連携により、年齢に合わせたきめこまやかな相談で、求人活動をサポートします。

利用できる方 おおむね55歳以上の方を対象に、希望に応じた就業相談を実施

利用時間 月曜～金曜 午前9時～午後8時
土曜 午前9時～午後5時
(日曜祝日・年末年始はお休みです)

ホームページ <https://www.tokyoshigoto.jp/>
<https://www.shigotozaidan.or.jp/>

お問い合わせ ▶ 総合相談 TEL 03-5211-1571
シニアコーナー TEL 03-5211-2335
千代田区飯田橋3-10-3 東京しごとセンター8階

高齢者表彰記念品

長寿をお祝いして、市より対象者へ記念品をお贈りします。対象者は、9月15日現在、最高齢の方、100歳の方及び88歳の方です。9月中旬以降にお届けします。

お問い合わせ ▶ 高齢福祉係 TEL 042-378-2111 内線 222・223

介護支援ボランティア

高齢者が介護支援ボランティア活動を通じて地域貢献することを奨励・支援し、社会参加活動を通じた介護予防を推進するための制度です。活動実績に応じて評価ポイントを付与し、ボランティアの申出により、評価ポイントを転換し、年間最大5,000円を交付しています。

利用できる方 稲城市の介護保険第1号被保険者
(市内在住の65歳以上の者で、市に介護保険料を納めている方)

内容 レクリエーション等の参加支援、配膳・下膳などの補助、喫茶などの運営補助等

場所 市の指定する受入機関（介護施設、ふれあいセンター等）

その他 活動を始める方は、稲城市社会福祉協議会 ボランティアセンターで登録してください。また、活動にあたり、ボランティア保険にご加入ください（年間300円）。

お問い合わせ ▶ 稲城市社会福祉協議会 地域福祉係 TEL 042-378-3800
高齢福祉係 TEL 042-378-2111 内線 222・223

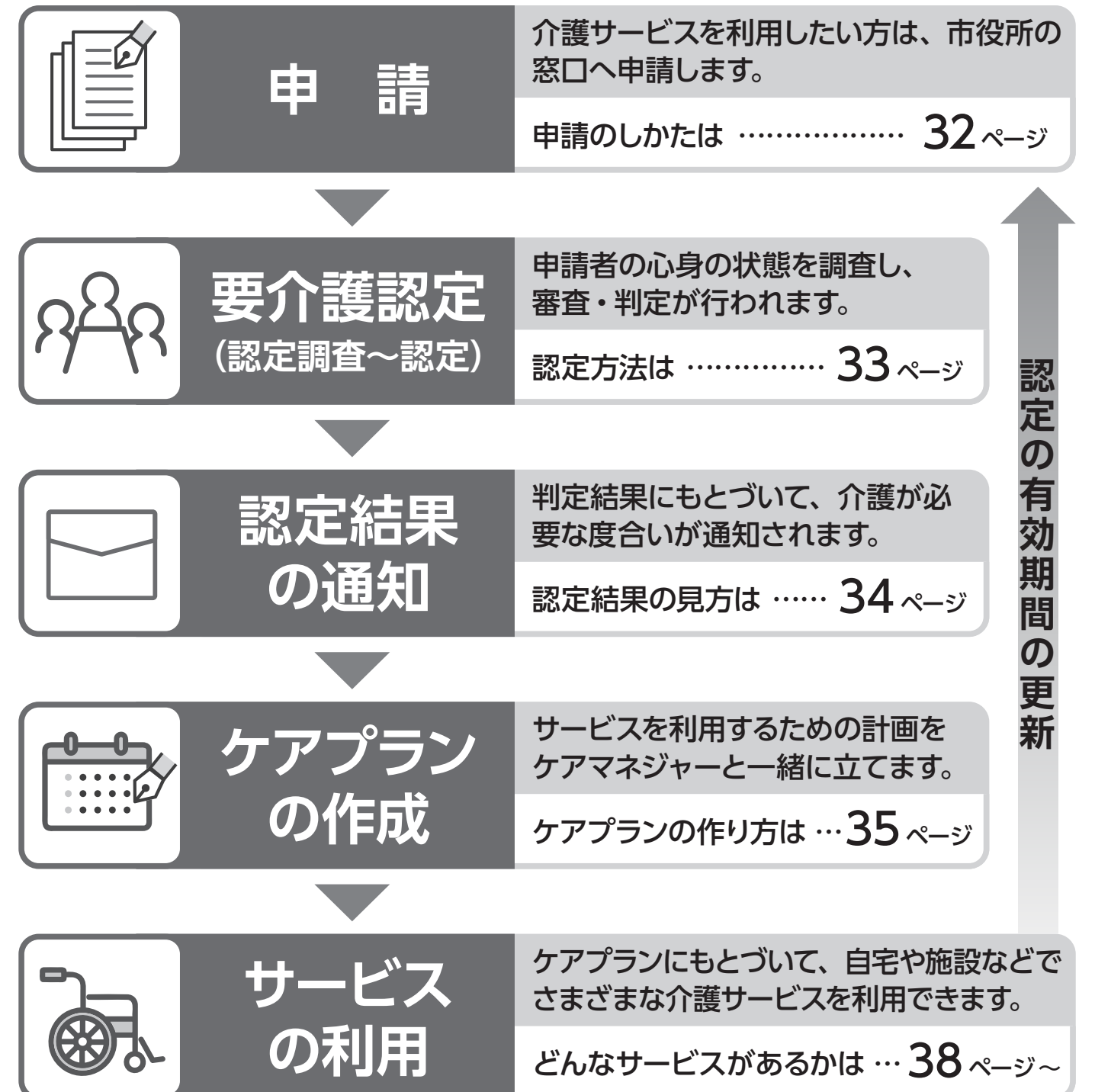
介護サービスの利用には申請が必要です*

介護サービスを利用するには、まず申請をして、要介護認定を受けます。その認定結果をもとに、どのようなサービスを利用するかケアプランを立てて、介護サービスを利用していきます。



介護保険は、医療保険のように保険証を見せるだけでは利用することはできないのでご注意ください。

利用までのおおまかな流れ





申請

市役所の介護保険担当窓口で申請します。
申請する方は、本人のほか家族などでも可能です。



65歳以上の方



申請に必要なもの

- 要介護・要支援認定申請書
(市役所・出張所の窓口にあります)
- 介護保険証

医療保険に加入している 40～64歳の方



申請に必要なもの

- 要介護・要支援認定申請書
(市役所・出張所の窓口にあります)
- 加入している医療保険の保険証

申請書には主治医を記入する欄があります。

あらかじめ主治医の氏名・病院名・連絡先などを確認しておきましょう。

主治医がいない場合は、新たに医療機関を受診して主治医となる医師を決めてください。

市からの依頼により主治医が心身の状態について意見書を作成します。

主治医ってどんな人？

かかりつけ医など、本人の心身の状態をよく知る医師のことです。
また、介護が必要な状態になる要因となった病気等の治療をしている医師などのことをいいます。



市役所2階(4番窓口)の 介護保険担当窓口へ申請

知っておきたい

介護保険 Q&A

Q 自分や家族で申請
できない場合は？

A 申請の代行をしてもらうことができます。

地域包括支援センターや法令で定められた居宅介護支援事業所、または介護保険施設などへご相談ください。

居宅介護支援事業者ってなに？

ケアマネジャーを配置して、サービス提供事業者との連絡や調整を行う、市区町村の指定を受けた事業者です。

ケアマネジャーってどんな人？… 36ページ



要介護認定

認定調査が行われ、その結果などをもとに介護が必要かどうかを判断するための審査・判定が行われます。

認定調査

認定調査員が自宅を訪問し、全国共通の調査票をもとに本人や家族等から聞き取り調査を行います。



一次判定

調査票の結果と主治医の意見書をコンピューターに入力して一次判定を行います。



二次判定

一次判定の結果や主治医の意見書などをもとに介護認定審査会が総合的に審査・判定します。



訪問調査では
このようなことを聞かれます

■ **本人の能力に関すること**
麻痺・拘縮の有無
寝返り・起き上がり・立ち上がり・
座位保持・両足や片足の立位・歩行
視力・聴力・えん下

■ **介助の方法に関すること**
移乗・移動
食事摂取・排泄・つめ切り
洗身・洗顔・整髪・更衣
薬の内服・金銭管理
買い物・簡単な調理

■ **認知機能に関すること**
意思伝達 名前・生年月日
短期記憶 季節・場所

■ **精神行動障害に関すること**
感情が不安定
昼夜逆転
徘徊・収集癖 等

74項目

知っておきたい

介護保険 Q&A

Q 適切な認定結果が出るかどうか心配です。

A 調査の際は、自分の状態を正しく伝えましょう。

要介護認定では、訪問調査の結果が重要な判定基準になります。意識して普段と違う振る舞いをしてしまうと、適切な認定結果を得られない場合があります。調査を受けるときは、ありのままの状態を調査員に見てもらったことが大切です。



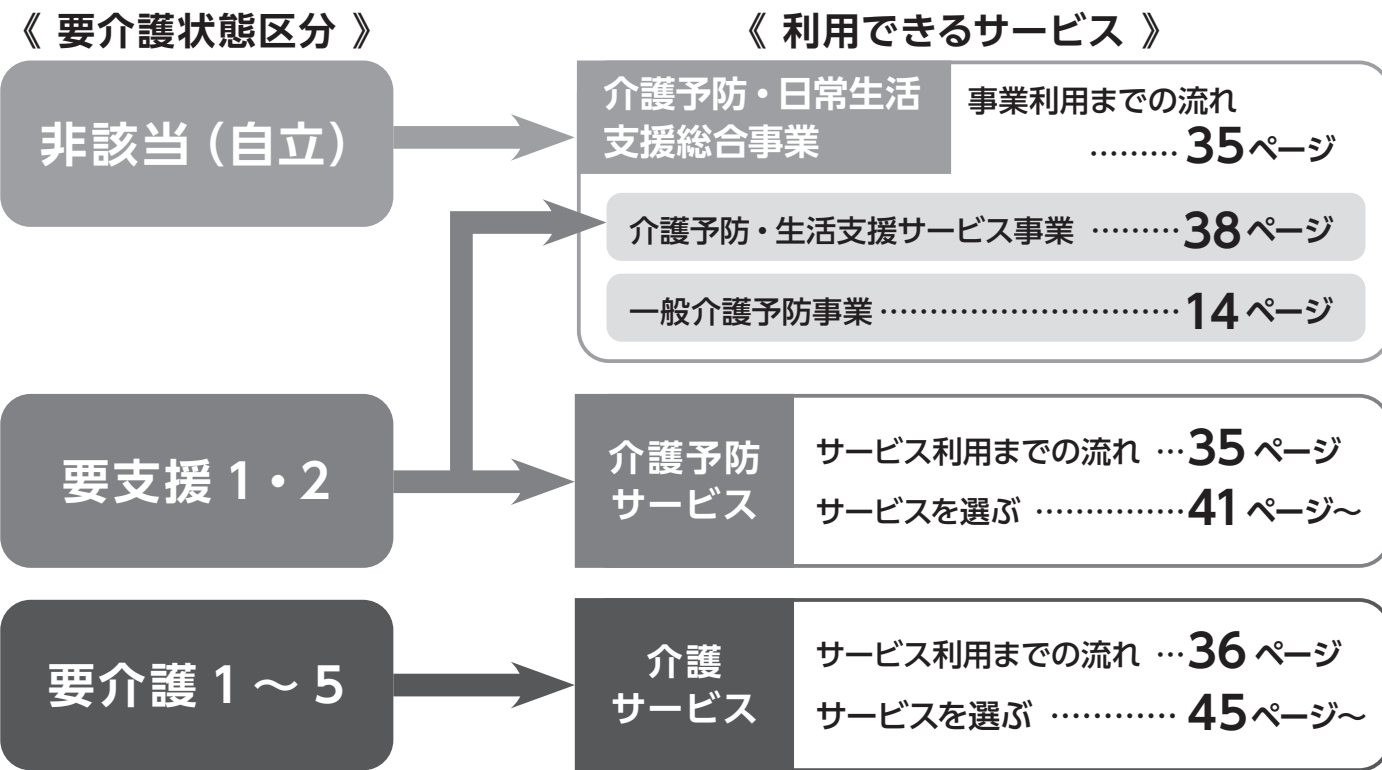


認定結果の通知

原則として、申請から30日以内に、認定結果通知書と介護保険被保険者証が届きます。

！ 確認しましょう ✓

- 要介護状態区分**
認定区分により利用できるサービスが異なります。
- 支給限度額**
認定区分ごとの利用限度額です。
- 認定の有効期間**
認定には有効期間がありますのでご確認ください。
- 介護認定審査会の意見** など



認定結果に関することは、ケアマネジャーや市の介護保険担当窓口にご相談ください。

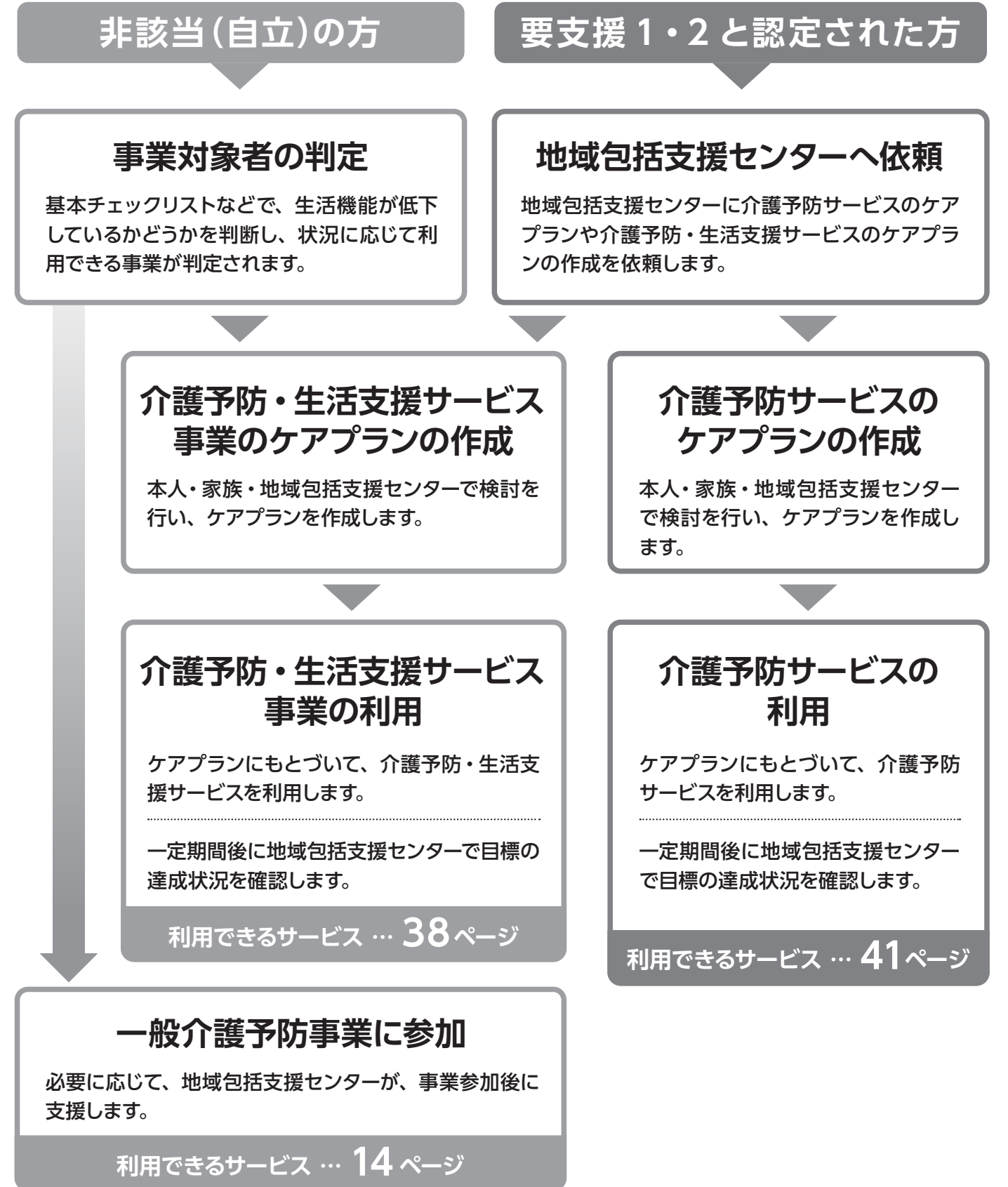
転入・転出、住所変更の届け出 稲城市役所 介護認定係 2階 ④番窓口です

こんなとき	要介護認定	手続き(介護保険担当窓口)
他市区町村から転入したとき	なし	なし
	あり	被保険者証を発行している市区町村が発行した受給資格証明書と健康保険証を提示(40~64歳の方は写しを提出)してください。
他市区町村へ転出するとき	なし	介護保険被保険者証を市へお返しください。
	あり	介護保険被保険者証と負担割合証を市へお返しください。受給資格証明書を発行しますので、転出先の市区町村の役所に提出してください。



ケアプランを作成し、サービスを利用します

居宅介護支援事業所、サービス提供事業者や介護保険施設と契約したり、ケアマネジャーに依頼して作成したケアプランにもとづいてサービスを利用します。



ケアマネジャーってどんな人？

本人に適したケアプランの作成や施設選びなどを行う幅広い介護知識を持った専門家です。ケアマネジャーは居宅介護支援事業所や地域包括支援センター等に所属しています。
なおケアプランは、自分で作成することもできます。

自分の意思を伝えて、必要なサービスを上手に利用しましょう

ケアプランの主役は本人や家族です。どのように暮らしたいか、自分で何が出来るかを積極的に伝えて、自分にとって本当に必要なサービスを利用しましょう。

要介護 1～5 と認定された方

利用するサービスを選ぶ

在宅サービス
(地域密着型サービスも含む)



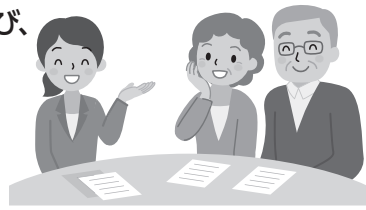
施設サービス

居宅介護支援事業所と契約

居宅介護支援事業所と契約して、ケアプランの作成を依頼します。

介護保険施設と契約

希望する施設を選び、直接契約します。



ケアプランの作成

ケアマネジャーが本人・家族、サービス提供事業者と検討を重ね、ケアプランを作成します。



ケアプランの作成

施設のケアマネジャーが本人に適したケアプランを作成します。



在宅サービスの利用

サービス提供事業者と契約し、ケアプランにもとづいて在宅サービスを利用します。

利用できるサービス ... 45 ページ～

施設サービスの利用

ケアプランにもとづいて、施設サービスを利用します。

利用できるサービス ... 50 ページ

市内のケアマネジャーがいる事業所一覧

- ケアマネジャーが所属する事業所を居宅介護支援事業所といいます。
- ケアマネジャーが利用者、家族と一緒にケアプランを立ててからサービス開始となります。
ケアプランにないサービスは介護サービスの対象になりません。

居宅介護支援事業者名	所在地	電話番号
ひらお苑ケアマネジメント相談センター	平尾	042-331-6088
やさしい手平尾居宅介護支援事業所	平尾	042-350-5834
ケアプランセンターあいクリニック平尾	平尾	042-318-1826
居宅介護支援センター やのくち正吉苑	矢野口	042-370-2202
ケアセンターあんさんぶる稲城	大丸	042-401-5923
SOMPO ケア 稲城長沼 居宅介護支援	東長沼	042-370-0653
介護支援センターいなぎ (稲城柔道接骨師会)	東長沼	042-370-0977
稲城居宅介護支援事業所ほほえみ	東長沼	042-377-8826
稲城わかばケアプランセンター	東長沼	042-401-5310
いなぎ苑介護支援サービスセンター	百村	042-379-5500
有りの実居宅介護支援事業所	百村	042-378-2244
ケアプランささえ	百村	042-315-5517
ポーポーの木居宅介護支援センター	向陽台	042-379-3372
アースサポート稲城	向陽台	042-378-6900
介護支援センター ゆい若葉台	若葉台	042-331-6601

○ここに掲載されていない居宅介護支援事業者でも、指定を受けた事業者であればケアプランの作成を依頼できます。

介護予防・日常生活支援総合事業



介護予防・日常生活支援総合事業（以下「総合事業」といいます）は、65歳以上のすべての方を対象に稲城市が中心となって、介護サービス事業所やNPO、ボランティア、市民などのさまざまな立場の方によって実施される介護予防事業です。
要介護認定を受けていなくても、その方の状態や希望に合わせた多様で幅広いサービスを受けることができ、短期集中で機能訓練を行う通所型サービスCや管理栄養士による栄養改善を目的とした訪問型サービスCについては、自己負担なしで提供しています。

■ 要支援1・2、事業対象者の方へのサービス

【ケアプランを立てる】

介護予防ケアマネジメント

地域包括支援センターの職員などが、介護予防・生活支援サービス事業の利用について、ケアプランの作成などを行います。

●費用のめやす
自己負担はありません

【介護予防・生活支援サービス事業】

訪問型サービスA・C

- サービスA 利用者が自力で行うことが困難で、かつ同居家族の支援や地域の支援サービスなどが受けられない場合に、ホームヘルパーによる日常生活に関するサービスを提供するものです。
- サービスC 管理栄養士がご自宅を訪問し、食事・栄養について支援します。



【費用のめやす(1割負担の場合)(サービスA 1回につき)】

	自己負担分	サービス費用
事業対象者 要支援1 / 要支援2	272円 ~ 293円	2,729円 ~ 2,939円

※サービスCの自己負担はありません。

通所型サービスA・C

通所介護施設等で生活機能向上のための支援を行うほか、その人の状態に合わせた予防的サービス（運動機能向上、栄養改善、口腔機能向上、閉じこもり予防・支援、認知症予防・支援など）を提供するものです。

【費用のめやす(1割負担の場合)(サービスA 1回につき)(送迎あり半日の場合)】

	自己負担分	サービス費用
事業対象者 要支援1 / 要支援2	387円 ~ 398円	3,876円 ~ 3,983円

※サービスCの自己負担はありません。



介護サービスの種類



介護保険で利用できるサービスには、「自宅で利用する」「通い・泊まりで利用する」「施設に入所する」など、利用者の状況に合わせたさまざまなサービスがあります。
在宅で利用するサービスでは、利用者の希望に合わせ、組み合わせて利用できます。

◆ 要支援1・2の方へのサービス

■ 要介護1～5の方へのサービス

ケアプランを立てる

- ◆ 介護予防支援 41
- 居宅介護支援 45

自宅でサービスを受ける

- ◆ 介護予防訪問入浴介護 41
- ◆ 介護予防訪問リハビリテーション 41
- ◆ 介護予防訪問看護 41
- ◆ 介護予防居宅療養管理指導 41
- 訪問介護 45
- 訪問入浴介護 45
- 訪問リハビリテーション 45
- 訪問看護 46
- 居宅療養管理指導 46

施設に通い・泊まりでサービスを受ける

- ◆ 介護予防通所リハビリテーション 42
- ◆ 介護予防短期入所生活介護 42
- ◆ 介護予防短期入所療養介護 42
- 通所介護 46
- 通所リハビリテーション 46
- 短期入所生活介護 47
- 短期入所療養介護 47

有料老人ホームに入居しながらサービスを受ける

- ◆ 介護予防特定施設入居者生活介護 43
- 特定施設入居者生活介護 47

◆ 要支援 1・2 の方へのサービス

■ 要介護 1～5 の方へのサービス

生活環境を整える

- ◆ 介護予防福祉用具貸与 ……………43 ■ 福祉用具貸与 ……………47
- ◆ 特定介護予防福祉用具購入 ……………43 ■ 特定福祉用具購入 ……………48
- ◆ 介護予防住宅改修費の支給 ……………44 ■ 住宅改修費の支給 ……………48

地域密着型サービスを受ける

- ◆ 介護予防認知症対応型通所介護 ……………44 ■ 認知症対応型通所介護 ……………48
- ◆ 介護予防認知症対応型共同生活介護 ……………44 ■ 認知症対応型共同生活介護 ……………48
- ◆ 介護予防小規模多機能型居宅介護 ……………44 ■ 小規模多機能型居宅介護 ……………49
- ◆ 介護予防小規模多機能型居宅介護 ……………44 ■ 夜間対応型訪問介護 ……………49
- ◆ 介護予防小規模多機能型居宅介護 ……………44 ■ 地域密着型特定施設入居者生活介護 ……………49
- ◆ 介護予防小規模多機能型居宅介護 ……………44 ■ 地域密着型介護老人福祉施設入所者生活介護 ……………49
- ◆ 介護予防小規模多機能型居宅介護 ……………44 ■ 定期巡回・随時対応型訪問介護看護 ……………49
- ◆ 介護予防小規模多機能型居宅介護 ……………44 ■ 看護小規模多機能型居宅介護 ……………49
- ◆ 介護予防小規模多機能型居宅介護 ……………44 ■ 地域密着型通所介護 ……………50

介護保険施設に入所する

- 介護老人福祉施設 ……………50
- 介護療養型医療施設 ……………50
- 介護老人保健施設 ……………50
- 介護医療院 ……………50

要支援 1・2 の方へのサービス

介護予防サービスの種類

【ケアプランを立てる】

介護予防支援

地域包括支援センターの職員などが介護予防ケアプランの作成などを行います。

●費用のめやす
自己負担はありません

【自宅でサービスを受ける】

介護予防訪問入浴介護

自宅に浴室がないなどの場合に限り、浴槽を積んだ入浴車などが訪問して、介護予防を目的とした入浴の介助などを行います。

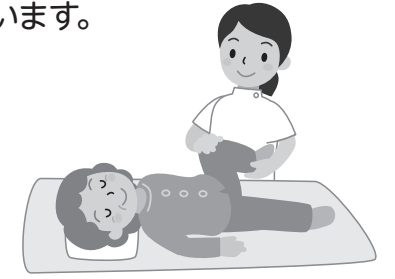


【費用のめやす(1割負担の場合)】

	自己負担分	サービス費用
1回につき	852円	8,520円

介護予防訪問リハビリテーション

リハビリの専門職が自宅を訪問して、介護予防を目的としたリハビリテーションなどを行います。



【費用のめやす(1割負担の場合)】

	自己負担分	サービス費用
1回につき	307円	3,070円

介護予防訪問看護

看護師などが自宅を訪問して、介護予防を目的とした療養上の世話または必要な診療の補助を行います。



【費用のめやす(1割負担の場合)(30分～1時間未満)】

	自己負担分	サービス費用
病院・診療所の場合	552円	5,520円
指定介護予防訪問看護ステーションの場合	792円	7,920円

介護予防居宅療養管理指導

医師、歯科医師、薬剤師などが自宅を訪問して、介護予防を目的とした療養上の管理や指導を行います。



【費用のめやす(1割負担の場合)】

	自己負担分	サービス費用
医師・歯科医師などによる指導	298円～514円	2,980円～5,140円

【施設に通い・泊まりでサービスを受ける】

介護予防通所リハビリテーション (デイケア)

医療機関や介護老人保健施設などに通い、日帰りでリハビリテーションなどを受けます。

追加サービスとして、

- 筋力向上
 - 栄養改善
 - 口腔機能の向上
- を受けることもできます。
(別料金となります)



【費用のめやす(1割負担の場合)(1ヵ月につき)】

	自己負担分	サービス費用
要支援 1	2,053 円	20,530 円
要支援 2	3,999 円	39,990 円

※送迎の費用は含まれます。
※食費は別途自己負担となります。

介護予防短期入所生活介護 (ショートステイ) 介護予防短期入所療養介護 (医療型ショートステイ)

短期間、介護老人保健施設などに入所して、介護予防を目的とした日常生活上の介護やリハビリテーションを受けます。

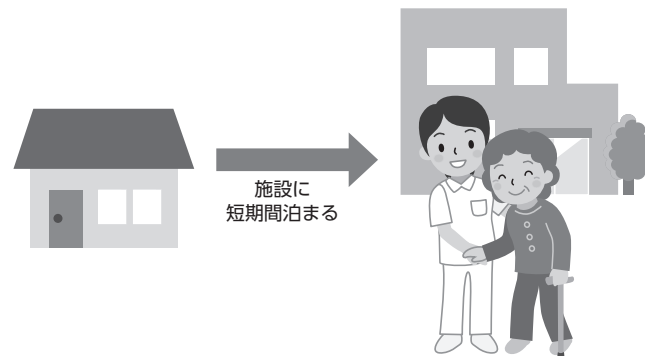
※福祉施設で日常生活上の介護を受ける「生活介護」と、医療系の施設で医療上のケアを含む介護を受ける「療養介護」があります。

介護予防短期入所生活介護の場合

【費用のめやす(1割負担の場合)(1日につき)】

	自己負担分	サービス費用
要支援 1・2	446 円～ 674 円	4,460 円～ 6,740 円

※費用は施設の種類によって異なります。
※食費・滞在費は別途自己負担となります。
※連続した利用日数は 30 日までとなります。

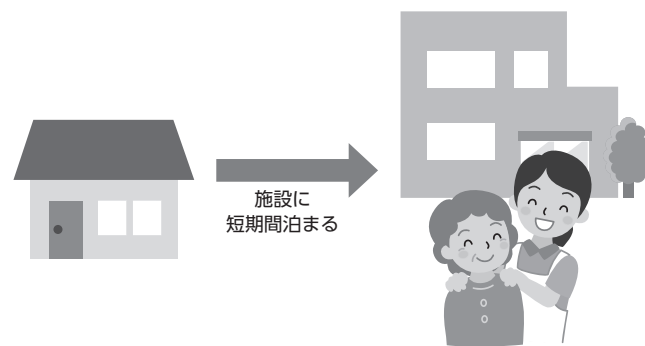


介護予防短期入所療養介護の場合

【費用のめやす(1割負担の場合)(1日につき)】

	自己負担分	サービス費用
要支援 1・2	564 円～ 828 円	5,640 円～ 8,280 円

※費用は施設の種類によって異なります。
※食費・滞在費は別途自己負担となります。
※連続した利用日数は 30 日までとなります。



【有料老人ホームに入居しながらサービスを受ける】

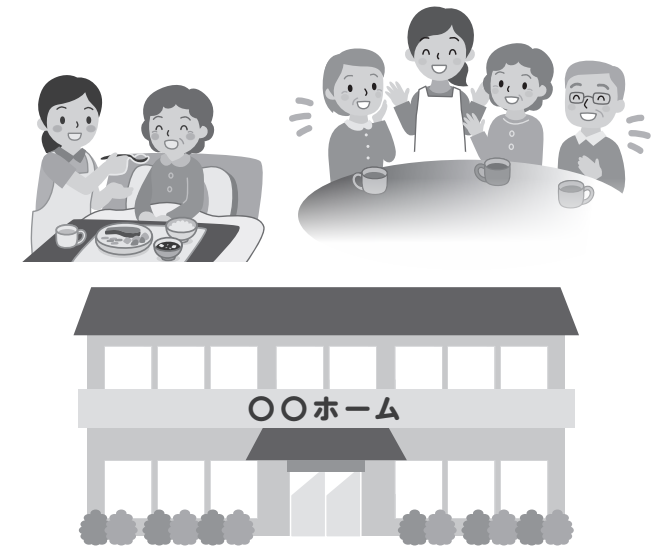
介護予防特定施設 入居者生活介護

有料老人ホームなどの特定施設に入居している方が、介護予防を目的とした入浴、排せつ、食事などの介護や機能訓練及び療養上の世話を受けます。

【費用のめやす(1割負担の場合)(1ヵ月につき)】

	自己負担分	サービス費用
要支援 1	182 円	1,820 円
要支援 2	311 円	3,110 円

※居住費・食費は別途自己負担となります。



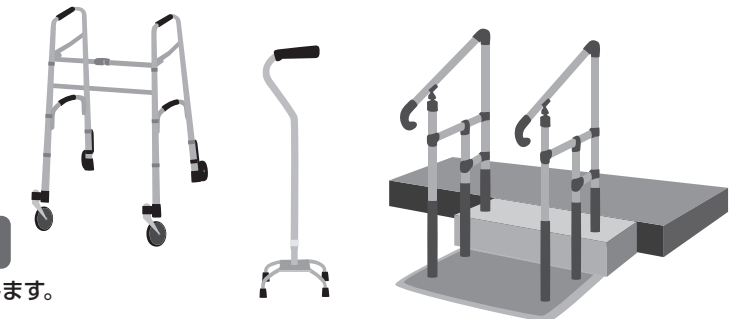
【生活環境を整える】

介護予防福祉用具貸与

歩行器、歩行補助つえなどの介護予防に役立つ福祉用具を借りることができます。

- 手すり (取り付け工事不要のもの)
- 歩行補助つえ
- スロープ (取り付け工事不要のもの)
- 歩行器 など

※上記以外にも必要と認められるものについては、借りることができます。



【費用と限度額について】

費用の一部負担で借りられます

月々の「介護予防サービス」支給限度額の範囲内で利用します。
※貸出料は用具の種類や事業所によって異なります。

特定介護予防 福祉用具購入

排せつや入浴など貸与になじまない福祉用具の中で、介護予防に役立つ福祉用具を購入できます。

【費用と限度額について】

費用の一部負担で購入できます

年間 (4月～翌年3月) 10万円が費用の限度です。
※指定事業所での購入のみが対象となります。

購入前に相談

自分に合った用具を選ぶために、ケアマネジャーなどよく相談してください。

- 特殊尿器 (自分で排尿できる場合は購入できません)
- 入浴補助用具 など

※上記以外にも必要と認められるものについては、購入することができます。



償還払い

費用は利用者が全額を支払い、あとでその保険給付分が介護保険から払い戻されます。

受領委任払い

費用は利用者が自己負担分のみを支払い、あとで事業者が保険給付分を受け取ります。

介護予防住宅改修費の支給

住み慣れた自宅で安心して暮らすために、改修費用を支給します。

【費用と限度額について】

費用の一部負担で改修できます

同一住宅につき1人あたり20万円が費用の限度です。(原則1回限り)

※限度額20万円以内であれば、数回に分けて使うことも可能です。
※転居した場合や要介護度が一定程度高くなった場合は、再度支給されます。

事前に申請が必要

改修工事の前に市の窓口で申請が必要になります。ケアマネジャーなどとよく相談して、施工箇所や施工業者を決め、市の窓口で申請してください。

償還払い

費用は利用者が全額を支払い、あとでその保険給付分が介護保険から払い戻されます。

- 手すりの取り付け ●段差の解消
- 滑りの防止および移動の円滑化などのための床材の変更
- 引き戸などへの扉の取り替え・新設・扉の撤去
- 洋式便器などへの便器の取り替え
- 通路などの傾斜の解消
- 転落防止用柵の設置(スロープ設置の際)
- その他、各工事に付帯して必要な工事



受領委任払い

費用は利用者が自己負担分のみを支払い、あとで施工業者が保険給付分を受け取ります。

地域密着型サービス

介護予防認知症対応型通所介護

認知症の高齢者がデイサービスセンターなどに通い、介護予防を目的とした入浴、排せつ、食事などの介護や機能訓練を受けます。

【費用のめやす(1割負担の場合)(4~5時間未満利用の場合)】

	自己負担分	サービス費用
要支援1	259円 ~ 496円	2,590円 ~ 4,960円
要支援2	273円 ~ 550円	2,730円 ~ 5,500円

※食費は別途自己負担となります。

介護予防認知症対応型共同生活介護(グループホーム)

認知症の高齢者が少人数で共同生活をしながら、認知症の症状の進行を遅らせ、生活機能の維持向上のために、介護予防を目的とした介護や機能訓練を受けます。

【費用のめやす(1割負担の場合)(1日につき)】

	自己負担分	サービス費用
要支援2	748円 ~ 760円	7,480円 ~ 7,600円

※居住費・食費は別途自己負担となります。
※要支援1の方は利用できません。

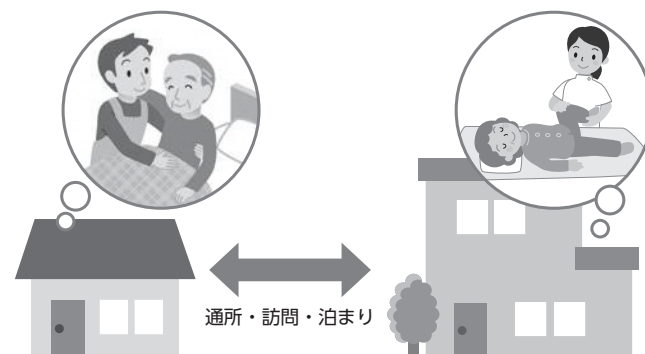
介護予防小規模多機能型居宅介護

「通所サービス」を中心に「訪問」や「泊まり」を組み合わせ、本人の心身の状況や希望に応じ、介護予防を目的とした入浴、排せつ、食事などの介護や機能訓練などを行います。

【費用のめやす(1割負担の場合)(1ヵ月につき)】

	自己負担分	サービス費用
要支援1	3,098円 ~ 3,438円	30,980円 ~ 34,380円
要支援2	6,260円 ~ 6,948円	62,600円 ~ 69,480円

※送迎の費用は含まれます。 ※食費は別途自己負担となります。



要介護1~5の方へのサービス

在宅サービスの種類

【ケアプランを立てる】

居宅介護支援

居宅介護支援事業所のケアマネジャーがケアプランの作成などを行います。

●費用のめやす
自己負担はありません

【自宅でサービスを受ける】

訪問介護(ホームヘルプサービス)

ホームヘルパーが訪問し、食事・排せつなどの身体介護や、掃除・洗濯などの生活援助を行います。

利用者以外のためのお手伝いはサービスの対象になりません。

- 本人以外のための掃除
- 庭の草むしり
- ペットの世話 など

身体介護

- 食事、入浴、排せつのお世話
- 衣服の交換などのお手伝い など

生活援助

- 部屋の掃除や洗濯
- 食事の準備や調理
- 生活必需品の買い物 など

【費用のめやす(1割負担の場合)】

	自己負担分	サービス費用
身体介護中心(20~30分未満)	250円	2,500円
生活援助中心(20~45分未満)	183円	1,830円
通院などのための乗車・降車の介助(1回)	99円	990円

※朝・夜間・深夜などは、割増料金があります。



訪問入浴介護

浴槽を積んだ入浴車などが訪問し、入浴の介助などを行います。



【費用のめやす(1割負担の場合)】

	自己負担分	サービス費用
1回につき	1,260円	12,600円

訪問リハビリテーション

リハビリの専門職が自宅を訪問して、リハビリテーションなどを行います。



【費用のめやす(1割負担の場合)】

	自己負担分	サービス費用
1回につき	307円	3,070円

訪問看護

看護師などが自宅を訪問し、病状の観察や療養上のお世話をを行います。



【費用のめやす(1割負担の場合)(30分~1時間未満)】

	自己負担分	サービス費用
病院・診療所の場合	573円	5,730円
指定訪問看護ステーションの場合	821円	8,210円

※早朝・夜間・深夜などは、割増料金があります。

居宅療養管理指導

医師、歯科医師、薬剤師などが自宅を訪問し、療養上の管理や指導を行います。



【費用のめやす(1割負担の場合)】

	自己負担分	サービス費用
医師・歯科医師などによる指導	298円~ 514円	2,980円~ 5,140円

短期入所生活介護(ショートステイ) 短期入所療養介護(医療型ショートステイ)

短期間、介護老人保健施設などに入所して、日常生活上の介護やリハビリテーションを受けます。
※福祉施設で日常生活上の介護を受ける「生活介護」と、医療系の施設で医療上のケアを含む介護を受ける「療養介護」があります。

短期入所生活介護の場合

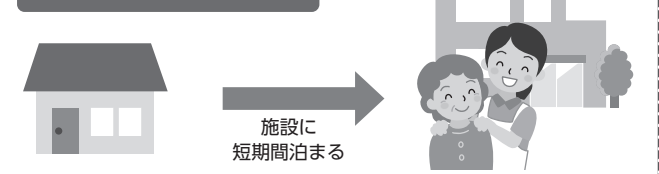


【費用のめやす(1割負担の場合)(1日につき)】

	自己負担分	サービス費用
要介護1~ 要介護5	596円~ 1,017円	5,960円~ 10,170円

※費用は施設の種類によって異なります。 ※食費・滞在費は別途自己負担となります。 ※連続した利用日数は30日までとなります。

短期入所療養介護の場合



【費用のめやす(1割負担の場合)(1日につき)】

	自己負担分	サービス費用
要介護1~ 要介護5	737円~ 1,296円	7,370円~ 12,960円

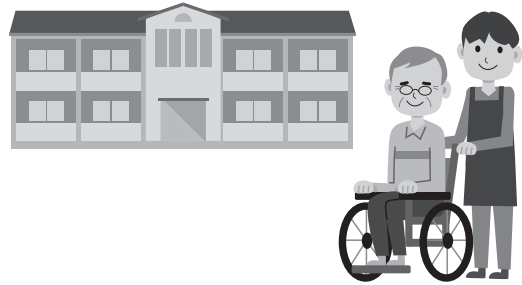
※費用は施設の種類によって異なります。 ※食費・滞在費は別途自己負担となります。 ※連続した利用日数は30日までとなります。

【施設に通い・泊まりでサービスを受ける】

通所介護(デイサービス)

通所介護施設に通い、日帰りで入浴や食事の提供や日常生活上の介護などを受けます。

追加サービスとして、
●筋力向上 ●栄養改善 ●口腔機能の向上を受けることもできます。(別料金となります)



【費用のめやす(1割負担の場合)(4~5時間未満)】

	自己負担分	サービス費用
要介護1~ 要介護5	360円~ 614円	3,600円~ 6,140円

※費用は施設の種類や時間によって異なります。 ※送迎の費用は含まれます。 ※食費は別途自己負担となります。

通所リハビリテーション(デイケア)

医療機関や介護老人保健施設に通い、日帰りでリハビリテーションを受けます。

追加サービスとして、
●筋力向上 ●栄養改善 ●口腔機能の向上を受けることもできます。(別料金となります)



【費用のめやす(1割負担の場合)(4~5時間未満)】

	自己負担分	サービス費用
要介護1~ 要介護5	520円~ 950円	5,200円~ 9,500円

※送迎の費用は含まれます。 ※食費は別途自己負担となります。

【有料老人ホームに入居しながらサービスを受ける】

特定施設入居者生活介護

有料老人ホームなどの特定施設に入居している方が、食事や入浴などの介護や機能訓練及び療養上の世話を受けます。

【費用のめやす(1割負担の場合)(1日につき)】

	自己負担分	サービス費用
要介護1~ 要介護5	538円~ 807円	5,380円~ 8,070円

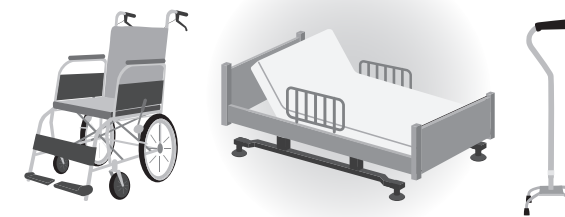
※居住費・食費は別途自己負担となります。



【生活環境を整える】

福祉用具貸与

車イス、歩行補助つえなどの福祉用具を借りることができます。



【費用と限度額について】

貸出料の一部負担で借りられます

月々の「在宅サービス」支給限度額の範囲内で利用します。

※貸出料は用具の種類や事業所によって異なります。 ※要介護度により利用が制限される場合があります。

- 車イス(自走用、介助用、普通型電動車イス)
- 車イス付属品(クッション、電動補助装置など)
- 特殊寝台(リクライニングベッドなど)
- 特殊寝台付属品(マットレス、移動用バー、介助用ベルトなど)
- 床ずれ防止用具(エアマットなど)
- 体位変換器(起き上がり補助装置を含む)
- 手すり(取り付け工事不要のもの)
- スロープ(取り付け工事不要のもの)
- 歩行器
- 歩行補助つえ
- 認知症老人徘徊感知機器(離床センサーを含む)
- 移動用リフト(階段移動用リフトを含む、つり具を除く)
- 自動排せつ処理装置(原則要介護4以上の方)

※再利用の難しい交換可能部品(レシーバーなど)は、購入の対象となります。

POINT 介護サービスをご利用の方へ

平成30年4月から共生型サービスが創設されました

障がいのある方が介護保険を利用する場合、「共生型サービス」としてこれまで利用していた障害福祉事業所から引き続きサービスを受けられる場合があります。詳しくはケアマネジャーや現在ご利用の事業所などへご確認ください。

※令和5年4月現在、市内に対象施設はありません。

特定福祉用具購入

排せつや入浴など、貸与になじまない福祉用具の購入ができます。

【費用と限度額について】

費用の一部負担で購入できます

年間(4月～翌年3月)10万円が費用の限度です。

※指定事業所での購入のみが対象になります。

購入前に相談

自分に合った用具を選ぶために、ケアマネジャーなどとよく相談してください。

償還払い

費用は利用者が全額を支払い、あとでその保険給付分が介護保険から払い戻されます。

受領委任払い

費用は利用者が自己負担分のみを支払い、あとで事業者が保険給付分を受け取ります。

- 腰かけ便座(腰かけ便座の底上げに使う部材も含む)
- 特殊尿器(自動排せつ処理装置の交換可能部品)
- 入浴補助用具(入浴用介助ベルトを含む)
- 簡易浴槽
- 移動用リフトのつり具の部分
- 排泄予測支援機器



住宅改修費の支給

住み慣れた自宅で安心して暮らすために、住宅の改修費用を支給します。



- 手すりの取り付け
- 段差の解消
- 滑りの防止および移動の円滑化などのための床材の変更
- 引き戸などへの扉の取り替え・新設・扉の撤去
- 洋式便器などへの便器の取り替え
- 通路などの傾斜の解消
- 転落防止用柵の設置(スロープ設置の際)
- その他、各工事に付帯して必要な工事

事前に申請が必要

改修工事の前に市の窓口で申請が必要になります。ケアマネジャーなどとよく相談して、施工箇所や施工業者を決め、市の窓口で申請してください。

【費用と限度額について】

費用の一部負担で改修できます

同一住宅につき1人あたり20万円が費用の限度です。(原則1回限り)

※限度額20万円以内であれば、数回に分けて使うことも可能です。

※転居した場合や、要介護度が一定程度高くなった場合は、再度支給されます。

償還払い

費用は利用者が全額を支払い、あとでその保険給付分が介護保険から払い戻されます。

受領委任払い

費用は利用者が自己負担分のみを支払い、あとで施工業者が保険給付分を受け取ります。

地域密着型サービス

認知症対応型通所介護

認知症の高齢者がデイサービスセンターなどに通い、入浴、食事などの介護や機能訓練を受けます。

【費用のめやす(1割負担の場合)(4～5時間未満)】

	自己負担分	サービス費用
要介護1～要介護5	278円～797円	2,780円～7,970円

※食費は別途自己負担となります。

認知症対応型共同生活介護(グループホーム)

認知症の高齢者が少人数で共同生活をしながら、家庭的な雰囲気の中で介護や機能訓練を受けます。

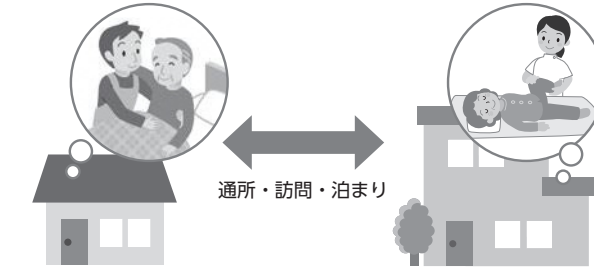
【費用のめやす(1割負担の場合)(1日につき)】

	自己負担分	サービス費用
要介護1～要介護5	752円～858円	7,520円～8,580円

※食費・居住費は別途自己負担となります。

小規模多機能型居宅介護

「通所サービス」を中心に「訪問」や「泊まり」を組み合わせ、本人の心身の状況や希望に応じ、入浴、排せつ、食事などの介護や機能訓練などを受けます。



【費用のめやす(1割負担の場合)(1ヵ月につき)】

	自己負担分	サービス費用
要介護1～要介護5	9,391円～27,117円	93,910円～271,170円

※送迎の費用は含まれます。※食費は別途自己負担となります。

地域密着型特定施設入居者生活介護

小規模な有料老人ホーム(定員29人以下)などに入居している方が介護や機能訓練、療養上の世話などを受けます。



【費用のめやす(1割負担の場合)(1日につき)】

	自己負担分	サービス費用
要介護1～要介護5	542円～813円	5,420円～8,130円

※食費・居住費は別途自己負担となります。

夜間対応型訪問介護

夜間の定期巡回や通報によりホームヘルパーが訪問して、日常生活上の世話などを受けます。



【費用のめやす(1割負担の場合)(1ヵ月につき)】

	自己負担分	サービス費用
オペレーションセンターを設置している場合	1,025円	10,250円
オペレーションセンターを設置していない場合	2,800円	28,000円

※定期的または必要に応じてこのサービスを受ける場合は追加費用がかかります。

※オペレーションセンターとは、電話を受け付けるセンターのことです。

地域密着型介護老人福祉施設入所者生活介護

小規模な特別養護老人ホーム(定員29人以下)などに入所している方が介護や機能訓練、療養上の世話などを受けます。



【費用のめやす(1割負担の場合)(1日につき)】

	自己負担分	サービス費用
要介護3～要介護5	722円～1,016円	7,220円～10,160円

※費用は施設の種類によって異なります。

※食費・居住費は別途自己負担となります。

※原則要介護3以上の方が利用できます。

定期巡回・随時対応型訪問介護看護

日中・夜間を通じて、1日に複数回の定期的な訪問や、通報による訪問で、介護と看護の連携したサービスを受けます。

【費用のめやす(1割負担の場合)(1ヵ月につき)】

	自己負担分	サービス費用
介護のみの場合	5,697円～25,829円	56,970円～258,290円
介護と看護利用の場合	8,312円～29,601円	83,120円～296,010円

看護小規模多機能型居宅介護

小規模多機能型居宅介護に訪問看護の機能を付加した介護サービスを行います。

【費用のめやす(1割負担の場合)(1ヵ月につき)】

	自己負担分	サービス費用
要介護1～要介護5	11,206円～31,386円	112,060円～313,860円



サービスにかかる費用

サービスを利用した場合、原則、費用の一部を負担し、残りが介護保険から給付されます。

利用者負担
介護保険給付
または地域支援事業費

サービス費用

介護サービスの利用者負担割合

年金収入等	280万円未満	280万円以上 ※1	340万円以上 ※2
負担割合	1割	2割	3割

※1 合計所得金額 160万円以上、かつ課税年金収入額+その他の合計所得金額 280万円(単身世帯の場合、65歳以上の方が2人以上いる世帯の場合 346万円)以上。

※2 合計所得金額 220万円以上、かつ課税年金収入額+その他の合計所得金額 340万円(単身世帯の場合、65歳以上の方が2人以上いる世帯の場合 463万円)以上。

地域密着型通所介護

小規模の通所介護施設に通い、日帰りで入浴や食事の提供や日常生活上の介護などを受けます。

【費用のめやす(1割負担の場合)(4~5時間未満)】

	自己負担分	サービス費用
要介護1~ 要介護5	435円~ 693円	4,350円~ 6,930円



施設サービスの種類

介護老人福祉施設 [日常生活全般で介護が必要な方向け] (特別養護老人ホーム)

常に介護が必要で、自宅での介護が難しい方が入所して、日常生活の介助などを受けます。

平成27年4月から、新たに入所できるのは、**要介護3以上**の方となりました。

ただし、平成27年3月末までに入所した**要介護1・2**の方は、引き続き入所できます。

【費用のめやす(1割負担の場合)】

	自己負担分	サービス費用
月額	712円~ 1,015円	7,120円~ 10,150円

※費用はサービス内容や施設によって異なります。
※日常生活費、食費、居住費は別途自己負担となります。
※原則要介護3以上の方が利用できます。



介護療養型医療施設 [長期間、医療ケアが必要な方向け] (令和5年度末まで)

病状が安定し、長期間の療養が必要な方が入所して、医療や看護または介護などを受けます。

※令和5年4月現在、市内に対象施設はありません。

【費用のめやす(1割負担の場合)】

	自己負担分	サービス費用
月額	522円~ 1,213円	5,220円~ 12,130円

※費用はサービス内容や施設によって異なります。
※日常生活費、食費、居住費は別途自己負担となります。



介護老人保健施設 [リハビリテーションを受けたい方向け]

病状が安定し、リハビリテーションが必要な方が入所して、介護や機能訓練などを受けます。

【費用のめやす(1割負担の場合)】

	自己負担分	サービス費用
月額	700円~ 1,252円	7,000円~ 12,520円

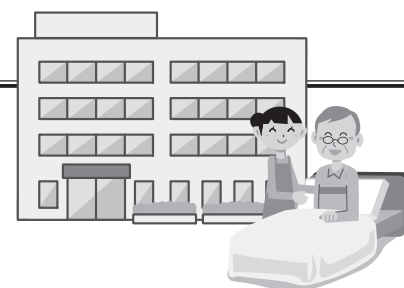
※費用はサービス内容や施設によって異なります。
※日常生活費、食費、居住費は別途自己負担となります。



介護医療院 [長期間、医療が必要な方向け]

要介護者に対し、「長期療養のための医療」と日常生活上の世話(介護)を一体的に提供します。

※令和5年4月現在、市内に対象施設はありません。



介護サービスを利用するときは、介護保険証と一緒に「介護保険負担割合証」が必要になります

「介護保険負担割合証」が交付される方

要支援・要介護認定を受けた方、事業対象者の方

交付時期

前年の所得により負担割合を決定し、毎年7月頃に交付されます。

※新たに要介護(要支援)認定を受けた方には随時交付されます。

適用期間

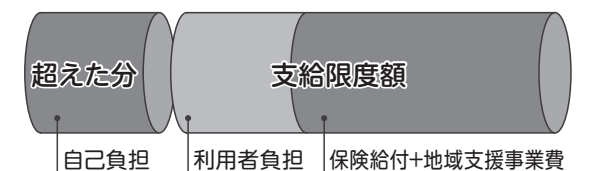
8月1日~翌年の7月31日まで

※新たに要介護(要支援)認定を受けた方の適用期間は、申請日からとなります。

在宅サービス・介護予防サービスを利用した場合

在宅サービス・介護予防サービスは要介護度ごとに利用できる限度額が決められています。限度額を超えて利用したときは、超えた分が全額自己負担となります。

＜上限を超えて利用した場合＞



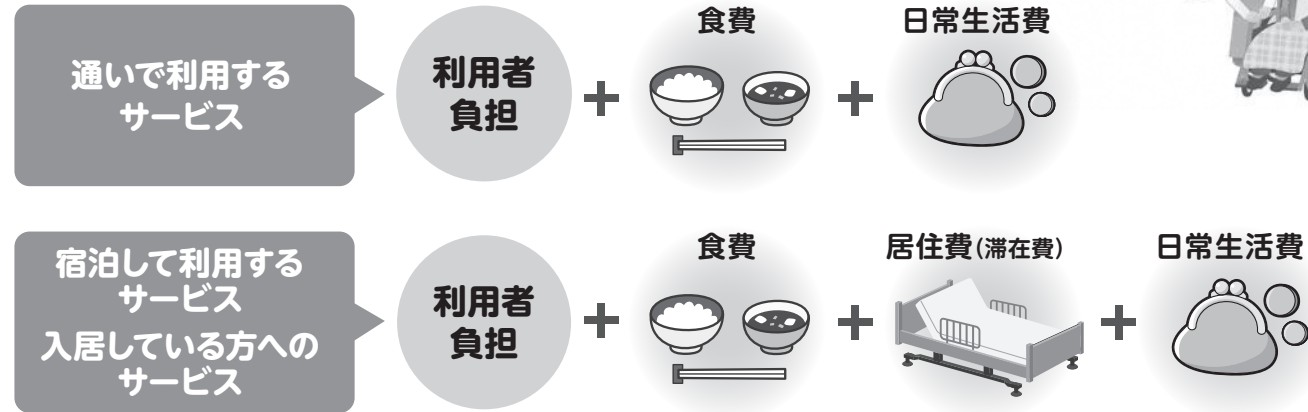
◎サービスの支給限度額

要介護状態区分	支給限度額 (1ヵ月)
事業対象者 / 要支援1	50,320円
要支援2	105,310円
要介護1	167,650円
要介護2	197,050円
要介護3	270,480円
要介護4	309,380円
要介護5	362,170円

支給限度基準額の対象とならないサービス (介護予防含む)

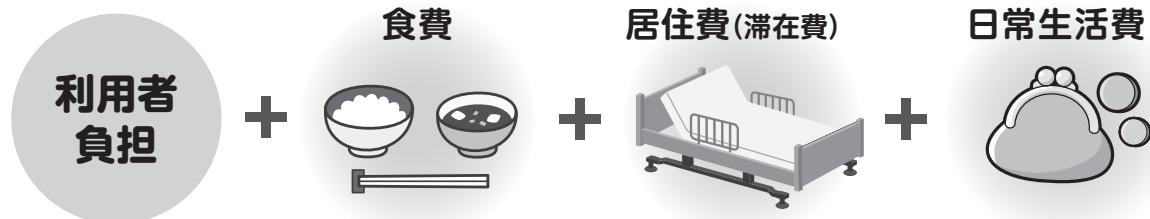
- 居宅療養管理指導
- 特定施設入居者生活介護 (外部サービス利用型、短期利用を除く)
- 認知症対応型共同生活介護 (短期利用を除く)
- 地域密着型特定施設入居者生活介護 (短期利用を除く)
- 地域密着型介護老人福祉施設入所者生活介護
- 施設サービス (特別養護老人ホーム、介護老人保健施設、介護療養型医療施設、介護医療院)
- 福祉用具購入費、住宅改修費

ただし、在宅サービス・介護予防サービスの中でも、施設に通い・泊まりで利用するサービスや、施設に入居している方へのサービスは、食費や居住費（滞在費）などが別途自己負担となります。



施設サービスを利用した場合

施設サービス費用の一部と食費、居住費（滞在費）、日常生活費が自己負担となります。



居住費（滞在費）、食費のめやす（日額）

利用者の負担額は施設との契約により決まり、居室の種類や施設により異なります。世帯に住民税を課税されている方がいる場合は、下表の金額が標準的な費用となります。



利用者負担額	居住費（滞在費）			食費
	ユニット型個室	ユニット型個室的多床室 従来型個室	多床室	
居住費（滞在費）と食費の標準的な費用	2,006円	1,668円	377円	1,445円

●居室の種類については、右表のように区分けされます。また、居室の種類によって、居住費（滞在費）の内訳は異なります。

居室の種類		居住費（滞在費）の内訳
ユニット型個室	共有リビングがある完全個室部屋	室料＋光熱水費相当
ユニット型個室的多床室	共有リビングがある簡易個室部屋	
従来型個室	共有リビングがない個室部屋	
多床室	相部屋	光熱水費相当のみ

所得の低い方は居住費（滞在費）・食費の負担額（日額）が軽減されます

所得の低い方は、下表の限度額までの負担となります。
 申請が必要で、限度額を超えた分は、特定入所者介護サービス費として介護保険から施設に支払われます。ただし、一定以上の預貯金などの資産がある場合は、対象外となります。（下記参照）

対象となる施設・サービス

- 介護老人福祉施設（地域密着型も含む） ●介護老人保健施設 ●介護療養型医療施設 ●介護医療院
- 短期入所生活介護（介護予防も含む） ●短期入所療養介護（介護予防も含む）

【利用者負担段階と負担限度額】

利用者負担段階	居住費（滞在費）				食費
	ユニット型個室	ユニット型個室的多床室	従来型個室	多床室	
第1段階	820円	490円	490円(320円)	0円	300円
第2段階	820円	490円	490円(420円)	370円	390円【600円】
第3段階①	1,310円	1,310円	1,310円(820円)	370円	650円【1,000円】
第3段階②	1,310円	1,310円	1,310円(820円)	370円	1,360円【1,300円】
一般の方の基準費用額（目安）	2,006円	1,668円	1,668円(1,171円)	377円(855円)	1,445円

※施設の設定した食費・部屋代が限度額を下回る場合は、施設の設定した金額の負担となります。
 ※限度額を超えた分は、特定入所者介護サービス費として介護保険から施設に支払われます。
 ※（ ）内の金額は、介護老人福祉施設に入所した場合または短期入所生活介護を利用した場合の額です。
 ※【 】内の金額は、短期入所生活介護または短期入所療養介護を利用した場合の額です。

【軽減の対象となる方】

利用者負担段階	対象者	
	所得の状況	預貯金・有価証券・現金負債などの資産の合計
第1段階	●高齢福祉年金を受給している、世帯全員*が住民税非課税の方 ●生活保護受給者	単身で1,000万円以下 夫婦で2,000万円以下であること
第2段階	●世帯全員*が住民税非課税で、前年の課税年金収入額と非課税年金収入額とその他合計所得金額の合計が80万円以下の方	単身で650万円以下 夫婦で1,650万円以下であること
第3段階①	●世帯全員*が住民税非課税で、前年の課税年金収入額と非課税年金収入額とその他合計所得金額の合計が80万円超120万円以下の方	単身で550万円以下 夫婦で1,550万円以下であること
第3段階②	●世帯全員*が住民税非課税で、前年の課税年金収入額と非課税年金収入額とその他合計所得金額の合計が120万円超の方	単身で500万円以下 夫婦で1,500万円以下であること

*世帯分離している配偶者も含まれます。
 ※第2号被保険者の方は、利用者負担段階にかかわらず、預貯金等の資産が単身で1,000万円以下、夫婦で2,000万円以下であれば支給対象となります。

預貯金等に含まれるもの	確認方法
預貯金（普通・定期・定額・積立・貯蓄等）	通帳の写しなど
有価証券（株式・国債・地方債・社債等）	証券会社や銀行の口座残高の写しなど
金・銀（積立購入を含む）等、購入先の口座残高によって時価評価額が容易に把握できる貴金属	購入先の銀行等の口座残高の写しなど
投資信託	銀行、信託銀行、証券会社等の口座残高の写しなど
タンス預金（現金）	自己申告
負債（住宅ローン等）	借用証書など

預貯金等に含まれないもの…生命保険、自動車、腕時計・宝石など時価評価額の把握が困難な貴金属、絵画・骨董品、家財など

利用者負担が高額になったとき

申請が必要

世帯内で同じ月に利用したサービスにかかる利用者負担額(月額)が、下表の一定の上限額を超えたときは、申請により「高額介護サービス費」としてあとから支給されます。支給対象となる方には、申請書が送られてきます。申請書を市役所に提出します。

利用者負担段階区分	上限額(世帯合計)
・課税所得690万円(年収約1,160万円)以上の方	140,100円
・課税所得380万円以上690万円未満(年収約770万円以上約1,160万円未満)の方	93,000円
・住民税課税世帯で課税所得380万円(年収約770万円)未満の方	44,400円
・世帯全員が住民税非課税の方など	24,600円
・高齢福祉年金受給者で世帯全員が住民税非課税の方 ・世帯全員が住民税非課税で前年の合計所得金額と課税年金収入額の合計が80万円以下の方	個人 15,000円
・生活保護の受給者 ・利用者負担上限額を15,000円に減額することにより、生活保護の受給者とならない方	15,000円 個人 15,000円

このような費用は対象となりません

- 福祉用具購入費の利用者負担分
- 支給限度額を超える利用者負担額
- 住宅改修費の利用者負担分
- 居住費(滞在費)・食費・日常生活費など

介護保険と医療保険※の自己負担が高くなったとき

※医療保険とは国民健康保険、職場の健康保険、後期高齢者医療制度などのことです。

申請が必要

介護保険と医療保険の上限額を適用したあとに、世帯内で1年間の自己負担合計額が一定の負担限度額を超えた場合に、申請により超えた分が支給されます(高額医療合算介護サービス費)。

- 国民健康保険、後期高齢者医療制度に加入されている方
支給対象となる可能性がある方には、申請書が送られてきます。申請書を市役所に提出します。
- 稲城市の介護保険証をお持ちで、職場の健康保険などに加入している方
お手続きについて、加入している健康保険組合などの医療保険者にお問い合わせください。

【高額医療合算介護サービス費の自己負担限度額【年額(8月1日～翌年7月31日)】】

■70歳未満を含む世帯

所得要件	基準額
基礎控除後の所得901万円超	212万円
基礎控除後の所得600万円超～901万円以下	141万円
基礎控除後の所得210万円超～600万円以下	67万円
基礎控除後の所得210万円以下	60万円
住民税非課税	34万円

■70歳以上の世帯

所得要件	基準額
(平成30年8月から)課税所得690万円以上	212万円
(平成30年8月から)課税所得380万円以上	141万円
課税所得145万円以上	67万円
課税所得145万円未満※	56万円
住民税非課税	31万円
住民税非課税(所得が一定以下)	19万円

※収入の合計額が520万円未満(1人世帯の場合は383万円未満)の場合に加え、基礎控除後の合計額が210万円以下の場合も含む。

市役所へ申請が必要

- 高額介護サービス費の支給
「高額介護サービス費支給申請書」などを市役所へ提出します。
- 高額医療合算介護サービス費の支給
所定の申請書を市役所、加入している健康保険組合などへ提出します。

- 居住費(滞在費)、食費の負担の軽減
市役所に申請して「介護保険負担限度額認定証」の交付を受け、サービスを受けるときに事業者へ提示します。



サービス利用料の軽減について

●災害により住居等に損害を受けた場合

●特に生計が困難と認められる場合 「生計困難」と認められるには、要件があります。

サービス利用料

申請が必要

対象サービスを提供する事業者が都及び事業所所在地の区市町村にサービス利用料の軽減をする旨、申し出ている場合、1割の自己負担が、その4分の3に軽減されます。(10%⇒7.5%) 次の全ての要件を満たす方が対象です。

- ①世帯の全員が住民税非課税であること。
- ②世帯全員の年間収入の合計が基準収入額以下であること。
[注]基準収入額は、一人世帯の場合は年額150万円とし、世帯構成員が1人増えるごとに50万円を加えた額とします。
- ③申請日現在、世帯全員の預貯金額等の合計が基準貯蓄額以下であること。
[注]基準貯蓄額(有価証券や債権も含む)は、一人世帯の場合は350万円とし、世帯構成員が1人増えるごとに100万円を加えた額とします。
- ④日常生活に供する資産以外に活用できる資産がないこと。
- ⑤負担能力のある親族等に扶養されていないこと。
- ⑥申請日現在、介護保険料を滞納していないこと。
- ⑦施設入所者等の食費・居住費(滞在費)及び宿泊費については、特定入所者介護(予防)サービス費が支給されていること。

事業所ガイド

事業者と契約するときの注意事項

介護保険によるサービスの利用は、利用者とサービス事業者との「契約」になります。契約を交わすときは、次の点に注意しましょう。

- 契約の目的となるサービスが明記されているか。
- 利用者と事業者との間の契約となっているか。
- 都道府県や稲城市から指定された事業者か。
- 利用者の状況に合ったサービス内容や回数か。
- 契約期間は要介護認定の有効期間と合っているか。
- 利用料や交通費の要否などの内容が明記されているか。
- 介護保険法などにもとづいた金額となっているか。
- 利用者からの解約が認められる場合、その手続きが明記されているか。
- 利用者は一定の予告期間を持って解約ができるようになっているか。
- 利用者や家族の秘密が守られるようになっているか。

※契約書には、この他にもさまざまな項目があります。よく読んで、不明なところは説明を受けて確認しましょう。

市内・近隣の事業所

介護予防・生活支援サービス事業 …58	デイ・ホームたんぼぼ ……58	ホームヘルパーステーションひらお苑 …59
○ 通所型サービス A	コンパスウォーク稲城 ……58	NPO ふれあい広場ポーポーの木 …59
高齢者サービスステーションいなぎ正吉苑 …58	オーエンス健康プラザ ……58	有りの実訪問介護事業所 ……59
やのくち正吉苑 ……58	かがやき倶楽部みのり ……58	手のひら訪問介護サービス ……59
いなぎ苑 ……58	らいおんハートジップリハパーク …58	アースサポート稲城 ……59
いなぎ苑（地域密着） ……58		やさしい手 平尾巡回訪問介護事業所 …59
デイサービスセンターひらお苑 ……58	○ 通所型サービス C	稲城市社会福祉協議会 ……59
デイサービスセンターハーモニー松葉 …58	稲城接骨師会デイサービス おみ接骨院 …59	ヘルパーステーション あんさんぶる稲城 …59
アクアメイト稲城 ……58	稲城接骨師会デイサービス 清水接骨院 …59	ホームケアささえ ……59
稲城柔道接骨師会デイサービス株式会社 …58	稲城接骨師会デイサービス 佐々木接骨院 …59	訪問介護事業所とうきょうホームケア …59
あすかフィジカルセンター平尾 ……58	平尾接骨院 ……59	
ヒューマンライフケア稲城の湯 ……58	WA！ ホグレルジム ……59	○ 訪問型サービス C
サロンデイ稲城 ……58	アクアメイト稲城 ……59	駒沢女子大学 健康栄養相談室 ……59
デイサービス 柔 ……58	デイサービス 第二柔 ……59	スギ薬局 調布布田店 ……59
NPO ふれあい広場ポーポーの木 …58		
稲城ケアセンターそよ風 ……58	○ 訪問型サービス A	居宅介護支援 ……60
デイサービス 第二柔 ……58	いなぎ苑 ……59	ひらお苑ケアマネジメント相談センター …60
ツクイ稲城東長沼 ……58	ホームヘルパーステーションやのくち正吉苑 …59	介護支援センター ゆい若葉台 ……60

いなぎ苑介護支援サービスセンター …60	あい訪問看護ステーション平尾 ……65	介護老人福祉施設 ……70
ポーポーの木 居宅介護支援センター …60	訪問看護かえりえ平尾 ……65	いなぎ正吉苑 ……70
介護支援センターいなぎ（稲城柔道接骨師会） …60		いなぎ苑 ……70
居宅介護支援センター やのくち正吉苑 …60	通所介護 ……66	ひらお苑 ……71
アースサポート稲城 ……60	高齢者サービスステーション いなぎ正吉苑 …66	
SOMPO ケア稲城長沼居宅介護支援 …61	いなぎ苑 ……66	介護老人保健施設 ……71
稲城居宅介護支援事業所ほほえみ …61	デイサービスセンター ハーモニー松葉 …66	デンマークイン若葉台 ……71
やさしい手平尾居宅介護支援事業所 …61	アクアメイト稲城通所介護事業所 …66	アクアピア新百合 ……71
ケアセンターあんさんぶる稲城 ……61	あすかフィジカルセンター平尾 ……66	
稲城わかばケアプランセンター ……61	ヒューマンライフケア 稲城の湯 …66	看護小規模多機能型居宅介護 ……71
ケアプランセンターあいクリニック平尾 …61	稲城ケアセンターそよ風 ……66	複合型サービスセンター やのくち正吉苑 …71
有りの実居宅介護支援事業所 ……61	ツクイ稲城東長沼 ……67	看多機かえりえ平尾 ……71
ケアプランささえ ……62	デイ・ホームたんぼぼ ……67	
	ブルーミングケア稲城坂浜 ……67	小規模多機能型居宅介護 ……72
訪問介護 ……62	コンパスウォーク稲城 ……67	小規模多機能型居宅介護 みんなの家・稲城長沼 …72
いなぎ苑 ……62	デイサービス 趣味と社交の場 ……67	小規模多機能型居宅介護 たんぼぼの郷 …72
ニチイケアセンター稲城 ……62		
ホームヘルパーステーション やのくち正吉苑 …62	通所リハビリテーション ……68	地域密着型通所介護 ……72
ホームヘルパーステーションひらお苑 …62	デンマークイン若葉台 ……68	稲城柔道接骨師会デイサービス ……72
NPO ふれあい広場ポーポーの木 …62	医療法人社団アクアクリーク なかざわ整形外科 …68	サロンデイ稲城 ……72
有りの実訪問介護事業所 ……63	アクアピア新百合 ……68	デイサービス 柔 ……72
ケアステーション太陽 ……63		デイサービス 第二柔 ……72
手のひら訪問介護サービス ……63	福祉用具貸与 ……68	いなぎ苑（地域密着） ……73
アースサポート稲城 ……63	株式会社カンパニユラ ……68	
SOMPO ケア稲城長沼訪問介護 …63		認知症対応型通所介護 ……73
やさしい手平尾訪問介護事業所 ……63	特定施設入居者生活介護 ……69	高齢者サービスステーション いなぎ正吉苑 …73
ヘルパーステーションあんさんぶる稲城 …63	介護付き有料老人ホーム ベストライフたま …69	いなぎ苑 ……73
ホームケアささえ ……64	介護付き有料老人ホーム ペアウェル多摩川 …69	
	介護付き有料老人ホーム ニチイホーム稲城 …69	認知症対応型共同生活介護 ……73
訪問リハビリテーション ……64	介護付き有料老人ホーム そんぼの家稲城矢野口 …69	グループホームやまもも ……73
介護老人保健施設デンマークイン若葉台 …64		グループホーム やのくち正吉苑 …73
	短期入所生活介護 ……69	グループホーム みんなの家・稲城長沼 …73
訪問入浴介護 ……64	いなぎ苑 ……69	グループホーム たんぼぼの郷 ……74
いなぎ苑 ……64	ショートステイ ひらお苑 ……69	グループホーム稲城わかば ……74
訪問入浴サービス あじさい ……64	いなぎ正吉苑 ……70	
	稲城ケアセンターそよ風 ……70	夜間対応型訪問介護 ……74
訪問看護 ……65		ホームヘルパーステーション やのくち正吉苑 …74
稲城わかば訪問看護ステーション …65	短期入所療養介護 ……70	
稲城訪問看護ステーションほほえみ …65	デンマークイン若葉台 ……70	定期巡回・随時対応型訪問介護看護 ……74
訪問看護ステーション いなぎ正吉苑 …65	アクアピア新百合 ……70	ホームヘルパーステーション やのくち正吉苑 …74
訪問看護ステーション いなぎ正吉苑 サテライト …65		やさしい手 平尾定期巡回随時対応型訪問介護看護事業所 …74
訪問看護ステーションゆい若葉台 …65		

介護予防・生活支援サービス事業

通所型サービス A

閉じこもり予防や機能訓練など日常生活上の支援をします

事業所名(市内)	所在地	連絡先	送迎
高齢者サービスステーションいなぎ正吉苑	稲城市平尾 4-16-1	042-331-2001	有
やのくち正吉苑	稲城市矢野口 1804-3	042-370-2202	有
いなぎ苑	稲城市百村 255	042-379-5500	有
いなぎ苑(地域密着)	稲城市百村 255	042-379-5500	有
デイサービスセンターひらお苑	稲城市平尾 2-49-20	042-331-5666	有
デイサービスセンターハーモニー松葉	稲城市矢野口 1806	042-370-8160	有
アクアメイト稲城	稲城市向陽台 6-8	042-370-0580	有
稲城柔道接骨師会デイサービス株式会社	稲城市東長沼 1174-7 リベラルハイツ 101	042-401-8755	有
あすかフィジカルセンター平尾	稲城市平尾 1-54-20 長財ビル 101	042-350-8885	有
ヒューマンライフケア稲城の湯	稲城市東長沼 1715-4 ローズウエスト 1階	042-318-8720	有
サロンデイ稲城	稲城市大丸 313-1 ビューアイランド OSI 1階	042-370-5125	有
デイサービス 柔	稲城市東長沼 69-2	042-401-5638	有
NPO ふれあい広場ポーポーの木	稲城市向陽台 6-9 多摩ニュータウン六丁目団地 1-110	042-379-3373	有
稲城ケアセンターそよ風	稲城市押立 1192-1	042-370-0881	有
デイサービス 第二柔	稲城市東長沼 68-2	042-401-5638	有
ツクイ稲城東長沼	稲城市東長沼 2125-1	042-370-2261	有
デイ・ホームたんぽぽ	稲城市坂浜 88-1	042-401-3160	有
コンパスウォーク稲城	稲城市矢野口 944	042-379-8245	有
オーエンス健康プラザ	稲城市大丸 1171	042-370-2280	無
かがやき倶楽部みのり	稲城市東長沼 1270-4	042-378-8757	無
事業所名(市外)	所在地	連絡先	送迎
らいおんハートジップリハパーク	町田市三輪緑山 1-3-1	044-281-3620	有

通所型サービス C

短期間(3~6ヶ月)で集中的に機能訓練ができるサービスです
各事業者が実施しているサービスを動画で紹介しています。QRコードからご覧いただけます。



事業所名	所在地	連絡先	送迎
稲城接骨師会デイサービス おみ接骨院	稲城市東長沼 3109-104	042-379-3978	有
稲城接骨師会デイサービス 清水接骨院	稲城市百村 168-6	042-377-9455	有
稲城接骨師会デイサービス 佐々木接骨院	稲城市矢野口 1660-101	042-378-6363	有
平尾接骨院	稲城市平尾 3-1-1-35-105	042-331-0346	有
WA! ホグレリズム	神奈川県川崎市麻生区黒川 562-6 京王リトナード内C -101	044-299-8187	無
アクアメイト稲城	稲城市向陽台 6-8	042-370-0580	有
デイサービス 第二柔	稲城市東長沼 68-2	042-401-5638	有

訪問型サービス A

掃除や洗濯、ゴミ出しなどの生活援助を行います

事業所名(市内)	所在地	連絡先
いなぎ苑	稲城市百村 255	042-379-5500
ホームヘルプステーションやのくち正吉苑	稲城市矢野口 1804-3	042-370-2202
ホームヘルプステーションひらお苑	稲城市平尾 2-49-20	042-331-6088
NPO ふれあい広場ポーポーの木	稲城市向陽台 6-9 多摩ニュータウン六丁目団地 1-110	042-379-3373
有りの実訪問介護事業所	稲城市百村 1630-3 ペアウェル南山 117	042-378-0404
手のひら訪問介護サービス	稲城市東長沼 999-1 ステージI 410	042-379-8790
アースサポート稲城	稲城市向陽台 3-4-4	042-378-6900
やさしい手 平尾巡回訪問介護事業所	稲城市平尾 3-7-4 コーシャハイム平尾内	042-350-5832
稲城市社会福祉協議会	稲城市百村 7	042-378-3366
ヘルプステーション あんさんぶる稲城	稲城市大丸 1395-6	042-401-5923
ホームケア ささえ	稲城市百村 7-11	042-315-5517
事業所名(市外)	所在地	連絡先
訪問介護事業所とうきょうホームケア	調布市下石原 3-46-7	042-490-6655

訪問型サービス C

管理栄養士が訪問し、栄養指導等を行います

事業所名	所在地	連絡先
駒沢女子大学 健康栄養相談室	稲城市坂浜 238	042-350-7167
スギ薬局 調布布田店	調布市布田 2-21-1	042-426-8501

居宅介護支援

1	事業所名	ひらお苑ケアマネジメント相談センター		
	事業所番号	1375100011	法人名	(社福)平尾会
	所在地	〒206-0823 稲城市平尾 2-49-20		
	TEL	042-331-6088	FAX	042-350-5578
	受付時間	8:30～17:30		
	併設サービス	訪問介護、通所介護、短期入所生活介護、介護老人福祉施設、認知症対応型共同生活介護、地域包括支援センター、生活支援ハウス		

2	事業所名	介護支援センター ゆい若葉台		
	事業所番号	1375100037	法人名	(医)研精会
	所在地	〒206-0824 稲城市若葉台 3-7-1		
	TEL	042-331-6601	FAX	042-331-1724
	受付時間	9:00～17:00		
	併設サービス	訪問看護、訪問リハビリテーション、通所リハビリテーション、短期入所療養介護、介護老人保健施設		

3	事業所名	いなぎ苑介護支援サービスセンター		
	事業所番号	1375100045	法人名	(社福)永明会
	所在地	〒206-0804 稲城市百村 255		
	TEL	042-379-5500	FAX	042-379-5131
	受付時間	8:30～17:30		
	併設サービス	訪問介護、訪問入浴介護、通所介護、地域密着型通所介護、認知症対応型通所介護、短期入所生活介護、介護老人福祉施設、福祉有償運送事業、地域包括支援センター		

4	事業所名	ポーポーの木 居宅介護支援センター		
	事業所番号	1375100268	法人名	(特非)NPO ふれあい広場ポーポーの木
	所在地	〒206-0803 稲城市向陽台 6-9 多摩ニュータウン六丁目団地1-110		
	TEL	042-379-3372	FAX	042-379-3372
	受付時間	9:00～17:00		
	併設サービス	訪問介護		

5	事業所名	介護支援センターいなぎ (稲城柔道接骨師会)		
	事業所番号	1375100300	法人名	稲城柔道接骨師会デイサービス(株)
	所在地	〒206-0802 稲城市東長沼 1174-7 リベラルハイツ 101		
	TEL	042-370-0977	FAX	042-370-0977
	受付時間	11:00～17:30		
	併設サービス	地域密着型通所介護、通所型サービス		

6	事業所名	居宅介護支援センター やのくち正吉苑		
	事業所番号	1375100433	法人名	(社福)正吉福祉会
	所在地	〒206-0812 稲城市矢野口 1804-3		
	TEL	042-370-2202	FAX	042-370-2203
	受付時間	8:30～17:30		
	併設サービス	訪問介護、訪問看護、看護小規模多機能型居宅介護、認知症対応型共同生活介護、夜間対応型訪問介護、定期巡回・随時対応型訪問介護看護		

7	事業所名	アースサポート稲城		
	事業所番号	1375100441	法人名	アースサポート(株)
	所在地	〒206-0803 稲城市向陽台 3-4-4		
	TEL	042-378-6900	FAX	042-378-6901
	受付時間	8:30～17:30		
	併設サービス	訪問介護、福祉用具、地域包括支援センター		

8	事業所名	SOMPO ケア稲城長沼居宅介護支援		
	事業所番号	1375100490	法人名	SOMPO ケア(株)
	所在地	〒206-0802 稲城市東長沼 1124-1 そんぼの家 S 稲城長沼 1階		
	TEL	042-370-0653	FAX	042-370-0654
	受付時間	9:00～18:00		
	併設サービス	訪問介護、生活支援サービス		

9	事業所名	稲城居宅介護支援事業所ほほえみ		
	事業所番号	1375100573	法人名	(医)俊栄会
	所在地	〒206-0802 稲城市東長沼 3106-3 オークプラザ 4D		
	TEL	042-377-8826	FAX	042-377-8836
	受付時間	9:00～17:30		
	併設サービス	訪問看護		

10	事業所名	やさしい手平尾居宅介護支援事業所		
	事業所番号	1375100631	法人名	(株)やさしい手
	所在地	〒206-0823 稲城市平尾 3-7-4 コーシャハイム平尾内		
	TEL	050-1752-7722	FAX	050-3535-8268
	受付時間	9:00～18:00		
	併設サービス	訪問介護、訪問看護、看護小規模多機能型居宅介護、定期巡回・随時対応型訪問介護看護		

11	事業所名	ケアセンターあんさんぶる稲城		
	事業所番号	1375100656	法人名	(同)Efriends
	所在地	〒206-0801 稲城市大丸 1395-6		
	TEL	042-401-5923	FAX	042-401-5924
	受付時間	9:00～18:00		
	併設サービス	訪問介護		

12	事業所名	稲城わかばケアプランセンター		
	事業所番号	1375100680	法人名	(医)秀巧会
	所在地	〒206-0802 稲城市東長沼 3106-3 オークプラザ1階		
	TEL	042-401-5310	FAX	042-370-0533
	受付時間	8:30～17:30		
	併設サービス	訪問看護		

13	事業所名	ケアプランセンターあいクリニック平尾		
	事業所番号	1375100698	法人名	(医)河北医療財団
	所在地	〒206-0823 稲城市平尾 3-7-4 コーシャハイム平尾1階		
	TEL	042-318-1826	FAX	042-318-9885
	受付時間	9:00～17:00		
	併設サービス	訪問看護		

14	事業所名	有りの実居宅介護支援事業所		
	事業所番号	1375100714	法人名	(株)有りの実
	所在地	〒206-0804 稲城市百村 1630-3 ペアウェル南山 109		
	TEL	042-378-2244	FAX	042-378-2301
	受付時間	8:30～17:30		
	併設サービス	訪問介護		

15	事業所名	ケアプランささえ		
事業所番号	1375100748	法人名	(同) Sasae	
所在地	〒 206-0804 稲城市百村 7-11			
TEL	042-315-5517	FAX	042-403-6522	
受付時間	9:00 ~ 18:00			
併設サービス	訪問介護			

訪問介護

1	事業所名	いなぎ苑		
事業所番号	1375100060	法人名	(社福) 永明会	
所在地	〒 206-0804 稲城市百村 255			
TEL	042-379-5500	FAX	042-379-5131	
受付時間	8:30 ~ 17:30			
併設サービス	居宅介護支援、訪問入浴介護、通所介護、地域密着型通所介護、認知症対応型通所介護、短期入所生活介護、介護老人福祉施設、福祉有償運送事業、地域包括支援センター			

2	事業所名	ニチイケアセンター稲城		
事業所番号	1375100102	法人名	(株)ニチイ学館	
所在地	〒 206-0804 稲城市百村 1623-1 パストラルハイム稲城 2 階			
TEL	042-370-3171	FAX	042-370-3172	
受付時間	9:00 ~ 18:00			
併設サービス				

3	事業所名	ホームヘルプステーション やのくち正吉苑		
事業所番号	1375100128	法人名	(社福) 正吉福祉会	
所在地	〒 206-0812 稲城市矢野口 1804-3			
TEL	042-370-2202	FAX	042-370-2203	
受付時間	8:30 ~ 17:30			
併設サービス	居宅介護支援、訪問看護、看護小規模多機能型居宅介護、認知症対応型共同生活介護、夜間対応型訪問介護、定期巡回・随時対応型訪問介護看護			

4	事業所名	ホームヘルプステーションひらお苑		
事業所番号	1375100136	法人名	(社福) 平尾会	
所在地	〒 206-0823 稲城市平尾 2-49-20			
TEL	042-331-6088	FAX	042-350-5578	
受付時間	9:00 ~ 17:00			
併設サービス	居宅介護支援、通所介護、短期入所生活介護、介護老人福祉施設、認知症対応型共同生活介護、地域包括支援センター、生活支援ハウス			

5	事業所名	NPO ふれあい広場ポーポーの木		
事業所番号	1375100169	法人名	(特非)NPO ふれあい広場ポーポーの木	
所在地	〒 206-0803 稲城市向陽台 6-9 多摩ニュータウン六丁目団地 1-110			
TEL	042-379-3373	FAX	042-379-3373	
受付時間	9:00 ~ 17:00			
併設サービス	居宅介護支援			

6	事業所名	有りの実訪問介護事業所		
事業所番号	1375100326	法人名	(株)有りの実	
所在地	〒 206-0804 稲城市百村 1630-3 ペアウェル南山 117			
TEL	042-378-0404	FAX	042-378-2301	
受付時間	9:00 ~ 18:00			
併設サービス	居宅介護支援			

7	事業所名	ケアステーション太陽		
事業所番号	1375100367	法人名	(同) 太陽サービス	
所在地	〒 206-0811 稲城市押立 474-5			
TEL	042-378-0038	FAX	042-378-3846	
受付時間	9:00 ~ 17:00			
併設サービス	介護タクシー事業			

8	事業所名	手のひら訪問介護サービス		
事業所番号	1375100417	法人名	(同) ハートフルケアゆうゆう	
所在地	〒 206-0802 稲城市東長沼 999-1 ステージI 410			
TEL	042-379-8790	FAX	042-379-8791	
受付時間	9:00 ~ 17:00			
併設サービス				

9	事業所名	アースサポート稲城		
事業所番号	1375100441	法人名	アースサポート(株)	
所在地	〒 206-0803 稲城市向陽台 3-4-4			
TEL	042-378-6900	FAX	042-378-6901	
受付時間	8:30 ~ 17:30			
併設サービス	居宅介護支援、地域包括支援センター			

10	事業所名	SOMPO ケア稲城長沼訪問介護		
事業所番号	1375100508	法人名	SOMPO ケア(株)	
所在地	〒 206-0802 稲城市東長沼 1124-1 そんぼの家 S 稲城長沼1階			
TEL	042-370-0653	FAX	042-370-0654	
受付時間	9:00 ~ 18:00			
併設サービス	居宅介護支援			

11	事業所名	やさしい手平尾訪問介護事業所		
事業所番号	1375100623	法人名	(株)やさしい手	
所在地	〒 206-0823 稲城市平尾 3-7-4 コーシャハイム平尾内			
TEL	050-1751-8373	FAX	050-3535-7880	
受付時間	9:00 ~ 18:00			
併設サービス	居宅介護支援、訪問看護、看護小規模多機能型居宅介護、定期巡回・随時対応型訪問介護看護			

12	事業所名	ヘルプステーションあんさんぶる稲城		
事業所番号	1375100664	法人名	(同) Efriends	
所在地	〒 206-0801 稲城市大丸 1395-6			
TEL	042-401-5923	FAX	042-401-5924	
受付時間	9:00 ~ 18:00			
併設サービス	居宅介護支援			

13	事業所名	ホームケアささえ		
	事業所番号	1375100763	法人名	(同)Sasae
	所在地	〒 206-0804 稲城市百村 7-11		
	TEL	042-315-5517	FAX	042-403-6522
	受付時間	9:00 ~ 18:00		
	併設サービス	居宅介護支援		

訪問リハビリテーション

1	事業所名	介護老人保健施設デンマークイン若葉台		
	事業所番号	1375100771	法人名	(医)研精会
	所在地	〒 206-0824 稲城市若葉台 3-7-1		
	TEL	042-331-3030	FAX	042-331-3185
	受付時間	9:00 ~ 17:00		
	併設サービス	居宅介護支援、訪問看護、短期入所療養介護、介護老人保健施設、通所リハビリテーション		

訪問入浴介護

1	事業所名	いなぎ苑		
	事業所番号	1375100060	法人名	(社福)永明会
	所在地	〒 206-0804 稲城市百村 255		
	TEL	042-379-5500	FAX	042-379-5131
	受付時間	8:30 ~ 17:30		
	併設サービス	居宅介護支援、訪問介護、通所介護、地域密着型通所介護、認知症対応型通所介護、短期入所生活介護、介護老人福祉施設、福祉有償運送事業、地域包括支援センター		

2	事業所名	訪問入浴サービス あじさい		
	事業所番号	1375100789	法人名	(株)あじさいケア
	所在地	〒 206-0823 稲城市平尾 1-54-15 あじさいビル 202		
	TEL	042-350-3307	FAX	042-350-3309
	受付時間	平日 9:00 ~ 17:00、土曜 9:00 ~ 15:00		
	併設サービス			

訪問看護

1	事業所名	稲城わかば訪問看護ステーション		
	事業所番号	1365190022	法人名	(医)秀巧会
	所在地	〒 206-0802 稲城市東長沼 3106-3 オークプラザ 1 階		
	TEL	042-370-0532	FAX	042-370-0533
	受付時間	9:00 ~ 18:00		
	併設サービス	居宅介護支援		

2	事業所名	稲城訪問看護ステーションほほえみ		
	事業所番号	1365190055	法人名	(医)俊栄会
	所在地	〒 206-0802 稲城市東長沼 3106-3 オークプラザ 4D		
	TEL	042-377-8806	FAX	042-377-8836
	受付時間	9:00 ~ 17:30		
	併設サービス	居宅介護支援		

3	事業所名	訪問看護ステーション いなぎ正吉苑		
	事業所番号	1367191166	法人名	(社福)正吉福祉会
	所在地	〒 206-0812 稲城市矢野口 1804-3		
	TEL	042-370-2202	FAX	042-370-2203
	受付時間	8:30 ~ 17:30		
	併設サービス	居宅介護支援、訪問介護、看護小規模多機能型居宅介護、認知症対応型共同生活介護、夜間対応型訪問介護、定期巡回・随時対応型訪問介護看護		

4	事業所名	訪問看護ステーション いなぎ正吉苑 サテライト		
	事業所番号	1367191166	法人名	(社福)正吉福祉会
	所在地	〒 206-0823 稲城市平尾 4-16-1		
	TEL	042-331-2001	FAX	042-331-2004
	受付時間	8:30 ~ 17:30		
	併設サービス	通所介護、認知症対応型通所介護、介護老人福祉施設、短期入所生活介護		

5	事業所名	訪問看護ステーションゆい若葉台		
	事業所番号	1367191281	法人名	(医)研精会
	所在地	〒 206-0824 稲城市若葉台 3-7-1		
	TEL	042-331-1710	FAX	042-331-1724
	受付時間	9:00 ~ 17:00		
	併設サービス	居宅介護支援、訪問リハビリテーション、通所リハビリテーション、短期入所療養介護、介護老人保健施設		

6	事業所名	あい訪問看護ステーション平尾		
	事業所番号	1365190014	法人名	(医)河北医療財団
	所在地	〒 206-0823 稲城市平尾 3-7-4 コーシャハイム平尾 1 階		
	TEL	042-350-8615	FAX	042-350-8616
	受付時間	8:30 ~ 17:00		
	併設サービス	居宅介護支援		

7	事業所名	訪問看護かえりえ平尾		
	事業所番号	1365190048	法人名	(株)やさしい手
	所在地	〒 206-0823 稲城市平尾 3-7-4 コーシャハイム平尾内		
	TEL	050-1748-6310	FAX	050-3730-7723
	受付時間	9:00 ~ 18:00		
	併設サービス	居宅介護支援、訪問介護、看護小規模多機能型居宅介護、定期巡回・随時対応型訪問介護看護		

通所介護

1	事業所名	高齢者サービスステーション いなぎ正吉苑		
	事業所番号	1375100029	法人名	(社福)正吉福祉会
	所在地	〒206-0823 稲城市平尾 4-16-1		
	TEL	042-331-2001	FAX	042-331-2004
	受付時間	8:30 ~ 17:30		
	併設サービス	認知症対応型通所介護、訪問看護、短期入所生活介護、介護老人福祉施設		

2	事業所名	いなぎ苑		
	事業所番号	1375100060	法人名	(社福)永明会
	所在地	〒206-0804 稲城市百村 255		
	TEL	042-379-5500	FAX	042-379-5131
	受付時間	8:30 ~ 17:30		
	併設サービス	居宅介護支援、訪問介護、訪問入浴介護、地域密着型通所介護、認知症対応型通所介護、短期入所生活介護、介護老人福祉施設、福祉有償運送事業、地域包括支援センター		

3	事業所名	デイサービスセンター ハーモニー松葉		
	事業所番号	1375100177	法人名	(社福)博愛会
	所在地	〒206-0812 稲城市矢野口 1806		
	TEL	042-370-8160	FAX	042-370-8161
	受付時間	8:30 ~ 17:30		
	併設サービス	軽費老人ホーム		

4	事業所名	アクアメイト稲城通所介護事業所		
	事業所番号	1375100292	法人名	(有)沼南メディカルサービス
	所在地	〒206-0803 稲城市向陽台 6-8		
	TEL	042-370-0580	FAX	042-370-0581
	受付時間	8:30 ~ 17:30		
	併設サービス			

5	事業所名	あすかフィジカルセンター平尾		
	事業所番号	1375100730	法人名	(医)明日佳
	所在地	〒206-0823 稲城市平尾 1-54-20 長財ビル 101		
	TEL	042-350-8885	FAX	042-350-8886
	受付時間	8:30 ~ 17:30		
	併設サービス			

6	事業所名	ヒューマンライフケア 稲城の湯		
	事業所番号	1375100409	法人名	ヒューマンライフケア(株)
	所在地	〒206-0802 稲城市東長沼 1715-4 ローズウエスト 1階		
	TEL	042-318-8720	FAX	042-318-8540
	受付時間	9:00 ~ 17:00		
	併設サービス			

7	事業所名	稲城ケアセンターそよ風		
	事業所番号	1375100524	法人名	(株)SOYOKAZE
	所在地	〒206-0811 稲城市押立 1192-1		
	TEL	042-370-0881	FAX	042-370-0882
	受付時間	8:30 ~ 17:30		
	併設サービス	短期入所生活介護		

8	事業所名	ツクイ稲城東長沼		
	事業所番号	1375100599	法人名	(株)ツクイ
	所在地	〒206-0802 稲城市東長沼 2125-1		
	TEL	042-370-2261	FAX	042-370-2262
	受付時間	8:30 ~ 17:30		
	併設サービス			

9	事業所名	デイ・ホームたんぼぼ		
	事業所番号	1375100706	法人名	(社福)春献美会
	所在地	〒206-0822 稲城市坂浜 88-1		
	TEL	042-401-3160	FAX	042-401-3161
	受付時間	10:00 ~ 16:15		
	併設サービス			

10	事業所名	ブルーミングケア稲城坂浜		
	事業所番号	1375100755	法人名	(株)3C
	所在地	〒206-0822 稲城市坂浜 3-30-1		
	TEL	042-401-3616	FAX	042-401-3617
	受付時間	9:00 ~ 17:00		
	併設サービス			

11	事業所名	コンパスウォーク稲城		
	事業所番号	1375100797	法人名	(有)テトシステム
	所在地	〒206-0812 稲城市矢野口 944		
	TEL	042-379-8245	FAX	042-379-8246
	受付時間	平日 9:00 ~ 16:30		
	併設サービス			

12	事業所名	デイサービス 趣味と社交の場		
	事業所番号	1375100821	法人名	(株)玉井企画
	所在地	〒206-0812 稲城市矢野口 313-7 三慶ビル 3階		
	TEL	042-377-6308	FAX	042-377-6318
	受付時間	8:30 ~ 17:30		
	併設サービス			

通所リハビリテーション

1	事業所名	デンマークイン若葉台		
	事業所番号	1357080013	法人名	(医)研精会
	所在地	〒206-0824 稲城市若葉台 3-7-1		
	TEL	042-331-3030	FAX	042-331-3185
	受付時間	9:00～17:00		
	併設サービス	居宅介護支援、訪問看護、訪問リハビリテーション、短期入所療養介護、介護老人保健施設		

2	事業所名	医療法人社団ケアクリーク なかざわ整形外科		
	事業所番号	1315121033	法人名	(医)ケアクリーク
	所在地	〒206-0802 稲城市東長沼 1989-1		
	TEL	042-370-5441	FAX	042-370-5443
	受付時間	8:30～13:00		
	併設サービス			

3	事業所名	アクアピア新百合		
	事業所番号	1455680020	法人名	(医)神緑会
	所在地	〒215-0035 川崎市麻生区黒川 318		
	TEL	044-981-5667	FAX	044-981-5668
	受付時間	9:00～18:00		
	併設サービス	短期入所療養介護、介護老人保健施設		

福祉用具貸与

1	事業所名	株式会社カンパニユラ		
	事業所番号	1375100458	法人名	(株)カンパニユラ
	所在地	〒182-0035 調布市上石原 3-56-16		
	TEL	042-480-2675	FAX	042-446-2662
	受付時間	平日 9:00～17:00		
	併設サービス			

特定施設入居者生活介護

1	事業所名	介護付き有料老人ホーム ベストライフたま		
	事業所番号	1375100722	法人名	(株)ベストライフ東京
	所在地	〒206-0823 稲城市平尾 4-54-2		
	TEL	042-350-7210	FAX	042-350-7211
	受付時間	9:00～18:00 (本社) 9:30～18:30		
	併設サービス			

2	事業所名	介護付き有料老人ホーム ペアウェル多摩川		
	事業所番号	1375100227	法人名	(株)ペアウェル
	所在地	〒206-0802 稲城市東長沼 665		
	TEL	042-377-5770	FAX	042-377-5858
	受付時間	9:00～18:00		
	併設サービス			

3	事業所名	介護付き有料老人ホーム ニチイホーム稲城		
	事業所番号	1375100235	法人名	(株)ニチイケアパレス
	所在地	〒206-0802 稲城市東長沼 696		
	TEL	042-370-3581	FAX	042-370-3582
	受付時間	9:00～18:00		
	併設サービス			

4	事業所名	介護付き有料老人ホーム そんぽの家稲城矢野口		
	事業所番号	1375100581	法人名	SOMPO ケア(株)
	所在地	〒206-0812 稲城市矢野口 1674-1		
	TEL	042-370-3700	FAX	042-370-3701
	受付時間	9:00～18:00		
	併設サービス			

短期入所生活介護

1	事業所名	いなぎ苑		
	事業所番号	1375100060	法人名	(社福)永明会
	所在地	〒206-0804 稲城市百村 255		
	TEL	042-379-5500	FAX	042-379-5131
	受付時間	8:30～17:30		
	併設サービス	居宅介護支援、訪問介護、訪問入浴介護、通所介護、地域密着型通所介護、認知症対応型通所介護、介護老人福祉施設、福祉有償運送事業、地域包括支援センター		

2	事業所名	ショートステイ ひらお苑		
	事業所番号	1375100094	法人名	(社福)平尾会
	所在地	〒206-0823 稲城市平尾 2-49-20		
	TEL	042-331-5666	FAX	042-331-6006
	受付時間	9:00～17:00		
	併設サービス	居宅介護支援、訪問介護、通所介護、介護老人福祉施設、認知症対応型共同生活介護、地域包括支援センター、生活支援ハウス		

3	事業所名	いなぎ正吉苑		
	事業所番号	1375100110	法人名	(社福)正吉福祉会
	所在地	〒206-0823 稲城市平尾 4-16-1		
	TEL	042-331-2001	FAX	042-331-2004
	受付時間	8:30 ~ 17:30		
	併設サービス	通所介護、認知症対応型通所介護、介護老人福祉施設、訪問看護		

4	事業所名	稲城ケアセンターそよ風		
	事業所番号	1375100524	法人名	(株)SOYOKAZE
	所在地	〒206-0811 稲城市押立 1192-1		
	TEL	042-370-0881	FAX	042-370-0882
	受付時間	8:30 ~ 17:30		
	併設サービス	通所介護		

短期入所療養介護

1	事業所名	デンマークイン若葉台		
	事業所番号	1357080013	法人名	(医)研精会
	所在地	〒206-0824 稲城市若葉台 3-7-1		
	TEL	042-331-3030	FAX	042-331-3185
	受付時間	9:00 ~ 17:00		
	併設サービス	居宅介護支援、訪問看護、訪問リハビリテーション、通所リハビリテーション、介護老人保健施設		

2	事業所名	アクアピア新百合		
	事業所番号	1455680020	法人名	(医)神緑会
	所在地	〒215-0035 川崎市麻生区黒川 318		
	TEL	044-981-5667	FAX	044-981-5668
	受付時間	9:00 ~ 18:00		
	併設サービス	通所リハビリテーション、介護老人保健施設		

介護老人福祉施設

1	事業所名	いなぎ正吉苑		
	事業所番号	1375100052	法人名	(社福)正吉福祉会
	所在地	〒206-0823 稲城市平尾 4-16-1		
	TEL	042-331-2001	FAX	042-331-2004
	受付時間	8:30 ~ 17:30		
	併設サービス	通所介護、認知症対応型通所介護、短期入所生活介護		

2	事業所名	いなぎ苑		
	事業所番号	1375100060	法人名	(社福)永明会
	所在地	〒206-0804 稲城市百村 255		
	TEL	042-379-5500	FAX	042-379-5131
	受付時間	8:30 ~ 17:30		
	併設サービス	居宅介護支援、訪問介護、通所介護、地域密着型通所介護、認知症対応型通所介護、訪問入浴介護、短期入所生活介護、福祉有償運送事業、地域包括支援センター		

3	事業所名	ひらお苑		
	事業所番号	1375100078	法人名	(社福)平尾会
	所在地	〒206-0823 稲城市平尾 2-49-20		
	TEL	042-331-5666	FAX	042-331-6006
	受付時間	9:00 ~ 17:00		
	併設サービス	居宅介護支援、訪問介護、通所介護、短期入所生活介護、認知症対応型共同生活介護、地域包括支援センター、生活支援ハウス		

介護老人保健施設

1	事業所名	デンマークイン若葉台		
	事業所番号	1357080013	法人名	(医)研精会
	所在地	〒206-0824 稲城市若葉台 3-7-1		
	TEL	042-331-3030	FAX	042-331-3185
	受付時間	9:00 ~ 17:00		
	併設サービス	居宅介護支援、訪問看護、訪問リハビリテーション、通所リハビリテーション、短期入所療養介護		

2	事業所名	アクアピア新百合		
	事業所番号	1455680020	法人名	(医)神緑会
	所在地	〒215-0035 川崎市麻生区黒川 318		
	TEL	044-981-5667	FAX	044-981-5668
	受付時間	9:00 ~ 18:00		
	併設サービス	通所リハビリテーション、短期入所療養介護		

看護小規模多機能型居宅介護

1	事業所名	複合型サービスセンター やのくち正吉苑		
	事業所番号	1395100082	法人名	(社福)正吉福祉会
	所在地	〒206-0812 稲城市矢野口 1804-3		
	TEL	042-370-2202	FAX	042-370-2203
	受付時間	8:30 ~ 17:30		
	併設サービス	居宅介護支援、訪問介護、訪問看護、認知症対応型共同生活介護、夜間対応型訪問介護、定期巡回・随時対応型訪問介護看護		

2	事業所名	看多機かえりえ平尾		
	事業所番号	1395100108	法人名	(株)やさしい手
	所在地	〒206-0823 稲城市平尾 3-7-4 コーシャハイム平尾内		
	TEL	050-1751-5097	FAX	050-3730-7723
	受付時間	9:00 ~ 18:00		
	併設サービス	居宅介護支援、訪問介護、訪問看護、定期巡回・随時対応型訪問介護看護		

小規模多機能型居宅介護

1	事業所名	小規模多機能型居宅介護 みんなの家・稲城長沼		
	事業所番号	1395100066	法人名	ALSOK 介護(株)
	所在地	〒 206-0802 稲城市東長沼 1713-8		
	TEL	042-370-0380	FAX	042-370-0378
	受付時間	9:00 ~ 18:00		
	併設サービス	認知症対応型共同生活介護		

2	事業所名	小規模多機能型居宅介護 たんぽぽの郷		
	事業所番号	1395100124	法人名	(社福)春献美会
	所在地	〒 206-0824 稲城市若葉台 1-13-5		
	TEL	042-401-4833	FAX	042-401-4844
	受付時間	9:00 ~ 18:00		
	併設サービス	認知症対応型共同生活介護		

地域密着型通所介護

1	事業所名	稲城柔道接骨師会デイサービス		
	事業所番号	1375100318	法人名	稲城柔道接骨師会デイサービス(株)
	所在地	〒 206-0802 稲城市東長沼 1174-7 リベラルハイツ 101		
	TEL	042-401-8755	FAX	042-370-0977
	受付時間	平日 8:30 ~ 17:30、土曜 8:30 ~ 13:00		
	併設サービス	居宅介護支援、通所型サービス		

2	事業所名	サロンデイ稲城		
	事業所番号	1375100425	法人名	(株)サロンデイ
	所在地	〒 206-0801 稲城市大丸 313-1 ビューアイランド OSI 1 階		
	TEL	042-370-5125	FAX	042-370-5126
	受付時間	8:30 ~ 17:30		
	併設サービス	通所型サービス		

3	事業所名	デイサービス 柔		
	事業所番号	1375100516	法人名	(株)みの
	所在地	〒 206-0802 稲城市東長沼 69-2		
	TEL	042-401-5638	FAX	042-401-5638
	受付時間	平日 8:00 ~ 17:30、土曜 8:00 ~ 13:00		
	併設サービス	通所型サービス		

4	事業所名	デイサービス 第二柔		
	事業所番号	1375100565	法人名	(株)みの
	所在地	〒 206-0802 稲城市東長沼 68-2		
	TEL	042-401-5638	FAX	042-401-5638
	受付時間	平日 8:30 ~ 17:30、土曜 8:30 ~ 13:00		
	併設サービス	通所型サービス		

5	事業所名	いなぎ苑 (地域密着)		
	事業所番号	1395100132	法人名	(社福)永明会
	所在地	〒 206-0804 稲城市百村 255		
	TEL	042-379-5500	FAX	042-379-5131
	受付時間	9:30 ~ 17:30		
	併設サービス	居宅介護支援、訪問介護、訪問入浴介護、通所介護、認知症対応型通所介護、短期入所生活介護、介護老人福祉施設、福祉有償運送事業、地域包括支援センター		

認知症対応型通所介護

1	事業所名	高齢者サービスステーション いなぎ正吉苑		
	事業所番号	1375100029	法人名	(社福)正吉福祉会
	所在地	〒 206-0823 稲城市平尾 4-16-1		
	TEL	042-331-2001	FAX	042-331-2004
	受付時間	8:30 ~ 17:30		
	併設サービス	通所介護、短期入所生活介護、介護老人福祉施設		

2	事業所名	いなぎ苑		
	事業所番号	1395100017	法人名	(社福)永明会
	所在地	〒 206-0804 稲城市百村 255		
	TEL	042-379-5500	FAX	042-379-5131
	受付時間	8:30 ~ 17:30		
	併設サービス	居宅介護支援、訪問介護、訪問入浴介護、通所介護、短期入所生活介護、介護老人福祉施設、福祉有償運送事業、地域包括支援センター、地域密着型通所介護		

認知症対応型共同生活介護

1	事業所名	グループホームやまもも		
	事業所番号	1375100193	法人名	(社福)平尾会
	所在地	〒 206-0823 稲城市平尾 2-49-20		
	TEL	042-331-5666	FAX	042-331-6006
	受付時間	9:00 ~ 17:00		
	併設サービス	居宅介護支援、訪問介護、通所介護、短期入所生活介護、介護老人福祉施設、地域包括支援センター、生活支援ハウス		

2	事業所名	グループホーム やのくち正吉苑		
	事業所番号	1395100033	法人名	(社福)正吉福祉会
	所在地	〒 206-0812 稲城市矢野口 1804-3		
	TEL	042-370-2202	FAX	042-370-2203
	受付時間	8:30 ~ 17:30		
	併設サービス	居宅介護支援、訪問介護、訪問看護、看護小規模多機能型居宅介護、夜間対応型訪問介護、定期巡回・随時対応型訪問介護看護		

3	事業所名	グループホーム みんなの家・稲城長沼		
	事業所番号	1395100074	法人名	ALSOK 介護(株)
	所在地	〒 206-0802 稲城市東長沼 1713-8		
	TEL	042-370-0377	FAX	042-370-0378
	受付時間	9:00 ~ 20:00		
	併設サービス	小規模多機能型居宅介護		

4	事業所名	グループホーム たんぽぽの郷		
	事業所番号	1395100116	法人名	(社福)春献美会
	所在地	〒206-0824 稲城市若葉台 1-13-5		
	TEL	042-401-4733	FAX	042-401-4844
	受付時間	9:00 ~ 18:00		
	併設サービス	小規模多機能型居宅介護		

5	事業所名	グループホーム稲城わかば		
	事業所番号	1395100140	法人名	(医)秀巧会
	所在地	〒206-0822 稲城市坂浜 4-8-2		
	TEL	042-350-0611	FAX	042-350-0612
	受付時間	9:00 ~ 17:00		
	併設サービス			

夜間対応型訪問介護

1	事業所名	ホームヘルプステーション やのくち正吉苑		
	事業所番号	1395100058	法人名	(社福)正吉福祉会
	所在地	〒206-0812 稲城市矢野口 1804-3		
	TEL	042-370-2202	FAX	042-370-2203
	受付時間	8:30 ~ 17:30		
	併設サービス	居宅介護支援、訪問介護、訪問看護、看護小規模多機能型居宅介護、認知症対応型共同生活介護、定期巡回・随時対応型訪問介護看護		

定期巡回・随時対応型訪問介護看護

1	事業所名	ホームヘルプステーション やのくち正吉苑		
	事業所番号	1395100058	法人名	(社福)正吉福祉会
	所在地	〒206-0812 稲城市矢野口 1804-3		
	TEL	042-370-2202	FAX	042-370-2203
	受付時間	8:30 ~ 17:30		
	併設サービス	居宅介護支援、訪問介護、訪問看護、看護小規模多機能型居宅介護、認知症対応型共同生活介護、夜間対応型訪問介護		

2	事業所名	やさしい手 平尾定期巡回随時対応型訪問介護看護事業所		
	事業所番号	1395100090	法人名	(株)やさしい手
	所在地	〒206-0823 稲城市平尾 3-7-4 コーシャハイム平尾内		
	TEL	050-1753-4343	FAX	042-350-5837
	受付時間	9:00 ~ 18:00		
	併設サービス	居宅介護支援、訪問介護、訪問看護、看護小規模多機能型居宅介護		

稲城市で受けられるその他のサービス

生活支援のためのサービス……………76

生活支援ホームヘルプサービス……………	76
日常生活用具の給付……………	76
住宅改修予防給付……………	76
住宅設備改修給付……………	77
生活支援・緊急ショートステイ……………	77
在宅医療支援病床……………	77
粗大ごみの運び出しサービス・ 高齢者等のごみ出し支援サポートシール…	77
会食交流会・配食サービス……………	78
有償家事援助「いなぎ ほっとサービス」…	78
家事援助サービス(シルバー人材センター)…	78
友愛訪問員……………	79
寝具乾燥サービス……………	79
福祉電話貸与……………	79
ふれあい電話……………	79
老人性白内障手術に伴う 特殊眼鏡等費用助成……………	79
見守り電球サービス……………	80
見守りセンサーサービス……………	80
緊急通報システム……………	80
救急医療届出制度……………	80
徘徊高齢者家族支援サービス……………	81
認知症初期集中支援チーム……………	81
オレンジカフェ(認知症カフェ)……………	81
紙おむつの支給……………	82
おむつ専用袋の配布……………	82
避難行動要支援者市民相互支援ネットワーク (避難行動要支援者登録)……………	83
ハンディキャブ(福祉有償運送)……………	83
稲城市循環バス(iバス)……………	83

住まいと暮らし……………84

高齢者住宅(ジョイハウスたまがわ)……………	84
都営住宅(長峰地区シルバーピア)……………	84
サービス付き高齢者向け住宅……………	84
生活支援ハウス(どんぐり)……………	85
民間賃貸住宅入居支援(家賃債務保証制度)……	85
軽費老人ホーム……………	85
理美容割引券交付……………	86
出張理髪サービス割引券交付……………	86
東京都シルバーパス……………	86
東京都の入居支援……………	86

生活支援のためのサービス

記載の金額は令和5年度の単価です。

生活支援ホームヘルプサービス

おおむね65歳以上のひとり暮らしや高齢者のみ世帯で、傷病等により一時的に生活に支障がある方にヘルパーを派遣し、家事援助や軽度の生活支援を週2時間まで行います。

利用できる方 介護保険の要介護認定を受けていない方

利用料 1時間 240円

お問い合わせ ▶ 地域支援係 TEL 042-378-2111 内線 220・228

日常生活用具の給付

日常生活において、必要と認められる65歳以上の方に特定の用具を給付します。

利用できる方 介護保険の要介護認定で「非該当（自立）」と認定された方

- 種目**
- ① 腰かけ便座 (給付限度額 51,500円)
 - ② 入浴補助用具 (給付限度額 90,000円)
 - ③ 歩行支援用具 (給付限度額 53,600円)
 - ④ スロープ (給付限度額 50,500円)
 - ⑤ シルバーカー (給付限度額 35,100円)

利用料 対象経費の1割～3割（生活保護受給者は無料）

お問い合わせ ▶ 介護保険係 TEL 042-378-2111 内線 282・283

住宅改修予防給付

65歳以上で、介護予防のために住宅改修が必要と市が認めた方に給付します。

利用できる方 介護保険の要介護認定で「非該当（自立）」と認定された方

- 種目**
- ① 手すりの取り付け
 - ② 床段差解消
 - ③ 床材の変更
 - ④ 引き戸への取り替え
 - ⑤ 洋式便器への取り替え

給付限度額 20万円

利用料 対象経費の1割～3割（生活保護受給者は無料）

お問い合わせ ▶ 介護保険係 TEL 042-378-2111 内線 282・283

住宅設備改修給付

65歳以上で、住宅設備改修が必要と市が認めた方に給付します。

利用できる方 介護保険において、要介護認定を受けている方

- 種目**
- ① 浴槽の取り替え（既存の浴槽での入浴が困難な方。 給付限度額 379,000円）
 - ② 流し・洗面台の取り替え（車イス使用の方で本人が主に調理し、又は使用する方。 給付限度額 156,000円）
 - ③ 便器の洋式化（和式便器から水洗洋式便器に取り替える場合等。 給付限度額 106,000円）

利用料 対象経費の1割～3割（生活保護受給者は無料）

お問い合わせ ▶ 介護保険係 TEL 042-378-2111 内線 282・283

生活支援・緊急ショートステイ

おおむね65歳以上の方で、虚弱等により支援を要する方が、社会的理由等により一時的に保護を必要とした場合に、介護施設に一定期間ショートステイできるものです。

（社会的理由とは、高齢者を支援している家族等の疾病・出産・冠婚葬祭・事故災害、やむを得ない事由等）

利用できる方 介護保険の要介護認定を受けていない方

利用料 1日 650円（別に食費がかかります）

お問い合わせ ▶ 地域支援係 TEL 042-378-2111 内線 220・228

在宅医療支援病床

訪問診療を受けている要介護高齢者の病状の変化時（救急搬送を要請する状態を除く）や、介護者の社会的理由等により、入院するための病床です。

利用できる方 市内在住で要介護認定を受けている方。またはそれに準ずる方で、訪問診療を行う医師（かかりつけ医）が、一時的に入院の必要があると認める方

利用方法 訪問診療を行う医師（かかりつけ医）にご相談ください。

利用料 通常の医療費がかかります。

お問い合わせ ▶ 地域支援係 TEL 042-378-2111 内線 220・228

粗大ごみの運び出しサービス・高齢者等のごみ出し支援サポートシール

- ① 粗大ごみの運び出しサービス
粗大ごみを排出場所に出すことが困難な65歳以上の高齢者のみの世帯・身体障害者手帳（1級～4級）をお持ちの方のみの世帯を対象に、お部屋からの運び出しを行います。
- ② 高齢者等のごみ出し支援サポートシール
高齢等により、ご自身でごみ出しが困難な方々を支援している介護支援専門員（ケアマネジャー）、ホームヘルパーや親族の方へ、収集日以外にごみが出せるよう、「ごみ出し支援サポートシール」をお渡しします。希望する方は、生活環境課へ申請を行っていただいた際に、シールをお渡ししますので、ごみが散乱しないよう、ご自身で用意した収納容器（ポリバケツ等）に、直接シールを貼って使用してください。

申請できる方 介護支援専門員（ケアマネジャー）、訪問介護員（ホームヘルパー）、同居していない親族又はそれに準ずる方

対象のごみ 燃えるごみ、燃えないごみ、プラスチックごみ、古紙・古布、有害物・金属物

お問い合わせ ▶ 生活環境課ごみ・リサイクル係 TEL 042-378-2111 内線 302・303・304



会食交流会・配食サービス

- ① 会食交流会
福祉センターをはじめとする市内の公共施設等で毎月11回、高齢者の方のために行っている昼食交流会です。ボランティアが用意したお食事を皆で食べ、食後はレクリエーションを楽しんだり、介護予防について等、情報提供を行っています。
また、さまざまな交流活動をしている「たまりば」も東長沼の拠点で実施しています。
- ② 配食サービス
食事づくりが困難な家庭へ、月曜から金曜日まで、週5日間、夕食をお届けするサービスです。必要な期間、必要な日に利用することができます。利用開始にあたっては訪問スタッフがお伺いし、利用される方の状況から食事内容、配達方法などを個別に対応させていただきます。配食時在宅確認・見守りをしています。おせち料理のお届けもあります。
- 利用できる方** ① 会食交流会（70歳以上の方ならどなたでも）
② 配食サービス
（高齢者世帯・高齢者のひとり暮らし、病後・産後などで食事づくりが困難な方）
- 利用料** 年会費として1口 2,000円で1口以上は共通（家族割引あり）
① 会食交流会・「たまりば」… 毎回 参加費 300円
① 配食サービス…月曜～金曜 1食 620円

お問い合わせ ▶ 特定非営利活動法人支え合う会みのり TEL 042-378-8757 FAX 042-379-1234

有償家事援助「いなぎ ほっとサービス」

「いなぎ ほっとサービス」は、住民同士の助け合いの精神にもとづき、会員制により有償で家事等のサービスを提供するものです。
なお、ご利用にあたっては、ほっとサービスの登録会費（年会費500円利用会員のみ）が必要になります。

- 利用方法** 高齢や障害、病気などの事情により、生活していく上で援助を必要とする方
- 活動会員** このサービスに理解と熱意がある18歳以上の方
- 内容** 室内の掃除、洗濯、買い物、食事づくりなど
- 利用料(活動費)** 1時間 900円～（※30分 450円）

お問い合わせ ▶ 稲城市社会福祉協議会 在宅支援係 TEL 042-378-8211 FAX 042-379-3722

家事援助サービス（シルバー人材センター）

家事援助を必要とする方を事前に訪問し、あらかじめ作業内容を決めた上で、家事援助サービスを提供します。

- 利用できる方** 家事援助が必要な方
- 内容** 日常的な室内の掃除、洗濯等
（例：居間の掃除機がけと拭き掃除、食器洗い、トイレの掃除等）

※介護・介助及び育児支援（お子様の見守り等）は行いません。
※内容によりお受けできないこともあります。

- 利用料** 1時間 1人あたり1,180円～（最低2時間からの利用となります）
別途、交通費や材料費等の実費が必要になる場合があります。

※ご依頼を受けてから会員を探しますので、実施にいたるまでに時間がかかります。
会員が見つからない場合もありますので、あらかじめご了承ください。

お問い合わせ ▶ 公益社団法人 稲城市シルバー人材センター TEL 042-377-2212 FAX 042-377-7692

寝具乾燥サービス

65歳以上のひとり暮らしや寝たきりの状態の方で、寝具を干すのに適していない住環境の方に月1回、寝具を消毒・乾燥するサービスです。

- 内容** 敷布団・掛布団・毛布・マットレス各1枚の消毒、乾燥

お問い合わせ ▶ 高齢福祉係 TEL 042-378-2111 内線 222・223

福祉電話貸与

65歳以上のひとり暮らしまたは、高齢者のみ世帯で電話を持っていない方（所得制限があります）に電話機器を貸与し、毎月の基本電話料金と300円までの通話料金を助成します。なお、市内に、2親等以内の血族が居住している場合は対象になりません。

お問い合わせ ▶ 高齢福祉係 TEL 042-378-2111 内線 222・223

ふれあい電話

65歳以上の要介護認定を受けていないひとり暮らしの方や、同居者が居ても長時間ひとりで過ごされている方などを対象に定期的に電話にて声の訪問をし、話し相手になったり、安否確認をするサービスです。

お問い合わせ ▶ 高齢福祉係 TEL 042-378-2111 内線 222・223

老人性白内障手術に伴う特殊眼鏡等費用助成

- 利用できる方** 65歳以上の方
（手術後に）人工水晶体を入れられない方
手術を行った日の翌日から1年を経過していない方
所得が基準以下の方
- 内容** 老人性白内障の患者で、手術によって視力の回復が可能と診断されたが、手術の結果、人工水晶体を挿入できず、特殊眼鏡またはコンタクトレンズを必要とする方に、その購入費用の一部を限度額まで助成します。
特殊眼鏡代 一對につき 40,000円
コンタクトレンズ 一眼につき 25,000円

お問い合わせ ▶ 高齢福祉係 TEL 042-378-2111 内線 222・223

見守り電球サービス

通信機能と一体のLED電球を設置し、電球の点灯・消灯の動きが24時間以上ない場合、事前に設定した家族・知人などの通知先へメールでお知らせします。通知先の方の依頼に応じてスタッフが訪問します。

利用できる方 75歳以上の一人暮らしの方

利用料 無料

お問い合わせ ▶ 高齢福祉係 TEL 042-378-2111 内線 222・223

見守りセンサーサービス

睡眠状態を計測するマットセンサーや温湿度センサーを設置し、計測した睡眠状態・生活リズムのデータを専用アプリで提供します。温湿度の異常を感知した場合は、専用アプリで家族などにお知らせします。エアコンの遠隔操作による室温管理も可能です。利用を希望される場合は、普段かかわりのあるケアマネジャーや地域包括支援センターにご相談の上、お申込みください。

利用できる方 一人暮らしまたは日中独居の方で、要介護認定及び要支援認定を受けた方

利用料 無料

お問い合わせ ▶ 高齢福祉係 TEL 042-378-2111 内線 222・223

緊急通報システム

家庭の電話回線を利用した緊急通報端末機器を設置し、利用者が緊急事態に陥ったときに、機器本体やペンダント式機器のボタンを押すことで委託業者のコールセンターにつながり、必要に応じて委託業者・救急隊があらかじめ登録された利用者情報をもとに出動します。

利用できる方 おおむね65歳以上のひとり暮らしの高齢者または高齢者のみ世帯あるいは同居の親族が長時間家を留守にする世帯であって、身体上心臓疾患等の慢性疾患があり、日常生活において常時注意を要する状態にある方

利用料 296円（税別）
（住民税非課税者は、無料）

お問い合わせ ▶ 地域支援係 TEL 042-378-2111 内線 220・228

救急医療届出制度

迅速な救急体制が必要な市民が稲城消防署に連絡先やかかりつけ医等をあらかじめ登録しておくこと、119番した際に医療届出番号を伝えることで、救急車が登録先に出動し、病院に搬送する制度です。

お問い合わせ ▶ 稲城消防署警防課救急係 TEL 042-377-7119

徘徊高齢者家族支援サービス

おおむね65歳以上の高齢者で、著しい徘徊行動の見られる方に対して、携帯型端末機器を貸与し、行方不明となったときには24時間体制の受信センターと家族との連携で居場所を探索し、事故等を未然に防ぐことにより家族が安心して介護できるよう、支援するサービスです。

（また、自己負担になりますが、オプションサービスとして、機器による探索・利用会社の協力を受け、探索出動があります。）

利用料

① 加入料金	2,475円（税込）
② 充電器	1,375円（税込）
③ 基本料金（月額）	660円（税込）
④ オプションサービス	位置情報提供料・探索出動料がかかります。

お問い合わせ ▶ 地域支援係 TEL 042-378-2111 内線 220・228

認知症初期集中支援チーム

認知症の方、またはその疑いのある方を医師や専門職が訪問し、ご本人やご家族の状況に合わせた病院の受診やサービスの利用を支援します。

利用できる方 40歳以上で、ご自宅で生活をされており、認知症の症状などでお困りの方

利用料 無料

お問い合わせ ▶ 地域包括支援センター（7ページ参照）

オレンジカフェ（認知症カフェ）

「物忘れが気になる」、「こんな物忘れ私だけ？他の人のことも聞いてみたい」そんな悩みを抱える方同士が気軽に立ち寄って話せる場所です。

「オレンジカフェ 矢野口」

開所日時 毎月第1・第3木曜日 13:30～15:30

内容 ふらっとカフェ（矢野口 1659-4）
普段はどなたでも立ち寄れるカフェですが、この時間はオレンジカフェとしてのみオープンしています。

「オレンジカフェ 向陽台」

開所日時 毎月第2・第4水曜日 13:30～15:30

場所 生活支援サービス拠点 向陽台（向陽台6-9 1号棟110号室）

お問い合わせ ▶ 地域支援係 TEL 042-378-2111 内線 220・228

紙おむつの支給

- 利用できる方**
- ① 市内在住、在宅の満65歳以上または介護保険第二号被保険者で、臥床等の状態にあるため、常時おむつを必要としている要介護認定1～5の方、または障害者手帳をお持ちの方
 - ② 市内在住、在宅の満4歳以上64歳以下で、常時おむつの必要な状態にある障害者手帳をお持ちの方

品目 テープ型・パンツ型・尿とりパット等

利用料	住民税非課税の方又は64歳以下で障害者手帳をお持ちの方	無料
	所得割非課税（均等割のみ課税）	1割
	所得割課税の方（6万円以下）	3割
	//（6万円超～46万円以下）	5割
	//（46万円超）	10割

※上記利用料は、生計の中心となる方の所得に応じた負担となります。

限度額 当事業指定の支給品目一覧表から選択し、合計金額が、1ヵ月5,000円を限度とする現物支給
※支給限度額を超えた場合は、その差額は全額負担となります。

- 提出書類**
- (1) 紙おむつ支給申請書（社会福祉協議会来所または社会福祉協議会のホームページよりダウンロード）
 - (2) 「介護保険被保険者証」「介護保険要介護認定結果通知書」もしくは「障害者手帳」の写し
 - (3) 生計の中心となる方の「市民税・都民税（非）課税証明書」（最新のもの）
※市役所または出張所で発行
 - (4) 世帯全員の載った「住民票」（最新のもの）※市役所または出張所で発行

利用できる方②に該当する方は(3)(4)の提出は不要です。

ホームページ <https://inagishakyo.org/info/use/disposable-diaper/>



お問い合わせ ▶ 稲城市社会福祉協議会 在宅支援係
TEL 042-370-2480 FAX 042-379-3722

おむつ専用袋の配布

利用できる方 高齢者や障害者手帳をお持ちの方など、おむつを必要としている方

配布枚数 1回の申請につき、1人3組（30枚）まで

申請・配布場所 市役所総合案内・生活環境課（休日開庁日は市民課）、平尾・若葉台出張所、子ども家庭支援センター（向陽台小学校敷地内）、保健センター、市内地域包括支援センター、生活支援サービス拠点

※生活環境課への電話申込により、第二文化センター・第四文化センターでの受け取りも出来ます。

※社会福祉協議会の紙おむつの支給事業を受けている方は、おむつと一緒に配布致します。

使用方法 汚物をとり除いた紙おむつのみをおむつ専用袋に入れ、燃えるごみの日に排出（他のごみが混ざっていると収集できません。）

※紙おむつは指定収集袋でも出すことができます。

お問い合わせ ▶ 生活環境課ごみ・リサイクル係
TEL 042-378-2111 内線 302・303・304

避難行動要支援者市民相互支援ネットワーク（避難行動要支援者登録）

災害時に自力で避難することが困難な高齢者・障害者等が所在、その他の情報を市役所に登録することにより、関係する行政機関や民生委員・自主防災組織等が日頃から把握することで災害時にいち早く安否確認して、迅速な初期支援活動につなげるネットワークづくりを目指します。

お問い合わせ ▶ 生活福祉課地域福祉係 TEL 042-378-2111 内線 208・213

ハンディキャブ（福祉有償運送）

身体の障害や高齢等により、歩行が困難な方の通院や外出に積極的な社会参加を支援するため、ハンディキャブ（リフト付自動車）を運行します。

利用できる方 単独でタクシー等の公共交通機関の利用が困難で、車イス利用者等歩行が困難な方で、ハンディキャブ事業の会員の方（年会費 各500円）
※家族またはヘルパーの同乗が必要となります。

利用日時 本会事務局発着時間で午前8時30分から午後5時15分まで（祝祭日・年末年始を除く）

利用範囲 発着地のいずれかが稲城市で、稲城市福祉センターを起点に直線距離 25Km 以内

利用料 市内片道利用500円、市外10km 圏内片道利用800円、市外10km 圏外片道利用1,500円
※ 有料道路通行料金及び有料駐車場使用料金はその都度利用者負担

利用予約 利用日の属する前月の1日から2日前まで（土、日、祝日を除く 8：30～17：00）
※利用にあたっては事前に会員登録が必要です。担当職員が訪問し、詳しい説明と申請手続きを行います。
※運転協力が確保できない場合、悪天候や車両故障等により運行が不可能になった場合は、利用をお断りする場合があります。

お問い合わせ ▶ 稲城市社会福祉協議会 在宅支援係
TEL 042-378-8426 FAX 042-379-3722

稲城市循環バス（iバス）

市内を走っている赤いバス「i（あい）バス」は、駅、市役所、市立病院、総合体育館などの公共施設を結びながら運行しており、AコースからEコースの5つの路線があります。

各路線のご案内や時刻表は、市役所や各出張所、文化センター、市立病院などの公共施設でお配りしています。なお、すべてのバスで車イスに乗ったままご利用いただけます。

利用料（全線均一料金）
大人（中学生以上）【現金】180円 【IC】178円
子ども（小学生）【現金・IC】50円
未就学児童 無料
※シルバーパス・Suica・PASMO 等もご利用いただけます。

お問い合わせ ▶ 管理課交通対策係 TEL 042-378-2111 内線 313
※運行状況の確認や忘れ物については、小田急バス（株）新百合ヶ丘営業所へお問い合わせください。
小田急バス（株）新百合ヶ丘営業所 TEL 044-299-9196

住まいと暮らし

高齢者住宅（ジョイハウスたまがわ）

高齢者住宅「ジョイハウスたまがわ」は、稲城市が民間建主のご協力を得て、高齢者の方が安心して生活を送れるよう、集合住宅を一棟借り上げ、住宅に困窮している高齢者に居室を提供するものです。この住宅に空きが出たときに新規入居者を募集します。

所在地 稲城市押立 410-3

間取り 1DK 8戸 2DK 2戸

利用できる方 ○65歳以上でひとり暮らしの方等で、住宅に困窮している方
（または、65歳以上を含む60歳以上のふたり暮らしの方）
○市内に引き続き2年以上お住まいの方

お問い合わせ▶ 高齢福祉係 TEL 042-378-2111 内線 222・223

都営住宅（長峰地区シルバーピア）

低所得・住宅困窮者向け都営住宅「シルバーピア」では、空室が出たときに毎年2月・8月頃に入居者の募集があります。

所在地 稲城市長峰 3-8 3号棟

間取り 単身者世帯用 1DK 二人世帯用 2DK

利用できる方 ○65歳以上でひとり暮らしの方、または申込者本人が65歳以上で同居しようとする65歳以上（配偶者はおおむね60歳以上）の親族のいる方
○都内に引き続き3年以上お住まいの方
○住宅に困っている方
○所得が一定額以下の方

お問い合わせ▶ 東京都住宅供給公社都営住宅募集センター TEL 03-3498-8894
都営住宅・都民住宅の総合案内テレホンサービス TEL 03-6418-5571

サービス付き高齢者向け住宅

サービス付き高齢者向け住宅とは、住宅としての居室の広さ、設備、バリアフリーなどのハード面の条件を備えるとともに、ケアの専門家による安否確認や生活相談サービスの提供などにより、高齢者が安心して暮らすことができる住宅です。入居に関する問い合わせは、各住宅へ直接ご連絡ください。

住宅名	所在地	TEL
そんぼの家S稲城長沼	稲城市東長沼1124-1	042-370-0651
そんぼの家S稲城	稲城市東長沼2430	042-370-3161
コーシャハイム平尾	稲城市平尾3-7-4	050-1753-4248

生活支援ハウス（どんぐり）

生活支援ハウス「どんぐり」は、稲城市が社会福祉法人に委託し、健康的に自立した生活を築くことを目的とした共同生活の場です。

常勤の生活援助員に指導を受け「元気に、明るく生活する」ことを入居者は目標にしています。

所在地 稲城市平尾 2-49-20

間取り ワンルーム（約11畳）・ミニキッチン・トイレ付

利用できる方 ○稲城市内に1年以上居住している60歳以上のひとり暮らしの方で、高齢等により独立して生活することに不安がある方、または家族などから生活援助を受けることが困難な方
○現在、居住場所がないか、あっても老朽化等により住宅に困窮している方
○その他、申請書式にもとづき稲城市で判定をさせていただきます

利用料 ①前年の収入に応じて、月額0～50,000円
②共用部分の光熱水費や共同で利用する物の購入費として、月額約16,000円

お問い合わせ▶ 高齢福祉係 TEL 042-378-2111 内線 222・223

民間賃貸住宅入居支援（家賃債務保証制度）

この制度は、保証人が見つからないために、民間賃貸住宅への契約が困難となっている高齢者世帯の方の入居を支援するものです。

保証料を自己負担することで、入居から退去、明渡しまで保証人の代わりに民間保証会社の金銭保証が受けられます。

高齢者世帯が当該保証機関に支払う初回保証料の一部を市が助成いたします。

利用できる方 ○稲城市に引続き1年以上住所を有し、かつ民間賃貸住宅に居住していて、稲城市内の民間賃貸住宅へ転居する、65歳以上のひとり暮らし世帯または65歳以上の方で構成される世帯
○現に保証人を付すことができないこと

申請 保証会社と保証委託契約を行い、民間賃貸住宅に住み替え後、必要な書類を添付の上、市役所の窓口で助成申請をしていただきます。

お問い合わせ▶ 高齢福祉係 TEL 042-378-2111 内線 222・223

軽費老人ホーム

健康的に自立しており家庭での生活が困難な方が、低料金で食事や日常生活のサポートを受けられる施設です。

施設名 ケアハウス ハーモニー松葉

法人名 社会福祉法人 博愛会

所在地 稲城市矢野口 1806

TEL 042-370-8160

受付時間 9:00～17:00

その他 利用に関する問い合わせは施設へ直接ご連絡ください。

お問い合わせ▶ 社会福祉法人 博愛会 ケアハウス ハーモニー松葉
TEL 042-370-8160

理美容割引券交付

75歳以上で住民税非課税の市民の方に稲城市内指定の理容・美容室で利用できる割引券を交付します。

- 内 容** 理美容割引券 1枚 1,000円 年間交付枚数 5枚(4/1～6/30申請した場合)
以後、申請日により交付枚数は異なります。

お問い合わせ▶ 高齢福祉係 TEL 042-378-2111 内線 222・223

出張理髪サービス割引券交付

65歳以上の方で、長期にわたって居宅において寝たきりの状態、またはこれに準ずる状態にあたるため介護を必要とする方には、出張理髪サービス割引券を交付します。

- 内 容** 出張理髪サービス割引券 1枚 1,000円 年間交付枚数 10枚(4/1～9/30申請した場合)
9月30日以後の申請は、交付枚数が5枚になります。

※出張理髪サービス割引券の利用に関しては、利用される理髪店にご確認ください。

お問い合わせ▶ 高齢福祉係 TEL 042-378-2111 内線 222・223

東京都シルバーパス

都バス・都営地下鉄・都電・都内民営バスを利用できるパスの交付を受けられます。

- 利用できる方** 東京都に住所を有する満70歳以上の都民の方。ただし、寝たきりの方は除きます。
(新たに70歳を迎える方はその誕生月の初日(1日)から、1日生まれの方は、前の月の1日から交付を受けられます。)

- 利 用 料** 住民税非課税の方
住民税が課税で合計所得金額が135万円以下の方 1,000円
(証明するものが必要です)
住民税が課税で合計所得金額が135万円以上の方(10月～3月末) 20,510円
4月からは半年分 10,255円

お問い合わせ▶ 東京バス協会(シルバーパス専用電話) TEL 03-5308-6950
発行受託事業者(シルバー人材センター) TEL 042-377-2212

東京都の入居支援

住宅確保要配慮者向け賃貸住宅の登録制度

- 住まいにお困りの方の入居を拒まない賃貸住宅として賃貸人(大家)が登録しています。
- 専用WEBサイト「セーフティネット住宅情報提供システム」
<https://www.safetynet-jutaku.jp/guest/index.php>
から登録住宅を閲覧できます。
- 登録物件の中に入居したい住宅が見つかったら、その住宅の連絡先に問い合わせてください。

お問い合わせ▶ 東京都住宅政策本部民間住宅部安心居住推進課住宅セーフティネット担当
TEL 03-5388-3320

連絡先一覧

市の施設

稲城市役所	東長沼 2111	TEL 042-378-2111
平尾出張所	平尾団地 34号棟内	TEL 042-331-6346
若葉台出張所	若葉台 2-5-2(i プラザ 1階)	TEL 042-350-6321
保健センター	百村 112-1	TEL 042-378-3421 FAX 042-377-4944
稲城消防署	東長沼 2111	TEL 042-377-7119
地域振興プラザ	東長沼 2112-1	TEL 042-378-2112

稲城市社会福祉協議会(福祉センター)

稲城市社会福祉協議会 (福祉センター)	〒206-0804 稲城市百村 7 TEL 042-378-3366 FAX 042-378-4999
------------------------	--

地域福祉の推進を目的とし、市民のボランティア活動等福祉活動への参加促進や、さまざまな福祉サービスを提供する社会福祉法人です。

- 内 容**
- ①地域住民の社会福祉に対する理解と関心を深めるための普及、広報活動
 - ②社会福祉関係機関、団体などとの連絡調整、活動費助成、調査研究
 - ③ボランティア活動の推進
 - ④生活福祉資金などの各種貸付事業
 - ⑤共同募金(歳末たすけあい運動)への協力
 - ⑥有償家事援助、紙おむつ支給、ハンディキャブの運行
 - ⑦心配ごと相談
 - ⑧ふれあいセンターの設置・運営支援……………位置図 P27～28
 - ⑨稲城市福祉権利擁護センターの運営
 - ⑩ファミリー・サポート・センターの運営
 - ⑪障害者地域活動支援センター・障害者相談支援事業
 - ⑫障害者居宅介護事業等のホームヘルプサービス
 - ⑬障害者生活介護・就労継続支援事業
 - ⑭稲城市福祉センターの管理、運営
 - ⑮その他(車いす・イベント機材の貸し出し)

稲城市福祉センター	開館日時 祝祭日、年末年始を除く毎日 午前8時30分～午後5時
-----------	---------------------------------

市民の福祉の増進を図るために市内の福祉関係団体、ボランティアグループ等の活動拠点として、会議室の貸出、活動支援等を行います。

民生委員・児童委員

民生委員は、厚生労働省大臣から委嘱された非常勤の地方公務員です。それぞれ担当区域を持ち、子どもや高齢者、障害者などの見守り活動を行ったり、身近な相談相手として、生活上のお悩みや心配ごとを聞き、必要な相談窓口等のご案内をしています。守秘義務がありますので、安心してご相談ください。

お問い合わせ 稲城市役所生活福祉課地域福祉係 TEL 042-378-2111 内線 208

認知症支援コーディネーター

市内2カ所の地域包括支援センターに認知症の専門の相談員として認知症支援コーディネーターを配置しています。認知症の方とご家族がお住まいの地域で安心して生活できるように支援いたします。あなたのこと、ご家族のこと等、心配なことがありましたらお気軽にご相談ください。相談は無料です。

お問い合わせ 地域包括支援センターやのくち TEL 042-379-8575
 地域包括支援センターこうようだい TEL 042-370-0040

いなぎ在宅医療・介護相談室

医療と介護の両方を必要とする高齢者等が、住みなれた地域で自分らしい生活が送れるよう、相談や支援を行います。相談は無料です。

業務内容 ○在宅医療に関する相談受付、情報提供をします
 ○主治医の紹介をします
 相談受付 月・水・金（午前9時～午後4時）
 お問い合わせ TEL 042-377-4964 FAX 042-377-9099（稲城市医師会内）

地域連携型認知症疾患医療センター（稲城台病院）

東京都が指定した医療機関です。専門医療相談のほか、地域で関係機関との連携推進活動を行っています。物忘れ 外来（予約制）も受け付けていますので、まずはお問い合わせください。

お問い合わせ 稲城台病院 TEL 042-331-5531

家族を介護している方へ

地域包括支援センターでは、家族等を介護している方への支援を行っています。

家族介護教室 認知症の方との接し方や症状への対処法、介護のポイント、お口の手入れや義歯の扱い方、介護者の健康に関すること等をわかりやすくお話しします。

介護者交流会 介護についての不安や悩みを、介護をしている方同士でお話しします。

認知症サポーター養成講座を実施しています

認知症サポーターとは、認知症について正しい知識をもち、認知症の方や家族を温かい目で見守る「応援者」のことです。講座では、認知症とはどんな病気か、認知症の方への接し方等を知りやすくお伝えします。

その他の相談窓口

相談の種類・窓口名称	内容等	連絡・予約先	お問い合わせ
消費生活相談	悪質商法など消費者トラブルの相談 相談日 月～金（午前9時30分～正午、午後1時～3時30分）	消費生活センター相談室 相談専用電話 TEL 042-378-3738	稲城市役所 市民部市民協働課 TEL 042-378-2111 内線 272
法律相談	相続、離婚、借金など法律の問題（相談日の2週間前から予約できます） （月8回程度実施）	予約専用電話 TEL 042-378-2286 予約は午前8時30分から午後5時まで （正午から午後1時を除く）	
人権・身の上相談	人権侵害・対人関係のトラブルなど （月2回実施・前日までの予約）		
いなぎ女性の悩み相談	パートナーからの暴力、結婚・離婚の問題、夫婦・親子関係、仕事・職場での人間関係、子育てや介護の問題（月3回実施・前日までの予約）		
その他の相談	「広報いなぎ」の相談あんないをご覧ください		
日本司法支援センター（法テラス）	無料法律相談・裁判費用の立替など（収入・資産要件を満たす方）		法テラス多摩（立川市曙町） TEL 050-3383-5327 法テラス八王子（八王子市明神町） TEL 050-3383-5310
リーガルサポート東京支部（公益社団法人 成年後見センター）	無料法律相談・裁判費用の立替・書類作成代行など	東京都内司法書士 TEL 03-3353-8191	
ぱあとなあ東京（権利擁護センター）	成年後見制度利用に関する総合相談	東京社会福祉士会 TEL 03-5944-8466	
オアシス（高齢者・障害者総合支援センター）	老後の生活設計の相談や、財産管理などの生活援助相談	東京弁護士会 TEL 03-3581-9110	
しんらい（成年後見センター）	成年後見等の法律相談	第一東京弁護士会 面接相談 TEL 03-3595-8575 電話相談 TEL 03-3581-9110	
女性弁護士による法律相談	夫婦間・親子間のトラブルなど	日本女性法律家協会 TEL 03-3265-8118（予約制）	

ようご 高齢者の権利擁護のしくみ 高齢者の尊厳と権利を守りましょう！

介護保険制度は、利用者本人が自ら選び「契約」にもとづいてサービスを利用する制度です。介護保険制度によるサービスを利用するためには、施設や事業者との契約が必要です。しかし、認知症や障害などのために判断能力が十分でなく自分でサービスを決めることができなかつたり、契約することができない場合に支援する制度があります。



成年後見制度

成年後見制度は、認知症などで判断能力が十分でない人の契約支援をする目的で介護保健制度と同時に始まりました。高齢者や障害者の生活、権利、尊厳、財産を守ります。申し立て方法や詳細については、地域包括支援センターや稲城市福祉権利擁護センター「あんしん・いなぎ」、市役所にご相談ください。また、東京家庭裁判所後見サイト <https://www.courts.go.jp/tokyo-f/saiban/kokensite/index.html> から検索できます。

福祉サービス利用援助事業（地域福祉権利擁護事業）

成年後見制度を利用するほどではないけれど、判断能力に不安がある人が利用できる制度です。稲城市福祉権利擁護センター「あんしん・いなぎ」へご相談ください。「あんしん・いなぎ」では、本人の意思に基づき、適切な福祉サービス等を利用するうえで必要な相談支援を行っています。

稲城市福祉権利擁護センター「あんしん・いなぎ」 TEL 042-378-5459 FAX 042-378-4999（福祉センター内）	
主な内容	①福祉サービスの情報提供や利用の手続き、利用料の支払いなどの援助 ②日常的な金銭管理（税金・保険料、公共料金、家賃支払い、年金の受け取りなど）の支援 ③大切な書類など（預貯金通帳、印鑑、有価証券、年金証書など）の保管 （①が基本サービスで、②・③はオプションサービスです） 本人や家族などが直接「あんしん・いなぎ」に相談できます。その後、本人の申し込みにより、希望と状況に応じた支援計画が作成され、本人と契約後、援助が提供されます。
費用	サービス内容により利用料が異なりますので、直接「あんしん・いなぎ」へお問い合わせください。 相談は無料です。

相談事業（費用：無料）	
主な内容	福祉サービス利用に関する相談・情報提供・苦情相談 判断能力が十分でない方の権利擁護相談 成年後見制度の利用に向けた相談・支援
専門相談事業（費用：無料、予約制）	
主な内容	弁護士等による専門的な相談で具体的な解決に向けて支援します。 ●高齢者・障害者のための法律相談 遺産相続、遺言、権利侵害、財産侵害、消費者被害、成年後見制度など
稲城市保健福祉サービス苦情解決委員会の運営	
主な内容	保健福祉サービスについての苦情や不満を受け付け、より良いサービスが受けられるように支援します。客観的かつ公平な立場で第三者性を有する「稲城市保健福祉サービス苦情解決委員会」が、問題解決に向けた調査や事業者との調整などを行います。ただし、介護保険及び医療については、対象としていません。

稲城市高齢者虐待防止ネットワーク

虐待予防・発見・対応・支援

「高齢者虐待防止法」の施行を受け、稲城市と地域包括支援センターは、関係機関と連携し、高齢者虐待防止ネットワークをつくり、予防から自立支援まで切れ目のない支援を行っています。

