

狛江市 シルバーガイドブック

平成30年度版



狛江市福祉保健部高齢障がい課

このガイドブックは、狛江市にお住まいの高齢者の方々や、
介護をされているご家族に対し、

- ・生活の困りごとを相談できる窓口
- ・日常生活を支援するサービス
- ・なるべく介護を必要とする状態にならないための活動場所

などをご紹介します手引きです。

生活に困りごとができたときなどにお役立てください。

(なお、掲載しているサービスなどは平成 30 年 7 月末現在のものとなります。)



相談したい

福祉総合相談(市役所)・地域包括支援センター	1
高齢者や家族からの介護・生活・健康などの総合相談窓口です。	
こまほっとシルバー相談室	2
都営粕江団地の一角にある、高齢者や家族の相談窓口です。	
民生委員・児童委員	2
各地域の委員が高齢者や家族からの相談に応じ、対応機関へとつなげます。	
健康相談	5
保健師・管理栄養士・歯科衛生士が健康に関する相談に応じます。	
消費生活相談	5
架空・不当請求など、消費者契約一般についての相談窓口です。	
かくれ嚥下障害の相談(摂食嚥下機能支援)	6
むせる、咳き込む、飲み込みにくいなどの相談に応じます。	
住まいの相談窓口	6
さまざまな事情で住まいの確保にお困りの方からの相談に応じます。	
コミュニティ・ソーシャルワーカー	7
今の制度では解決しにくい困りごとの相談に応じながら、地域の支え合いの支援を行います。	
その他の相談窓口	8
東京都内に設置されているさまざまな相談窓口を紹介します。	

生活を支えるサービスを使いたい

徘徊高齢者探索サービス	9
認知症により徘徊が見られる高齢者の位置情報をご家族等に提供します。	
あんしんS(緊急通報装置)	10
高齢者のみ世帯などに、緊急時に親族などに通報できる機器を貸し出します。	
あんしん見守りサービス	11
一人暮らしの方に、緊急事態を感知し、警備会社へ通報する機器を貸し出します。	
高齢者火災安全システム	12
特に安全面の配慮が必要な高齢者に、防災機器などを給付します。	
高齢者配食サービス	13
心身状態から食事の確保が困難な方に、安否確認とあわせて夕食を配達します。	
介護用品支給事業	14
在宅の高齢者に、おむつを含む介護用品の支給をします。	
高齢者自立支援日常生活用具給付事業	15
身体機能の低下が見られる高齢者に、つえやシルバーカーなどを給付します。	

笑顔サービス	17
地域住民のささえあいにより、有料で生活支援を行います。	
シルバー人材センターの家事援助サービス	18
シルバー人材センターにより、有料で家事援助などのサービスを提供します。	
電話訪問サービス	18
ボランティアが定期的な電話により、高齢者の健康確認や話し相手をします。	
理容・美容サービス	19
寝たきりなど的高齢者に、訪問・来店で散髪が利用できる券を交付します。	
入浴券の交付	19
自宅に入浴施設のない方などに公衆浴場の入浴券を交付します。	
自立支援住宅改修費給付事業	20
バリアフリー化するための住宅改修費用を給付します。	
不動産担保型生活資金の貸付	21
不動産を担保として生活資金を貸し付けます。	
成年後見制度	21
判断能力が十分でない方のために法定後見人などが支援する制度です。	
あんしん狛江	22
福祉サービスを利用される方が安心してサービスを利用できるよう支援します。	
狛江市高齢者運転免許証自主返納	23
自主的に運転免許証を返納した方に対して、狛江ブランド農産物等を進呈します。	

住まいを探したい

住まいの相談窓口(再掲)	24
さまざまな事情で住まいの確保にお困りの方からの相談に応じます。	
シルバーピア(いわど・のがわ・いずみ)	25
住宅に困窮している高齢者に対し、公営の高齢者専用住宅を提供します。	
老人ホームなど的高齢期の住まい	26
在宅での生活が困難な高齢者が生活する老人ホーム等の施設の紹介です。	
都営住宅(ポイント方式・抽選方式)	27
東京都の高齢者向け都営住宅をご案内します。	
都営住宅(シルバーピア)	28
東京都の高齢者世帯向け都営住宅をご案内します。	
特別養護老人ホームの申込方法	29
病気や障がいなどで在宅生活が困難となった方が入居できる介護施設です。	

健康・医療の検査・診療を受けたい

健康診査31
市内健診実施医療機関で各種検査を行います。

在宅寝たきり高齢者歯科診療31
寝たきり状態で通院による診療が困難な方のために訪問診療を行います。

活動したい・介護予防に取り組みたい

うんどう教室32
市内の公園で運動遊具を使った簡単な体操を行います。

シルバー体操33
粕江市民総合体育館で開催する軽体操などの教室です。

地域包括支援センターで行う介護予防教室33
地域包括支援センターで行う介護予防教室です。

はつらつ健康セミナー34
簡単な体操や認知症予防に効果的な体操を3か月程度の期間で実施します。

口腔ケア講座・健口講座34
粕江市歯科医師会歯科医によりお口の健康に関連する講座を開催します。

介護予防手帳(粕江市生き生きガイド・わたしの生き生きノート)35
介護予防につながる活動を紹介し、自身の活動も記録できるノートを配布します。

シルバー人材センター36
就業を希望する高齢者に臨時的かつ短期的な仕事を提供します。

シルバーパス37
70歳以上の方に都営地下鉄、都・民営バスに乗れるパスが発行されます。

老人福祉センター38
あいとぴあセンター内にある健康増進などのための施設です。

あいとぴあセンタープール39
健康的な生活を営めるよう、あいとぴあセンターのプールを開放しています。

小地域福祉活動40
地域住民同士により行われているお茶のみ会などの活動を紹介します。

高齢者会食会41
外出の機会、人との出会いの機会を提供するため、会食会を実施します。

老人クラブ(長寿会など)42
会員の自主運営により、健康関連の講演会や歌謡交流会などの活動を行います。

ボランティア・市民活動の相談43
ボランティアや市民活動に関する相談窓口です。

福祉カレッジ43
高齢・障がい・子ども等の地域福祉に関わる講義やワークを行います。

市民農園(シルバー世帯区画)	44
約 15 m ² の農園を貸与します。楽しく野菜や花を作り、収穫をお楽しみください。	

その他

狛江市エンディングノート	45
ご自身の最期を見つめて、自分の想いや情報を整理できる市独自のエンディングノートを配布しています。	
だれでもトイレ・血圧計の設置	45
市役所内に誰でも安心して使えるよう配慮したトイレを設置しています。	

高齢者虐待について知りたい(相談窓口など)	46
-----------------------------	----

認知症について知りたい(相談窓口など)	48
---------------------------	----

相談したい

福祉総合相談（市役所）

事業概要

市役所2階にある福祉の総合相談窓口です。高齢者、障がいのある方、生活が困窮している方などの相談を受けています。

窓 口 福祉相談課（03-3430-1111）

- ・高齢者・障がい者（児）の相談 → 相談支援係（内線 2274）
- ・生活保護の相談 → 生活支援係（内線 2211）
- ・生活困窮全般（生活保護除く）の相談 → こま Y E L L（エール）（内線 2925）

地域包括支援センター

事業概要

高齢者やそのご家族、地域に暮らす人などの介護に関する悩みや、虐待や認知症に関する相談を受けています。センターには、保健師・社会福祉士・主任ケアマネジャーなどが在籍しています。

窓 口

① あいとぴあ地域包括支援センター

担当地域	中和泉・西和泉・元和泉・東和泉
開所日時	月曜日～土曜日（第三土曜日を除く） 午前8時30分～午後5時30分
所在地	狛江市元和泉2-35-1 あいとぴあセンター内
電 話	03-5438-3565



② 地域包括支援センターこまえ正吉苑

担当地域	和泉本町・東野川・西野川
開所日時	月曜日～土曜日 午前8時30分～午後5時30分
所在地	狛江市西野川2-27-23
電 話	03-5438-2522



③ 地域包括支援センターこまえ苑

担当地域	岩戸南・岩戸北・猪方・駒井町
開所日時	月曜日～土曜日 午前8時30分～午後5時30分
所在地	狛江市岩戸南4-17-17
電 話	03-3489-2422



こまほっとシルバー相談室

事業概要

都営狛江団地の商店街の一角にある、高齢者やその家族などが困りごとなどを相談できる窓口です。また、地域のみなさまと連携して、高齢者の見守り活動を行っています。

【開設時間】 平日午前9時～午後5時（年末年始を除く）

【場 所】 都営狛江団地商店街内（和泉本町4－7－27－106）

窓 口

こまほっとシルバー相談室（03-3430-7121）

福祉相談課相談支援係（03-3430-1111 内線 2274）

民生委員・児童委員

事業概要

地域住民の方から、個人や家族の力だけでは解決することのできない困った問題、心配ごと、悩みごとなどを相談を受け、相談内容に応じて、福祉サービスや関係機関へとつなげるなど、幅広く福祉活動を行っています。

民生委員・児童委員は、「常に住民の立場に立って」住民からの相談に応じ、必要な援助を行うことが民生委員法にも明記され、「人格を尊重し、秘密を守ること」「差別的な取り扱いをしないこと」などが義務付けられています。心配ごとや悩みごとがある方は、お気軽にご相談ください。

民生委員の連絡先については、次ページからの民生委員・児童委員一覧表を確認し、居住する区域の担当委員の連絡先を下記窓口までお問い合わせください。

窓 口

地域福祉課地域福祉係（03-3430-1240）

	氏 名	担当区域
第一地区	1 渡邊 由美子	西野川1丁目全域
	2 松本 葉子	西野川2丁目1～33番
	3 栗山 恵美	西野川3丁目全域
	4 富永 登美子	西野川4丁目1～13番・和泉本町4丁目11番25号
	5 荻野 修	西野川2丁目34～41番、4丁目14～42番
	6 橋井 節子	和泉本町1丁目1～9番、37番
	7 鈴木 敏郎	和泉本町1丁目35番(グランドメゾン)
	8 大矢 美枝子	和泉本町1丁目36番(セントラルハイツ)
	9 中谷 三代子	和泉本町1丁目10～34番
	10 長谷川 善彦	和泉本町2丁目全域
	11 鈴木 茂	和泉本町3丁目1～25番
	12 松本 和美	和泉本町3丁目26～39番、4丁目1～6番、8～10番
	13 地域福祉課	和泉本町4丁目7番1～11号
	14 渡邊 成就	和泉本町4丁目7番12～19号・51号4丁目11番
	15 地域福祉課	和泉本町4丁目7番20～23号・41～50号
	16 地域福祉課	和泉本町4丁目7番24～28号・36～40号
	17 今成 稔	和泉本町4丁目7番29～35号
	18 三角 佐智子	岩戸北1丁目全域
	19 田中 麗子	岩戸北2丁目全域
	20 河村 久男	岩戸北3丁目1～14番
	21 上遠野 秀夫	岩戸北3丁目15～23番、東和泉1丁目1～5番
	22 関 陽一	岩戸北4丁目全域
	23 稚田 千春	東野川1丁目1～11番、31～36番 4丁目14～16番
	24 伊倉 房江	東野川1丁目12～30番
	25 稲田 康子	東野川2丁目全域、3丁目1～14番
	26 宮谷 敏江	東野川3丁目15～22番
	27 高木 良枝	東野川4丁目1～13番、17～30番
	91 梅本 ろり絵	主任児童委員
	92 大塚 直美	主任児童委員

民生委員・児童委員一覧表（第二地区）

（平成 30 年 7 月 1 日現在）

	氏 名	担当区域
第 二 地 区	1 飯田 美佐江	中和泉 1 丁目全域
	2 毛塚 哲	中和泉 2 丁目全域
	3 篠原 久子	中和泉 3 丁目 1～30 番
	4 花澤 美代子	中和泉 3 丁目 31～36 番、中和泉 4 丁目全域
	5 飯田 弘恵	中和泉 5 丁目 1～21 番
	6 杉本 美恵子	中和泉 5 丁目 22～43 番
	7 地域福祉課	西和泉 1 丁目 1～14 番、16 番
	8 地域福祉課	西和泉 1 丁目 15 番、2 丁目全域
	9 市川 衛	元和泉 1 丁目全域
	10 河西 和	元和泉 2 丁目全域
	11 佐藤 まり子	元和泉 3 丁目全域、東和泉 4 丁目 5～11 番
	12 谷田部 豊子	東和泉 1 丁目 6～28 番、2 丁目 1～5 番
	13 谷田部 茂	東和泉 1 丁目 29～36 番、2 丁目 6～20 番
	14 地域福祉課	東和泉 3 丁目全域、4 丁目 1～4 番
	15 大我 一恵	猪方 1 丁目全域
	16 恵山 礼子	猪方 2 丁目 5～26 番
	17 浅沼 洋子	猪方 2 丁目 1～4 番 3 丁目 1～13 番・17～19 番・21～24 番
	18 羽田野 栄子	猪方 3 丁目 14～16 番、20、25～41 番
	19 伊藤 和子	猪方 4 丁目全域
	20 門脇 由美子	駒井町 1 丁目全域、2 丁目 1～4 番
	21 井本 宏明	駒井町 2 丁目 5～36 番
	22 小塚 裕子	駒井町 3 丁目全域
	23 清水 豊子	岩戸南 1 丁目全域
	24 三竹 真知子	岩戸南 2 丁目 1～15 番
	25 根石 洋子	岩戸南 2 丁目 16～27 番、3 丁目 13～27 番
	26 荒井 則子	岩戸南 3 丁目 1～11 番
	27 藤井 陽子	岩戸南 4 丁目全域
	91 五辺 博子	主任児童委員
	92 高橋 蘭子	主任児童委員

健康相談

事業概要

健康に関する相談に、保健師・管理栄養士・歯科衛生士が面接や電話で応じます。

対象者

市内在住の方

手続き

【受付日時】 平日午前 9 時～午後 4 時（正午～午後 1 時を除く）

【受付場所】 あいとぴあセンター

随時対応しますが、担当者が不在の時もありますので事前にお電話ください。

窓口

健康推進課健康推進係（あいとぴあセンター内）（03-3488-1181）

消費生活相談

事業概要

架空・不当請求や訪問販売、電話勧誘販売、インターネットにおける契約などのトラブル、クーリング・オフについてのアドバイスなど、消費者契約一般について、消費生活相談員が相談を受け付けています。

受付日時

平日（土日祝日、年末年始を除く。）午前 9 時～正午、午後 1 時～3 時

費用

無料

その他

契約トラブルや被害を未然に防ぐため、広報「こまえ」に相談事例を掲載しています。

また、地域活性課ではその事例をまとめた「狛江市消費生活相談事例集」を配布しています。ぜひご活用ください。

窓口

狛江市消費生活センター（地域活性課 03-3430-1111 内線 2229）

かくれ嚥下障害の相談（摂食嚥下機能支援）

事業概要

加齢や病気などで、食べる機能が低下していき、むせる（咳き込む）、飲み込みにくい、食べる量が減ったなどの症状が出る場合があります。肺炎や窒息事故につながる場合もありますので、早めに気づき、対応することがとても大切です。気になることがありましたらご相談ください。

対象者

市内在住の方

窓口

健康推進課健康推進係（あいとぴあセンター内）（03-3488-1181）

住まいの相談窓口

事業概要

高齢者や障がい者など、様々な事情により住まいの確保にお困りの方からの相談を受け付け、要望に見合う民間賃貸住宅とのマッチングを行います。

※公営住宅は対象外です。

対象者

高齢者、障がい者、子育て家庭など

実施日時

原則毎月第一火曜日

午前 10 時～10 時 50 分、午前 11 時～11 時 50 分（2 枠）

費用

無料

申込み・窓口

地域福祉課 3430-1240（直通）まで電話で申込み（事前予約制）

コミュニティ・ソーシャルワーカー

事業概要

高齢、障がい、子どもなどの種別を問わず、今ある制度では解決しにくい困りごとを抱えている方に寄り添い、一緒に考え、その解決に向けてのお手伝いをします。また、一人ひとりの支援に加え、地域づくりのパートナーとして、地域のささえあいの支援を行います。

対象者

中和泉、東和泉、元和泉、西和泉、中和泉にお住まいの方で福祉に関する困りごとをお持ちの方

※他地域にお住まいの方へのご相談は、今後段階的に担当者を配置し対応していく予定です

実施日時

月曜～金曜日 午前8時30分～午後5時

窓口

狛江市社会福祉協議会 コミュニティソーシャルワーカー担当 (03-3488-0313)

その他の相談窓口

東京都保健医療情報センター (東京都福祉保健局)	24 時間医療機関案内 コンピューターによる自動応答サービス http://www.himawarimetro.tokyo.jp 保健医療福祉相談 保健医療に関する相談や問合わせに相談員が応じます。 【受付日時】 平日午前 9 時～午後 8 時 (電話) 03-5272-0303 (外国語専用) 03-5285-8181 (聴覚障がい者向け専用 FAX) 03-5285-8080
患者の声相談窓口 (東京都福祉保健局)	多摩府中保健所医療安全支援センター 都内での医療に関する問題を自ら解決するための助言などを行い、患者と医療機関との信頼関係構築を支援します。 【受付日時】 平日午前 9 時～正午、午後 1 時～5 時 ※診療所・歯科診療所に関する相談はこちらとなります。 ※相談は原則 30 分以内 (電話) 042-362-4691
東京消防庁テレホンサービス (東京消防庁)	救急相談センター 急病やケガで対応に迷った際に、受診等の判断や応急手当のアドバイス、医療機関案内など、相談医療チームが 24 時間年中無休で対応します。 (電話) #7119 (携帯電話、PHS、プッシュ回線) 042-521-2323 (ダイヤル回線)
高齢者のための夜間安心電話 (公益社団法人東京社会福祉士会)	高齢者やその家族の抱える保健や福祉に関わる心配ごとや悩みについて情報提供を主とした相談を受けています。 【受付日時】 毎日午後 7 時 30 分～10 時 30 分 (電話) 03-5944-8640
認知症てれほん相談 (公益社団法人認知症の人と家族の会)	認知症高齢者を在宅で介護している家族などへの精神的な援助と情報提供をしています。 【受付日時】 毎週火曜日・金曜日(祝日と年末年始は除く。) 午前 10 時～午後 3 時 (電話) 03-5367-2339
認知症 110 番 (公益社団法人認知症予防財団)	認知症の家族や認知症に関心のある方の相談に専門家が答えます。 【受付日時】 月曜日・木曜日(祝日と年末年始は除く。) 午前 10 時～午後 3 時 (電話) 0120-654874 http://www.mainichi.co.jp/ninchishou/

※平日とは、土曜日・日曜日・祝日・年末年始を除いた日をいいます。

生活を支えるサービスを使いたい

徘徊高齢者探索サービス

事業概要

徘徊高齢者の早期発見及び保護による安全の確保を図り、介護者の負担を軽減することを目的として、認知症により徘徊が見られる高齢者に端末機を携帯してもらい、介護者の照会に対して、24 時間体制で対象者の位置情報を提供します。

対 象 者

おおむね 65 歳以上（初老期認知症に該当する方は 65 歳未満も含む。）の方で、認知症により日常的に徘徊し、本サービスの利用が必要と認められる方を介護する世帯。

負 担 額

利用契約にかかる申込金 5,400 円
機器使用料 540 円/月

手 続 き

利用申請書により窓口で申請してください。その後、地域包括支援センター職員が訪問調査を行います。

市が利用決定をした後は、探索サービスを市が委託している業者と利用契約を結んでいただきます。

窓 口

高齢障がい課高齢者支援係（03-3430-1251）
各地域包括支援センター（1 ページ）

あんしんS（緊急通報装置）

事業概要

高齢者が身体の不調など緊急の状態に陥った場合、登録されたご近所の方や親族、知人の方に通報することにより、緊急事態を知らせることができる緊急通報ボタンを設置（貸与）します。

通報先には、親族や知人の方などの連絡先を3つまで指定できます。

対 象 者

市内在住のおおむね65歳以上の方で、ひとり暮らし、高齢者のみの世帯、または同居家族が日中不在にしがちな世帯の方。ただし、NTTの電話回線が必要です。

（他社と契約の場合は、お取り付けができません。）

また、NTT@ビリングをご利用いただいている場合は、解約していただく必要があります。

負 担 額

無料

手 続 き

利用申請書により窓口で申請してください。

窓 口

高齢障がい課高齢者支援係（03-3430-1251）
各地域包括支援センター（1ページ）

あんしん見守りサービス

事業概要

ひとり暮らし高齢者の居宅に、人の動きを感知する生活リズムセンサーや緊急通報ボタンを設置（貸与）し、日常的に見守り、孤独死の防止及びひとり暮らしに対する不安感の解消を図ります。

利用者が緊急通報ボタンにより通報した時、また、一定時間生活リズムセンサーに生活反応がない時に民間の警備会社に通報されます。

通報を受けた民間の警備会社は、現場へ急行し、安否確認をした上で状況に応じて救急要請及び事前に登録された緊急連絡先に連絡します。

※ 事前に警備会社に鍵を預けていただく必要があります。

対 象 者

市内在住の 75 歳以上のひとり暮らしで、心臓などの慢性疾患があるなど、日常生活を営むうえで常時注意を要する状態にある方

負 担 額

住民税課税の方：月額 300 円

非課税の方：無料

※機器などの設置・撤去に要する費用の利用者負担はありません。

（ただし、転居などにより再設置に要する費用は実費負担が発生します。）

また、機器などの電気料金などは全額利用者の負担となります。

手 続 き

利用申請書により窓口で申請してください。その後、地域包括支援センター職員が訪問調査を行います。

窓 口

高齢障がい課高齢者支援係（03-3430-1251）

各地域包括支援センター（1 ページ）

高齢者火災安全システム

事業概要

寝たきり高齢者やひとり暮らし高齢者などに対して、家庭内での火災を予防し、生活の安全を確保するため、防災機器などを給付します。

対 象 者

品目	対象者等	
自動消火装置	基準額 30,900 円	市内在住のおおむね 65 歳以上の寝たきりの方、ひとり暮らしの方など
	下方放出型簡易自動消火装置で、室内温度の異常上昇または炎の接触で自動的に消火液などを噴射し初期火災を消火し得るものであること。 なお、財団法人日本消防設備安全センターに設置する消防設備等認定委員会において、認定ラベルの貼付がなされているものであること。	
ガス安全システム	基準額 42,200 円	市内在住のおおむね 65 歳以上であって心身機能の低下に伴い防火などの配慮が必要なひとり暮らしの方など
	警報器からの信号受信、ガスの異常使用、地震などの時にガスを自動的に元で遮断し、安全を確保するものであること。	
電磁調理器	基準額 30,900 円	同上
	炎を生じさせず電磁作用によって鍋自身を発熱させる調理器で安全で取扱いが簡単なものであること。※ 卓上型一口タイプのものに限る。	

負 担 額

上表の基準額を上限とする機器購入価格の 1 割。ただし、市民税非課税の方は利用者負担はありません。なお、基準額を超える額については、全額自己負担となります。

手 続 き

利用申請書により窓口で申請してください。その後、地域包括支援センター職員が訪問調査を行います。

窓 口

高齢障がい課高齢者支援係（03-3430-1251）
各地域包括支援センター（1 ページ）

高齢者配食サービス

事業概要

身体的または精神的機能の低下により自ら食事を確保することが困難な高齢者に、定期的に高齢者のための食事を配達し、また併せて安否の確認を行うことで、健康的で安らぎのある在宅生活を営むことができるよう援助します。

対象者

市内在住の次のすべてに該当する方

(1) 65 歳以上で身体的または精神的機能の低下により食事を確保することが困難なひとり暮らしまたは高齢者のみの世帯に属する方

(2) 介護保険法に定める要介護認定において、「要介護状態（要介護 1～5）」または「要支援状態（要支援 1～2）」と認定された方

配達について

月～土曜日の夕食を配達します。（年末年始 12 月 31 日～1 月 2 日を除く。）

介護認定の結果により、利用できる回数に制限があります。

- ・要介護状態（要介護 1～5）の方は、週 6 回まで
- ・要支援状態（要支援 1 または 2）の方は、週 2 回まで

負担額

1 食あたり 500 円（ただし、介護保険料所得段階第 1 段階及び第 2 段階の方は 1 食あたり 400 円に減免されます。）

手続き

利用申請書により窓口で申請してください。その後、地域包括支援センター職員が訪問調査を行います。

窓口

高齢障がい課高齢者支援係（03-3430-1251）

各地域包括支援センター（1 ページ）



介護用品支給事業

事業概要

常時おむつを使用している高齢者などに対して、おむつまたはおむつ以外の介護用品を支給し、介護者の負担軽減を図ります。

対象者

市内在住の常時おむつを使用する在宅介護を受けている方で、次のいずれかに該当する方

- ① 介護保険法に定める要介護認定（以下同じ。）において、
要介護４または要介護５と判定され、かつ市民税が非課税の方
- ② 65歳以上の方で、要介護４または要介護５と判定され、かつ市民税が課税の方
- ③ 要介護３と認定され、かつ常時寝たきり（介護認定に係る調査において、
主治医意見書の日常生活自立度に、Ｂ１からＣ２までの記載があるもの）の方
- ④ ①に該当する方のうち生活保護を受けている方

支給内容

- ・①に該当する方 ⇒ 月額 8,300 円までの「おむつとおむつ以外の介護用品」
 - ・②③に該当する方 ⇒ 月額 5,000 円までの「おむつのみ」
 - ・④に該当する方 ⇒ 月額 3,300 円までの「おむつ以外の介護用品」
- いずれもパンフレットから選んでいただいた商品を委託契約業者から配送します。
（おむつ以外の介護用品は、おしりふき・使い捨て手袋などです。）
なお、上限額を超えた部分については、全額自己負担となります。
また、おむつの支給を受けている方は、ごみ袋が支給されます。

（早見表）

年齢	所得 介護度	非課税の方	課税の方	生活保護を 受けている方
65 歳 以上	要介護 4・5	8,300 円 (おむつと介護用品)	5,000 円 (おむつのみ)	3,300 円 (介護用品のみ)
	要介護 3 (B 1～C 2)	5,000 円 (おむつのみ)	5,000 円 (おむつのみ)	—
65 歳 未満	要介護 4・5	8,300 円 (おむつと介護用品)	—	3,300 円 (介護用品のみ)

手続き

利用申請書により窓口で申請してください。（印鑑要）

③の対象者は、主治医またはケアマネジャーにより記載されたおむつ使用証明書の添付が必要です。

④の対象者は、生活扶助を受けていることを証明する書面の添付が必要です。

窓 口

高齢障がい課高齢者支援係（03-3430-1251）

各地域包括支援センター（１ページ）

高齢者自立支援日常生活用具給付事業

事業概要

寝たきり高齢者、虚弱高齢者などに対し、日常生活の便宜を図り、その福祉の増進を図ることを目的として、歩行支援用具やシルバーカーなど別表に掲げる日常生活用具を給付します。

ただし、介護保険法上の福祉用具の貸与、特定福祉用具販売が利用できる場合は、当該用具は給付の対象とはなりません。

対象者

市内在住の 65 歳以上の方で、別表に定める「対象者」に該当する方

負担額

別表の基準額を上限とした用具購入価格の 1 割または 2 割※
(介護保険サービスの負担割合に準じます。ただし、生活保護を受けている方は、利用者負担はありません。)

なお、基準額を超える額については、全額自己負担となります。

※ 介護保険制度の改正に合わせ、今後 3 割負担が導入させる予定です。

詳細は、下記窓口までお問い合わせください。

手続き

用具の購入前に、利用申請書により窓口で申請してください。その後、地域包括支援センター職員が訪問調査を行います。購入後の申請はできません。

用具の給付が必要と認められた方については、市が給付決定後、業者が用具をお届けします。

窓口

高齢障がい課高齢者支援係 (03-3430-1251)

各地域包括支援センター (1 ページ)

別 表

種 目	基 準 額	対 象 者	性 能 等
腰掛便座	51,500 円	介護保険非該当者の方で排泄に介助を要する方	高齢者の排便のために便利なものであること。ただし、便座によりがたい場合は、ポータブルトイレを給付することができます。
入浴補助用具	90,000 円	介護保険非該当者の方で入浴に介助を要する方	入浴に際し、座位の維持、浴槽への入水などの補助が可能な用具とします。
歩行支援用具	53,600 円	歩行に介助を要する方	おおむね次のような性能を有する手すりなどであること。 ア 高齢者の身体機能の状態を十分踏まえたものであって、必要な強度と安定性を有するものであること。 イ 転倒防止、立ち上がり動作の補助などの目的に適合するものであること。
スロープ	50,500 円	同上	工事を伴わずに、しっかり固定することができ、安全な利用のために十分な強度を有するものであること。
シルバーカー	35,100 円	下肢が不自由な方	高齢者の身体機能の状態を十分踏まえたものであって、必要な強度と安定性を有するものであること。
入浴担架	133,900 円	ねたきりの方で入浴に介助を要する方	高齢者を担架に乗せたままリフト装置により入浴させるものであること。
難燃性寝具	61,800 円	ねたきりの方	防災加工された材質で製造されたもので、財団法人日本防災協会に設置する防災製品認定委員会において認定ラベルの貼付がなされているものであること。
洗髪器	23,700 円	同上	入浴困難なねたきり高齢者の洗髪に便利なものであること。
空気清浄器	51,500 円	同上	室内の空気の消臭・殺菌に効果のあるものであること。

笑顔サービス

事業概要

笑顔サービスは、高齢者や障がい者（児）、子育て中の方などが困ったとき、地域のみなさまの協力によりサービスを提供する、会員制による有料のささえあい活動です。利用される方は、会員になっていただく必要があります。（年会費一口 1,000 円以上）

対 象 者

市内在住のおおむね 65 歳以上の方や障がい者（児）、子育て中の方（産前及び産後 1 か月から就学前の子どものいる家庭）など日常生活を営むのに支援を必要とされる方

サービス内容

家事援助サービス	住居などの掃除、衣類などの洗濯、生活必需品の買い物、食事作りなど
介助サービス	通院介助、外出介助など
その他の簡易なサービス	見守り、話し相手、趣味活動の手伝いなど
子育て支援サービス	子育てに関する援助など

利用料金・利用時間など

対象	利用時間	利用料金
高齢者及び障がい者(児)への援助	月～土曜日の午前9時～午後5時	1 時間 800 円
	※上記以外の時間帯	1 時間 1,000 円
子育て世帯への援助	月～土曜日の午前9時～午後5時	1 時間 1,000 円

※なお、第3土曜日・日曜日・祝日・年末年始は、原則として利用できません。

手 続 き

窓口へお申込みください。

窓 口

泊江市社会福祉協議会笑顔サービス（03-3488-0787）

シルバー人材センターの家事援助サービス

事業概要

シルバー人材センターに登録している健康で就業意欲のある高齢者(原則 60 歳以上)が、有償で家事のお手伝いを行います。

掃除、洗濯、調理、食事作り、買物、部屋の片づけ、ゴミ出し、空き部屋清掃、話し相手、植木の水やりなど。ただし、狛江市内の仕事に限ります。

なお、シルバー人材センターでは、家事援助サービスのほか、除草、植木の剪定などさまざまな仕事を受けています。詳しくは、狛江市シルバー人材センターまでお問合せください。

窓 口

狛江市シルバー人材センター（住所：猪方 4-13-1 電話：03-3488-6735）

電話訪問サービス

事業概要

ボランティアグループ「狛江電話訪問はとの会」により、高齢者や外出が困難な方、地域社会から孤立しがちな方へ電話を通じた見守り活動と孤立死防止の活動を行っています。

研修を積んだボランティアが定期的に電話をかけ（電話訪問）、不安感・孤立感を解消することで、精神的な安定を図るとともに、安否、健康状態などを確認します。また、電話に出ない時は狛江市社会福祉協議会や民生委員などと連携し、安否を確認します。

なお、守秘義務により、会話の中で知り得たプライバシーに関する情報は一切口外しません。

対 象 者

市内在住のおおむね 65 歳以上のひとり暮らしの方、高齢世帯、外出困難な障がいを持つ方

電話訪問日

週 2 回（月曜日と木曜日または火曜日と金曜日）

午後 1 時 30 分～午後 4 時の間

窓口（取り次ぎ）

狛江市社会福祉協議会（03-3488-0294）

理容・美容サービス

事業概要

市内在住の常時寝たきりなどで在宅の方に対し、福祉の向上を目的として、理容・美容サービス券を交付します。この券を使用することにより、理容・美容組合などの協力のもと、散髪またはカットを年6回受けることができます。

対 象 者

次のいずれかに該当し、その状態が3か月以上継続し、なお継続すると認められる方。ただし、生活保護を受けている方は除きます。

- ① 介護保険法に定める要介護認定において、
要介護4または要介護5と判定された方
- ② 要介護3と認定され、かつ主治医意見書に記載された心身の状態に関する意見書
における日常生活の自立度の欄にB1からC2までの記載がなされた方

手 続 き

利用申請書により窓口で申請してください。

窓 口

高齢障がい課高齢者支援係（03-3430-1251）

入浴券の交付

事業概要

健康保持と保健衛生の向上のため、自宅に入浴施設のない方に対し、狛江市・調布市の公衆浴場や世田谷区の一部公衆浴場で利用できる入浴券を月4枚交付します。

対 象 者

市内在住の65歳以上で自宅に入浴施設がない、または、やむを得ない事情により自宅の入浴施設を使用できない状況にあり、常時公衆浴場を利用する方で、市民税が非課税の方。ただし、生活保護受給者で生活扶助を受給している方は除きます。

手 続 き

窓口で申請してください。申請後、自宅の状況を職員が確認し、要件に該当する場合は、市より決定通知及び入浴券を交付します。

窓 口

高齢障がい課高齢者支援係（03-3430-1251）

自立支援住宅改修費給付事業

事業概要

住宅をバリアフリー化するための改修費用を給付します。対象者、工事内容は下表のとおりとなります。なお、現在の困難な動作を解消する福祉的な工事が対象であり、将来的な不安や古くなったための修理や取替えは対象となりません。

改修区分	工事内容	対象者	負担限度額
予防改修	手すりの取り付け、段差の解消、床・通路面の材料変更、扉の取替え、和式から洋式への便器の取替え	市内在住の 65 歳以上で介護保険の要介護認定で自立と判定された方	200,000 円
設備改修	浴槽の取替え（高さ、深さを浅くする工事など）	市内在住の 65 歳以上で介護保険の要介護認定で自立・要支援・要介護と判定された方	379,000 円
	流しまたは洗面所の取替え		156,000 円
	便器の取替え		106,000 円

負担額

上表の負担限度額を上限とした改修費用の 1 割または 2 割※（介護保険サービスの負担割合に準じます。ただし、生活保護を受けている方は、利用者負担はありません。）

なお、負担限度額を超える額については、全額自己負担となります。

※ 介護保険制度の改正に合わせ、今後 3 割負担が導入させる予定です。

詳細は、下記窓口までお問い合わせください。

手続き

申請書に理由書、工事計画書、図面（改修前後）、見積書、写真及び住宅改修承認書（自己所有以外の家屋に居住している場合）を添えて、改修工事前に窓口で申請してください。改修後の申請はできません。申請後、市が現地調査を行います。

窓 口

高齢障がい課高齢者支援係（03-3430-1251）

各地域包括支援センター（1 ページ）

不動産担保型生活資金の貸付

事業概要

現在お住まいの自己所有の不動産(土地・建物)に、将来にわたって住み続けることを希望する低所得高齢者世帯に対し、その不動産を担保として生活資金を貸し付ける制度です。

※貸付契約終了時、不動産を売却して貸付元利金を償還いただきます。

対象者

次のいずれにも該当する高齢者世帯。ただし、生活保護世帯及び公的資金を借受中の世帯は、原則対象外です。

- 1 借入申込者が単独で所有している不動産に居住している世帯
※同居の配偶者が連帯借受人となる場合は、共有の不動産も含む。
- 2 世帯の構成員が原則として 65 歳以上
- 3 世帯の構成が①单身、②夫婦のみ、③①または②の親が同居のいずれか
- 4 世帯員の収入が市民税非課税または均等割課税程度の低所得世帯

対象不動産（土地・建物）

- 1 賃借権などの利用権及び抵当権などの担保権が設定されていない。
- 2 土地の評価額が概ね 1,500 万円以上の一戸建て住宅（集合住宅は不可）

備考

- ・申込みの前に事前審査があります。
- ・申込みから貸付金交付までは数か月かかりますので、予めご了承ください。

窓口

狛江市社会福祉協議会 生活福祉資金担当（03-3488-0294）

成年後見制度

事業概要

判断能力が十分でない方（認知症高齢者・知的障がい者・精神障がい者など）を家庭裁判所が選任した法定後見人などが保護します。

対象者の判断能力に応じて、家庭裁判所が「後見人」「保佐人」「補助人」のいずれかを選任します。これらの法定後見人は、それぞれ法律で定められた範囲で、幅広く援助します。

また、将来、判断能力が十分でなくなった場合に備えて、本人が前もって「任意後見人」と契約を結ぶ「任意後見制度」もあります。

対象者

認知症・知的障がい・精神障がいなどのために、判断能力が十分でない方

助成制度

資産や所得が少なく、費用的な問題で成年後見制度を利用できない方を対象とした助成制度があります。詳しくは、下記窓口へお問い合わせください。

窓口

地域福祉課地域福祉係（03-3430-1240）

狛江市社会福祉協議会 あんしん狛江（03-3488-5603）（21 ページ）

あんしん狛江

事業概要

福祉サービスを利用される方が、地域で安心してサービスを選択し利用できるような以下の事業を行います。

【事業１】福祉サービス利用援助（地域福祉権利擁護事業）

① 利用できる方

狛江市民であり以下に該当する方、そのご家族、ご親族など

- ・判断能力が十分でなく・認知症等もの忘れのある高齢の方、知的障がいや精神障がいのある方
- ・判断能力は十分だが、日常生活を営むのに必要なサービス等の利用に際して支援の必要な高齢の方、身体障がいのある方

② お手伝いの内容

▽ 福祉サービスの利用援助

介護保険などの福祉サービスを使う手続、福祉サービス利用料の支払いをお手伝いします。

▽ 日常的金銭管理

通帳・預貯金の管理や公共料金などの支払いをお手伝いします。

▽ 日常生活支援サービス

必要な郵便物を確認し、各種行政手続などをお手伝いします。

▽ 書類などの預かり

通帳、実印、年金証書、保険証書、契約書などをお預かりします。

なお、支払いや手続のお手伝いは、代行や同行などにより行います。

【事業２】福祉サービス総合相談（福祉サービス総合支援事業）

① 相談内容

▽ 福祉サービスの利用援助、苦情調整

▽ 弁護士による苦情、権利擁護相談

▽ 成年後見制度の利用についての相談など

② 相談日時

- ・月曜日～金曜日 午前８時３０分～午後５時１５分
- ・弁護士相談（予約制） 毎月第３水曜日 午後１時～４時

窓口

狛江市社会福祉協議会 あんしん狛江（03-3488-5603）

狛江市高齢者運転免許証自主返納

事業概要

高齢者の運転による交通事故の防止を目的とし、対象者が申請をした際に、特典として狛江ブランド農産物または狛江市観光協会推奨商品を進呈します。

対 象 者

市内在住で 65 歳以上の運転免許証所持者のうち、
平成 29 年 4 月 1 日以降に自主返納した方
※65 歳の誕生日前の自主返納は対象外です。

申請期間

平成 31 年 3 月 29 日まで

申請方法

必要書類（申請書、取消通知書の写し、身分証明書の写し）を道路交通課に提出（朱肉を使う印鑑を持参）

進呈特典

狛江ブランド農産物、狛江市観光協会推奨商品

窓 口

道路交通課交通対策係（03-3430-1314）

住まいを探したい

住まいの相談窓口

事業概要

高齢者や障がい者など、様々な事情により住まいの確保にお困りの方からの相談を受け付け、要望に見合う民間賃貸住宅とのマッチングを行います。

※公営住宅は対象外です。

対 象 者

高齢者、障がい者、子育て家庭など

実施日時

原則毎月第一火曜日

午前 10 時～10 時 50 分、午前 11 時～11 時 50 分（2 枠）

費 用

無料

申込み・窓口

地域福祉課 3430-1240（直通）まで電話で申込み（事前予約制）

シルバーピア(いわど・のがわ・いずみ)

事業概要

住宅に困っている高齢者に対して高齢者に配慮した高齢者専用の市営集合住宅3棟(単身者向け43戸、世帯向け2戸)を提供します。

シルバーピアには、日常生活の見守りとして、居室に緊急通報装置及び生活活動を感知するセンサーが設置されているほか、入居者の生活相談や見守りを担う生活協力員(ワーデン)を配置しています。

募集に関しては、空き室が発生した場合に行います。その方の置かれた状況や心身の状態などを総合的に判断したうえで入居者を決定します。

対象者

以下のすべてに該当する方

1. 市内に引き続き3年以上お住まいの方
2. 65歳以上のひとり暮らしまたは65歳以上の二人世帯の方
(配偶者は60歳以上)
3. 所得が基準内である方(基準については、別途お問い合わせください。)
4. 持ち家に居住していない方
5. 独立して日常生活を営むことができる方
6. 現に住宅に困窮している方
7. 暴力団員でない方
8. 連帯保証人がいる方
9. 共同住宅のため、居住ルールを厳守できる方

手続き

空き室が発生した場合は、広報「こまえ」などにご案内を掲載します。

また、募集案内・申込書は期間中に窓口で配布します。

窓口

高齢障がい課高齢者支援係(03-3430-1251)

老人ホームなど高齢期の住まい

種類	概要	主な特徴
有料老人ホーム	高齢の入居者に、食事や生活サービス、介護を提供する施設	・料金や規模、元気な人が多いところや要介護者が中心など、ホームによる違いが大きい。 ・入居時に前払金が必要な場合が多い。 ・ホームのスタッフが介護を行う場合が多い。 ・主に民間の株式会社などが運営する。
サービス付き高齢者向け住宅	安否確認や生活相談などの生活支援サービスを提供するバリアフリー構造の高齢者向け住宅	・賃貸借契約であることが多い。 ・生活支援サービスの内容・料金は住宅によって大きく異なる。 ・介護が必要になった場合、原則として外部の介護保険サービスなどを利用する。 ・主に民間の株式会社などが運営する。
軽費老人ホーム（ケアハウス）	独立して生活するには不安がある低所得高齢者が、低額な料金で利用できる施設	・介護が必要になった際に退所を求められることがある。 ・施設のスタッフが介護を行うところと、外部サービスの利用が必要などところがある。
都市型軽費老人ホーム	都市部などにおいて面積要件を緩和し、家賃などの利用料を低額に抑えた軽費老人ホーム	・自炊できない程度の健康状態にあり、独立して生活するには不安が認められる60歳以上の方が対象。 ・介護保険を使う場合は、自宅と同じく、外部サービスを利用する。
認知症高齢者グループホーム	認知症高齢者が5～9人の少人数で共同生活を送りながら、介護や身の回りの世話などを受ける施設	・要支援2以上で認知症の方が対象。 ・家庭的な環境で生活できる。 ・グループホームのスタッフが介護などを行う。 ・入居できるのは、グループホームがある区市町村の住民に限られる。
特別養護老人ホーム	常時介護が必要で在宅介護が困難な高齢者に、生活全般にわたる介護サービスを提供する介護保険施設	・原則要介護3以上の方が対象。 ・重度の介護にも対応可能。重度者が優先的に入所でき、看取りまで行うことも多い。 ・所得によっては低額な費用で利用可能。 ・個室でない場合も多い。個室は一定の費用を要することがある。
老人保健施設	症状は安定したものの自宅での生活が困難な高齢者に、医療ケアと介護、生活サービスなどを併せて提供する介護保険施設	・要介護1以上の方が対象。 ・病院と自宅の中間的位置付けで、自宅復帰を目指してリハビリを受けられる。入所期間が短い。 ・所得によっては低額な費用で利用可能。 ・個室ではない場合も多い。個室は一定の費用を要することがある。

参考：東京都福祉保健局「あんしんなっとく有料老人ホームの選び方」より

都営住宅（ポイント方式）

事業概要

高齢者世帯向け都営住宅募集案内を配布します。都が8月上旬と2月上旬の年2回募集を行い、住宅に困っている度合いの高い方から入居者を決定します。

対 象 者

以下のすべてに該当する方

1. 都内に引き続き3年以上お住まいの方
2. 同居親族がいる方（単身者は申し込めません。）
3. 申込者本人が60歳以上であり、同居親族全員が次のいずれかにあてはまる方
 - ① 配偶者(内縁及び婚約者を含む。)
 - ② おおむね60歳以上の方（申込書配布期間に57歳以上の方）
 - ③ 18歳未満の方
 - ④ 身体障害者手帳の交付を受けている1級～4級の方
 - ⑤ 重度または中度の知的障がい者(愛の手帳の場合は1度～3度)の方
 - ⑥ 精神障害者保健福祉手帳の交付を受けている1級・2級の方
4. 世帯の所得が基準内であること
5. 土地・建物を所有していない方
6. 入居する方が暴力団員でないこと

都営住宅（抽選方式）

事業概要

都営住宅募集案内を配布します。都が5月上旬と11月上旬の年2回募集を行い、抽選により入居者を決定します。家族向と単身者向があります。

対 象 者

以下のすべてに該当する方

1. 都内に居住する成年者
2. 家族向は、同居親族がいる方、単身者向は60歳以上等の条件に加え、配偶者が無かつ単身で居住している方
3. 所得が基準内であること
4. 住宅に困っていること
5. 入居する方が暴力団員でないこと

都営住宅（シルバーピア）（抽選方式）

事業概要

都営高齢者集合住宅（狛江市外）募集案内を配布します。
東京都が8月上旬と2月上旬に募集を行い、抽選で入居者を決定します。
単身者向と二人世帯向があります。

対 象 者

次のすべてに該当する方

1. 都内に引き続き3年以上お住まいの方
2. 単身者向は、65歳以上で配偶者が無かつ単身で居住をしている方、二人世帯向は、65歳以上の親族と同居している方（配偶者はおおむね60歳以上）
3. 所得が基準内であること
4. 土地・建物を所有していない方
5. 入居する方が暴力団員でないこと。
6. 単身者向は、常時介護を必要としない程度に自立した生活が可能であること
※単身者向は、一般募集住宅の他に病死の発見が遅れた住宅等への申込みも可能です。

手 続 き

申込期間及び募集案内・申込書の配布期間は募集時期（5月・8月・11月・2月の各月上旬）に広報「東京都」または広報「こまえ」で確認するか、東京都住宅供給公社都営住宅募集センター（03-3498-8894）で確認してください。

募集案内・申込書は市役所・都庁・都内他区市町村役所・東京都住宅供給公社で配布します。狛江市役所での配布窓口は市民課です。

※配布期間は申込期間より短いためご注意ください。

窓 口

東京都住宅供給公社 都営住宅募集センター（03-3498-8894）
総合案内テレホンサービス（03-6418-5571）

特別養護老人ホームの申込方法

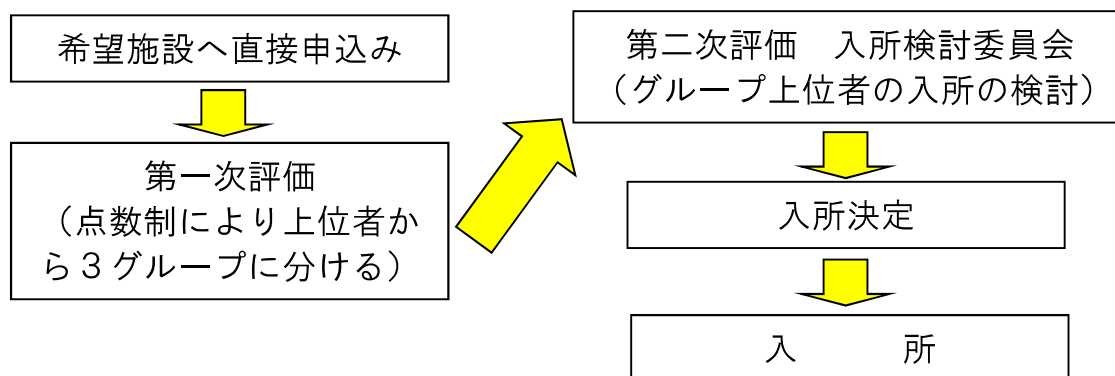
■特別養護老人ホームとは

病気や障がいなどで在宅生活が困難となった方が比較的安価に入居できる介護施設です。

■入所対象となる方

介護保険法に定める要介護認定において、要介護3以上の認定を受けている方(要介護1・2の方も対象となる場合があります。)

■申込みから入所までのながれ



■特別養護老人ホームの入所の決定方法

常時介護を必要とし、かつ居宅での介護が困難な方の優先性と公平性を確保するために点数制となっています。

■評価項目

- ①本人の身体状況 (要介護度・認知症の度合いなど)
- ②介護者の状況 (介護者の有無、健康状態など)
- ③住宅の状況 (介護上の問題など)
- ④サービス利用状況

■狛江市民用のベッドがある特別養護老人ホーム

狛江市民用のベッドがある特別養護老人ホームは、狛江市内に3施設・市外に5施設あります。特別養護老人ホーム一覧表(36ページ)を参考にしてください。各施設で特色があります。入所を希望される前にぜひ見学をしてください。

■申込方法

各施設へ直接申込みとなります。希望施設へ持参するか、郵送またはFAXでも申込みできます。申込みは本人、家族が原則ですが、介護支援専門員(ケアマネジャー)または地域包括支援センター職員も委任を受けて申込みの代行ができます。

■必要書類

- ・指定介護老人福祉施設入所申込書
- ・直近のサービス利用票 (在宅で介護保険サービスを利用されている方のみ)
- ・印鑑(本人のもの)*代行者(家族含む)による申込みの場合は代行者の印鑑も必要

特別養護老人ホーム一覧表

施設名	所在地	交通案内
こまえ苑	〒201-0005 狛江市岩戸南4-17-17 電話 03-3489-2404 FAX 03-3489-2587	狛江駅北口より、こまバス(市内循環バス)南ルート「こまえ苑」下車。 狛江駅より小田急バス宇奈根行「こまえ苑」下車。 狛江駅、和泉多摩川駅より小田急バス喜多見住宅行「喜多見住宅」下車。徒歩3分。
こまえ正吉苑	〒201-0001 狛江市西野川2-27-23 電話 03-5438-0555 FAX 03-3488-0056	狛江駅北口より、こまバス(市内循環バス)北ルート「こまえ正吉苑入り口」下車。 狛江駅より小田急バス成城学園前駅西口行「御台橋」下車。徒歩8分。 調布駅より小田急バス成城学園駅前西口行「御台橋」下車。徒歩8分。
こまえ正吉苑 二番館	〒201-0001 狛江市西野川4-8-8 電話 03-5761-1040 FAX 03-3430-5272	狛江駅北口より、こまバス(市内循環バス)南ルート「前原公園北口」下車。徒歩5分。 国領駅より徒歩 15 分。
桜ヶ丘延寿 ホーム	〒206-0021 多摩市連光寺1-1-1 電話 042-373-4768 FAX 042-373-2200	聖蹟桜ヶ丘駅より徒歩 13 分。 聖蹟桜ヶ丘駅より京王バス諏訪四丁目鶴川行き「新大栗橋」下車。徒歩5分。 京王・小田急永山駅より京王バス聖蹟桜ヶ丘駅行「新大栗橋」下車。徒歩5分。
いなぎ正吉苑	〒206-0823 稲城市平尾 1127-1 電話 042-331-2001 FAX 042-331-2004	若葉台駅より徒歩 18 分。 若葉台駅より稲城市コミュニティバス平尾団地行「正吉苑前」下車。 新百合ヶ丘駅より小田急バス駒沢大学行・稲城駅行・稲城市立病院行、駒沢学園行「平尾浄水場前」下車。徒歩5分。
○いなぎ苑	〒206-0804 稲城市百村 255 電話 042-379-5500 FAX 042-379-5131	稲城駅より徒歩 15 分。 南多摩駅より徒歩 20 分。
◎みやま大樹 の苑	〒192-0152 八王子市美山町 1463 電話 042-651-0161 FAX 042-651-0136	高尾駅より西東京バス美山町行、霊園正門経由美山町行「萩園」下車。徒歩5分 京王八王子駅発は、繊維団地で美山町行に乗り換え(繊維団地バス停から徒歩 12 分)。
◎第二万寿園	〒189-0024 東村山市富士見町 2-1-2 電話 042-394-4855 FAX 042-397-3594	久米川駅南口より西武バス第3小学校まわり万寿園前下車。 立川駅北口より西武バス第3小学校経由久米川駅行万寿園前下車。

- ① ○印のついた施設は、胃ろうの方も対応可能な施設です。
- ② ◎印のついた施設は、経管栄養、胃ろうの方も対応可能な施設です。（第二万寿園は、経管の方は早期胃ろうへの転換を条件とする場合のみ受付対応可。）
- ※ 経管栄養、胃ろうの方の受付については随時状況が変わりますので、直接施設へお問い合わせください。

健康・医療の検査・診療を受けたい

健康診査

事業概要

生活習慣病の予防・早期発見のために、市内の健診実施医療機関で問診、身体測定、視診、聴打診、血圧測定、検尿、血液検査などの検査を行います。

ただし、医師が必要と判断した方については、心電図、眼底検査、胸部レントゲン検査などを実施します。

対象者

後期高齢者医療保険に加入されている 75 歳以上の方（後期高齢者医療保険に加入されている 65 歳～74 歳で一定の障がいがある方を含む。）

手続き

対象者には受診券を送付します。受診券と保険証を必ず持参し、市内の健診実施医療機関を受診してください。実施期間などは、広報「こまえ」または、受診券と一緒に送付する案内をご確認ください。

窓口

健康推進課健康推進係（あいとぴあセンター内）（03-3488-1181）

在宅寝たきり高齢者歯科診療

事業概要

在宅で寝たきりの状態にあり、通院による歯科診療を受けることが困難な方に、申請に基づき診療担当医を決定したうえで診療前に予診当番医が訪問調査をし、診療を行います。ただし、調査の結果、診療ができない場合もあります。

診療費については、保険適用による一部本人負担があります。

対象者

市内の居宅に在住の 65 歳以上の寝たきりの方及びこれに準ずる状態にある方で、通院による診療を受けることが困難な方

手続き

希望する家族の方が、印鑑と保険証などを持参のうえ、直接健康推進課（あいとぴあセンター内）の窓口へお越しください。

窓口

健康推進課健康推進係（あいとぴあセンター内）（03-3488-1181）

活動したい・介護予防に取り組みたい

うんどう教室

事業概要

市内4か所の公園で、遊具を使って月2回簡単な体操を楽しみながら行います。

対象者

概ね65歳以上の市民の方

費用・申込み

無償・申込み不要

窓

高齢障がい課高齢者支援係（03-3430-1251）

平成30年度 実施場所・日時

会場 雨天 会場	西河原公園 〔あいとぴあセンター〕 2階研修室BC 一部講座室		藤塚第四児童公園 〔上和泉地域センター〕 2階講座室		岩戸川緑地公園 〔岩戸地域センター〕 2階会議室A		谷戸橋南広場 〔谷戸橋地区センター〕 多目的室 第4木曜日のみ	
曜日	第1・3金曜日 *5月は変更		第1・3金曜日 *5月は変更		第2・4木曜日		第2・4木曜日	
時間	午前 (10時30分～正午)		午後 (2時～3時30分)		午後 (2時～3時30分)		午前 (10時30分～正午)	
4月	6日	20日	6日	20日	12日	26日	12日	26日
5月	11日	18日	11日	18日	10日	24日	10日	24日
6月	1日	15日	★1日	15日	14日	28日	14日	28日
7月	6日	20日	6日	20日	12日	26日	12日	26日
8月	3日	17日	3日	17日	9日	23日	9日	23日
9月	7日	21日	7日	21日	13日	27日	13日	27日
10月	★5日	19日	5日	19日	11日	25日	11日	25日
11月	2日	16日	2日	16日	8日	22日	8日	22日
12月	7日	21日	7日	21日	★13日	27日	13日	27日
1月	4日	18日	4日	18日	10日	24日	10日	24日
2月	1日	15日	1日	15日	14日	28日	14日	★28日
3月	1日	15日	1日	15日	14日	28日	14日	28日

★は体力測定日です

＜持ち物＞ 飲み物・汗ふきタオル

＜服装＞ 動きやすい服装（運動くつを着用してください）

シルバー体操

事業概要

運動不足の解消や健康の維持・増進を目的として体操などを行う教室を開いています。体力に自信のない方・あまり運動経験のない方もご参加いただけます。

▽ 月曜日【ストレッチと軽体操のクラス】

身体に良い姿勢を作りながら平衡力を養い呼吸を大切にしたりリズム体操やストレッチ、緩やかな筋力トレーニングなどを行います。（第3体育室）

▽ 火曜日【色々な種目を取り入れたクラス】

生活に役立つ平衡力や疲れにくい姿勢を作り、呼吸を大切にしたりリズム体操や筋力トレーニング、ストレッチ体操を行うほか、週により卓球やバドミントンなども行います。（苦手な方はウォーキングなどでも可）（第2体育室）

対 象 者

60 歳以上の方

参加費用

1 回 250 円（市内在住の方）または 500 円（市外在住の方）

手 続 き

毎週月曜日及び火曜日午後 2 時～ 3 時（開始時刻の 30 分前から受付）

※安全上の理由により、開始後 15 分を経過してからの途中入場はできません。

運動のできる服装、室内用運動靴、飲み物、汗拭きタオルをご用意ください。

窓 ☐

狛江市民総合体育館（03-3430-1141）

地域包括支援センターで行う介護予防教室

事業概要

市内各所でさまざまなメニューの介護予防教室を実施します。

主な開催場所	プログラムの例
あいとぴあセンター、こまえ苑 多摩川住宅二棟、狛江団地集会室 谷戸橋地区センター、野川地区センターなど	簡単な体操や健口体操 認知症予防、転倒予防 ウォーキング、ストレッチ、ヨガなど

対 象 者

概ね 65 歳以上の市民の方

申 込 み

広報こまえの募集案内に沿ってお申込みください。

費 用

無償

窓 ☐

各地域包括支援センター（1 ページ）

はつらつ健康セミナー

事業概要

あいとぴあセンター内の健康増進室において、簡単な体操や認知症予防に効果的な体操を3か月程度の期間で実施します。セミナー終了後は、継続して介護予防に取り組める活動をご紹介します。

対象者

概ね65歳以上の市民の方

場所

あいとぴあセンター内健康増進室

費用

1回300円

申込み

広報こまえの案内に沿ってお申込みください。

窓口

高齢障がい課高齢者支援係（03-3430-1251）

口腔ケア講座・健口講座

事業概要

粕江市歯科医師会歯科医により、お口の健康に役立つ講座を開催します。

対象者

概ね65歳以上の市民の方

費用

無償

申込み

広報こまえの案内に沿ってお申込みください。

窓口

高齢障がい課高齢者支援係（03-3430-1251）

介護予防手帳(狛江市生き生きガイド・わたしの生き生きノート)

事業概要

介護予防につながる活動、生活に役立つ取組みを紹介する「狛江市生き生きガイド」と、介護予防に取り組む際にご自身の目標や活動記録が記載でき、みなさんの介護予防を応援する「わたしの生き生きノート」を配布しています。

対 象 者

概ね 65 歳以上の市民の方

費 用

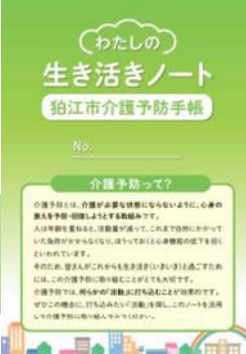
無償

配布場所

市役所福祉総合相談窓口（2 階）・地域包括支援センター（1 ページ）など

窓 口

高齢障がい課高齢者支援係（03-3430-1251）



(1) 身体を動かしたい

	名称	内容	会場・日時		
地域住民による活動	元気スクール	地域住民により運営される教室です。外部から専門講師を招いて実施しています。	野川元気スクール 野川地域センター 毎週月曜日 午前10時～	1,700円/月	 03-3480-2382 地域包括支援センターこまえ正吉苑 03-5438-2522
			こまえ元気スクール こまえ正吉苑 毎週木曜日 午前10時～		
			いずみ元気スクール こまえ正吉苑二番館 毎週月曜日 午前10時～		
狛江市民総合体育館で行う教室	健康体操	専門講師による教室です。 申込みは不要ですが、当日定員を超過した場合は、お断りします。	毎週月曜日 午後4時15分～	1回250円	狛江市民総合体育館 03-3430-1141
	レクリエーション体操		毎週水曜日 午前11時30分～		
	シルバー体操		毎週木曜日 午後2時～		
			体力に自信がない方 毎週月曜日 午後2時～		
ラジオ体操	小足立八幡神社	ラジオ体操・みんなの体操に加え、つばマッサージ、頭の体操等も行っています。	西野川2-33-1 午前6時30分～	無料	荒町 090-9687-9983
	岩戸八幡神社		岩戸南2-8-2 午前6時30分～		
	白幡菅原神社		猪方2-4-4 午前6時30分～	500円/年	
	前原公園 (とんぼ池公園)		西野川3-11 午前7時～		
	市民ひろば		市役所前市民ひろば 午前6時25分～		

4

介護予防活動の記録

取り組んだ介護予防活動の経過を記録しましょう。
1人での取組み、集団活動への参加、民間事業所の活用など内容は問いません。
ぜひ積極的に取り組んでみてください。

回	日にち	行った活動	今日の一言
例	4月1日	野川周辺をウォーキング	頑張って5500歩あるいた
	4月4日	うんどう教室参加	天気がよくて気持ちよかった
1	月 日		
2	月 日		
3	月 日		
4	月 日		
5	月 日		
6	月 日		
7	月 日		
8	月 日		
9	月 日		
10	月 日		
11	月 日		
12	月 日		
13	月 日		
14	月 日		
15	月 日		
16	月 日		
17	月 日		
18	月 日		



シルバー人材センター

事業概要

高齢者の生きがいづくり及び活力ある地域社会づくりに寄与することを目的として、企業や家庭、公共団体などから、地域社会に密着した臨時的かつ短期的な仕事を有償で引き受け、これを希望する会員に提供します。

提供を受けた会員は、就業の実績に応じて一定の報酬（配分金）を受け取ります。

対 象 者

市内在住の 60 歳以上の方
健康で就業意欲のある方

入会説明・相談会

入会を希望する方は、入会説明会へのご出席をお願いします。

入会説明会は、原則として、毎月 1 回第 2 月曜日（月曜日が祝日の場合は、翌日火曜日）午前 10 時から約 2 時間シルバー人材センターで行っています。

※ご出席には事前に予約申込みが必要です。お電話にてお申込みください。

また、毎週月・水・土の午前 10 時～午後 4 時（祝日を除く）、いずみ支所でも入会のご案内を行っています。ぜひご利用ください。

窓 口

狛江市シルバー人材センター本所（住所：猪方 4-13-1 電話：03-3488-6735）
いずみ支所（住所：岩戸北 2-1-18）



シルバーパス

事業概要

東京バス協会では 70 歳以上の高齢者の社会参加を助長し、高齢者の福祉の向上を図るため、都営地下鉄、都電、都バス、都内の小田急バス、京王バスなど民営バスに乗れるシルバーパスを発行しています。

対 象 者

70 歳以上の都民（ただし、寝たきりの方は除きます。）

※70 歳になる誕生月の初日（1 日が誕生日の方は前月の初日）からお申込みいただけます。

有効期間

発行日から 9 月 30 日まで（その後更新することができます。）

購入費用

▽市民税が非課税の方または前年の合計所得金額が 125 万円以下の方

→ 1,000 円

▽その他の方

→ 20,510 円（4 月から 9 月分までは 10、255 円）

手 続 き

▽既にパスをお持ちで、有効期限後に継続利用を希望する方

9 月の一斉更新時に市役所 2 階ロビーなどで申請手続きをしてください。

（更新のお知らせは東京バス協会より発送します。）

▽新規に申請される方

小田急バス狛江営業所、都内のバス営業所などへ、住所・氏名・生年月日が確認できる書類（健康保険証、運転免許証など）を持って申請手続きをしてください。

※ 市民税非課税者または合計所得金額が 125 万円以下の方は、次のいずれか 1 つを提示する必要があります。

- ・介護保険料納入決定通知書（所得段階区分に「1」～「6」の記載があるもの。または「7」であっても、合計所得金額欄が 125 万円以下と記載されているもの。）
- ・（非）課税証明書 ※市役所 2 階市民課で申請してください。（1 通 300 円）

窓 口

小田急バス狛江営業所（03-3480-1311）

一般社団法人 東京バス協会（シルバーパス案内専用電話 03-5308-6950）

老人福祉センター

事業概要

高齢者に健康の増進、教養の向上及びレクリエーションなどの場を提供します。

【場所】 あいとぴあセンター地下1階

【種類】 ①浴室 ②和室 ③休憩コーナー ④ボランティア室

※ ボランティア室は、地域の高齢者に対するボランティア団体などが使用できます。

【利用可能日時】

午前9時～午後5時（第3土曜日、祝日、振替休日、年末年始を除く）

浴室の利用は、月・水・金曜日の午前11時30分～午後4時

対 象 者

市内在住の60歳以上の方。利用には、市で発行する使用承認証の提示が必要です。

手 続 き

利用申請書により窓口で申請してください。

窓 口

高齢障がい課高齢者支援係（03-3430-1251）

あいとぴあセンタープール

事業概要

高齢者の方が健康的な生活を営めるように、あいとぴあセンターのプールを開放します。

半年ごとに募集を行い、申込者多数の場合は抽選により利用者を決定します。

対象者・利用可能日時など

対象者	利用可能日時	費用
高齢者（65歳以上の方）	毎週月曜日 午前9時～正午	6か月で1,000円 （前期4月～9月 ・後期10月～3月）
	毎週火曜日 午前9時～正午	

※いずれも市内在住の方に限ります。

また、利用可能日時は上表に掲げるもののうち、いずれか一つとなります。

手続き

9月・3月の広報「こまえ」に詳細を掲載します。

募集期間中に、福祉総合相談の窓口にて申請してください。

窓口

高齢障がい課高齢者支援係（03-3430-1251）

小地域福祉活動

事業概要

住民同士のであい（交流活動）、ふれあい（見守り活動）、ささえあい（ニーズ対応）を築き、日常生活でのちょっとしたことやささいなことを住民同士のささえあいにより解決するため、各地域の有志による活動推進団体を中心として、お茶のみ会やおしゃべりサロンなどの地域の特色に合わせた福祉活動を展開しています。

地域	名称	開催日程	場所
岩戸地域	お茶のみ会	毎月第2水曜日 （10月を除く）	岩戸地域センター
	ふれあい会食会	10月	
猪方・ 駒井地域	おしゃべりサロン	毎月第4木曜日	南部地域センター
野川地域	サロン野川	毎月第4木曜日	野川地域センター
中和泉5丁目	サロンいずみ	毎月第3木曜日 （8月、1月を除く）	地域内個人宅
西和泉2丁目	いずみサロン	毎月第3水曜日 （8月を除く）	多摩川住宅二号棟 集会所
西和泉1丁目	ふれあい西の和泉	毎月第4土曜日	多摩川住宅イ号棟 集会所

対 象 者

各地域にお住まいの方

窓 口

狛江市社会福祉協議会（03-3488-0294）

高齢者会食会

事業概要

高齢者に外出の機会と人との出会いの機会を提供するために、ボランティアによる運営のもとで、市内4か所で会食会を実施しています。

名 称	実 施 日	場 所	定員(人)
ときの会	第1火曜日	あいとぴあセンター	50
グループ・アイ	第2金曜日	南部地域センター	50
グループ・のがわ	第4金曜日	野川地域センター	36
狛江共生の家	毎週水曜日 (月4回)	狛江共生の家「多麻」 (駒井町1-1-2)	40

対 象 者

市内在住のおおむね65歳以上で自力またはボランティア等の協力を得て参加できる方

参加費用

1回につき500円

手 続 き

毎年利用者登録の更新を行い、定員に空きがあれば新規利用者を受け付けます。
入会ご希望の方は窓口にご相談ください。

窓 口

高齢障がい課高齢者支援係（03-3430-1251）

※狛江共生の家の会食会申込みは、直接、狛江共生の家「多麻」
（電話03-3430-5020）で受け付けています。

老人クラブ(長寿会など)

事業概要

会員の教養の向上、健康の増進、生きがいづくり、地域社会との交流を目的として、自主的に組織された団体で、健康に関する講演会や、歌謡交流会などを開催しています。各老人クラブにより内容が異なりますので詳細については直接お問い合わせください。一緒に活動する仲間を募集しています。

対 象 者

市内在住のおおむね 60 歳以上の方

手 続 き

該当する区域の老人クラブへお問い合わせください。

狛江市老人クラブ(長寿会など)一覧表

(平成 30 年 7 月 1 日現在)

名称	会長名	電 話 番 号	担 当 区 域
第一長寿会	名和 静子	3480-7844	中和泉 2～5 丁目
第二長寿会	小熊 レエ	3488-0125	岩戸南全域
第三長寿会	三宅 豊	3489-8807	東野川全域
多摩川六十路会	池田 盛義	042-484-8752	西和泉全域
南部長寿会	水野玉磨子	3489-9382	猪方全域
あづま会	勝瀬 澄子	3430-4382	岩戸北全域、東和泉 1、2 丁目
第五長寿会	松村 雪子	3489-6879	中和泉 1 丁目、元和泉全域
第六長寿会	澤田 健二	3488-1297	東和泉 3、4 丁目
あすなる会	榎本 幸三	3489-7591	西野川全域
和泉本町 健康クラブ	野田 孝幸	3480-2515	和泉本町全域 (4 丁目 7 番の都営を除く)
駒井町健康 クラブ	金井 正治	3489-7037	駒井町全域
狛江団地 若草会	伏見 正明	3480-8441	和泉本町 4 丁目 7 番
狛江団地健康クラブ	水野錠太郎	3480-4896	和泉本町 4 丁目 7 番
はなみずき会	中村 修身	3430-7027	狛江セントラルハイツ
百の会	杉浦 祝子	090-4547-8564	西和泉 1 丁目
ハイタウン かわせみ会	森田 道雄	3480-5125	東野川 3 丁目 15～17 番
狛江市老人 クラブ連合会	國井 功雄	3489-0883	市内の老人クラブが加盟する連合会

ボランティア・市民活動の相談

事業概要

地域の課題に取り組みたい方、ボランティアや市民活動に興味がある方の相談窓口です。活動の紹介や参加のための相談や活動している団体・個人の相談に応じるほか、ボランティア・市民活動に関する情報を発信しています。

対 象 者

ボランティア・市民活動に興味のある方、市民活動団体・個人

窓 口

粕江市市民活動支援センター こまえくぼ1234 (03-5761-5556)

福祉カレッジ

事業概要

誰もが安心して暮らせる地域づくりの為に、高齢・障がい・子ども・災害といった地域福祉に関わる講師（当事者や活動者）による講義やワークを行います。

実際に地域活動を体験するフィールドワーク（体験活動や調べ学習）もプログラムに取り入れています。

対 象 者

粕江市内在住又は在勤の方

実施時期

平成30年度は、9月5日～11月14日までの

毎週水曜日(全10回)午後7時～9時 市民活動支援センターこまえくぼ1234にて
定員20名程度

※事前説明会：平成30年8月1日(水)午後7時～

市民活動支援センターこまえくぼ1234にて

受 講 料

受講料3,000円

窓 口

粕江市社会福祉協議会 福祉カレッジ担当 (03-3488-0313)

市民農園（シルバー世帯区画）

事業概要

13 m²程度の区画の中で、自ら野菜・草花の栽培・収穫を行うことで土に親しみ、健康増進と豊かな情操を培います。

対 象 者

年齢が基準日現在で世帯全員が満 65 歳以上の世帯の方

手 続 き

2 月上旬に往復ハガキにて申し込み後、抽選にて決定します。
キャンセル待ちについては、随時受け付けとなります。

窓 口

地域活性課地域振興係（03-3430-1237）

農 園 名	場 所	シルバー世帯 区画数	1 区画の 大きさ
いずみほんちょう農園	和泉本町 4 丁目 1 番先 マインズ農協上和泉支店隣	15	13 m ²
いわどきた農園	岩戸北 2 丁目 13 番先 電力中央研究所・北	6	13 m ²
もといずみ農園	元和泉 2 丁目 9 番先 元和泉市民テニスコートそば	9	13 m ²
なかいずみ農園	中和泉 5 丁目 29 番先 小田急バス狛江営業所そば	9	13 m ²
なかいずみ第 2 農園	中和泉 3 丁目 19 番先 和泉小学校・西	11	13 m ²
なかいずみ第 3 農園	中和泉 2 丁目 25 番先 （狛江こだま幼稚園・北）	9	13 m ²
にしのがわ第 1 農園	西野川 1 丁目 1 番先 御台橋バス停先	12	13 m ²
にしのがわ第 2 農園	西野川 2 丁目 4 番先 （狛江市民総合体育館・北）	14	13 m ²

その他

狛江市エンディングノート

事業概要

ご自身の最期を見つめて、後に残る人に伝えておきたい想いや情報を整理できる市独自のエンディングノートを配布しています。記載項目や使いやすさに市独自の工夫を凝らしたものとなっています。

○ 項目の例

- ・これまでの私
- ・病気になったら、判断能力が低下したら
- ・葬儀、お墓のこと
- ・渡したいもの
- ・家族、親族、友人等へのメッセージ など

費用

無償

配布場所

市役所福祉総合相談窓口（2階）・地域包括支援センター（1ページ）など

窓口

高齢障がい課高齢者支援係（03-3430-1251）



だれでもトイレ・血圧計の設置

事業概要

どなたでもトイレをご利用いただけるようバリアフリー等に配慮した「だれでもトイレ」を、市役所1階レストラン横、2階、3階、4階、防災センター2階、合計5か所に設置しています。

また、市民の方が気軽に健康管理に取り組めるよう市役所2階ロビーに血圧計を設置しています。ぜひご利用ください。

窓口

総務課庶務統計係（03-3430-1170）

高齢者虐待について知りたい（相談窓口など）

現在「高齢者虐待の防止、高齢者の養護者に対する支援等に関する法律」（平成 18 年 4 月 1 日施行）に基づき、虐待を受けたと思われる高齢者を発見した者は、速やかに市町村に通報することとされています。

■ どのような行為が「高齢者虐待」としてにあたるとされているか

高齢者虐待は、「養護者（高齢者の世話をしている家族、親族、同居人）によるもの」と「養介護施設従事者等（養介護施設や介護サービス事業等の業務に従事する者）によるもの」に分かれますが、このうち「養護者によるもの」については、以下の 5 つの内容が「虐待」として法律に定義されています。

分類	内容	具体例
身体的虐待	高齢者の身体に外傷が生じたり、またそのおそれのある暴力を加えること。	・平手打ち、つねる、殴る、蹴る、やけどをさせる ・食べ物を無理やり口に入れる ・身体拘束、故意の薬剤過剰投与による行動抑制
介護・世話の放棄・放任（ネグレクト）	介護が必要な高齢者に対する世話や養護を、度を越えて放棄・放任すること。	・衰弱するほど過度に食事を減らす（恒常的に空腹状態、脱水症状、栄養失調状態） ・高齢者を不衛生な状態で放置する（入浴させない、室内にごみを放置するなど） ・必要な介護・医療サービスを、相応の理由なく制限する、使わせない ・同居人による高齢者虐待と同様の行為を放置する
心理的虐待	高齢者に著しい精神的苦痛・心理的苦痛を与える言動（激しい暴言、脅し、侮辱、無視、嫌がらせなど）を行うこと。	・排泄の失敗を嘲笑したり、それを人前で話すなどにより高齢者に恥をかかせる ・怒鳴る、ののしる、悪口を言う ・侮辱を込めて、子供のように扱う ・高齢者が話しかけているのを意図的に無視する
性的虐待	高齢者にわいせつな行為をしたり、わいせつな行為をさせること。	・排泄の失敗に対して、懲罰的に下半身を裸にして放置する ・キス、性器への接触、性行為の強要

経済的虐待	養護者や高齢者の親族が、本人の財産を不当に処分したり、本人に必要な金銭の使用を理由なく制限すること。 ・日常生活に必要な金銭を渡さない、使わせない ・本人の財産（家・土地など）を、本人に無断で売却する ・本人の年金や預貯金を、本人の意思・利益に反して使用する
-------	--

■「セルフ・ネグレクト（自己放任）」について

「一人暮らしなどの高齢者で、認知症やうつなどのために生活能力・意欲が低下し、客観的にみると本人の人権が侵害されている事例」（東京都高齢者虐待対応マニュアルより）は、「セルフ・ネグレクト」と呼ばれています。例えば認知症等による判断能力の低下により、自身の体が衛生的でない、十分な栄養が取れていない、病気があっても病院にかかっていない、家の中にゴミが散乱している等、自らの健康を害するような状態にもかかわらず、自分では何もできない状況（自己放任）が該当します。

「セルフ・ネグレクト」は、介護者等による世話の放任（ネグレクト）とは区別され、法律には定義されていませんが、支援が必要な場合が多く、高齢者虐待に準じた対応が求められています。

■「高齢者虐待」に気づいたとき、どこに相談すればよいか

高齢者虐待は、これまでの家族関係など複雑な事情を抱えていることが多く、第三者に把握されにくいという特徴があります。また、心理的虐待や介護放棄（ネグレクト）、経済的虐待などの場合、当事者の間では「虐待している」「虐待されている」という自覚がない場合もあります。また「セルフ・ネグレクト」となってしまっている方も同様です。

このため、周囲の人々が虐待のサインに気づき、早めに対処することが、深刻な事態を防止するうえで重要となります。「これは虐待やセルフ・ネグレクトではないか」と思われる状況を見たり、聞いたりしたときは、下記までご相談ください。

■相談窓口

この相談窓口は、単に虐待の通報を受け付けるだけでなく、介護ストレスを抱える家族に対する相談受付や支援（助言・指導）を行うことも目的としています。

「介護に疲れてしまった」「つい、きつくあたってしまう」など、介護に関する悩みがあるときは、ひとりで抱え込まずにご相談ください。相談者・通報者についての秘密は厳守いたします。ささいなことであっても、まずはご相談ください。

名称	電話番号
福祉相談課相談支援係	03-3430-1111 内線 2273
あいとぴあ地域包括支援センター (中和泉・西和泉・元和泉・東和泉地域)	03-5438-3565
地域包括支援センターこまえ正吉苑 (和泉本町・東野川・西野川地域)	03-5438-2522
地域包括支援センターこまえ苑 (岩戸南・岩戸北・猪方・駒井町地域)	03-3489-2422

認知症について知りたい（相談窓口など）

■認知症とは

認知症は、老化によるもの忘れとは異なり、何かの病気によって脳の細胞が損傷を受けたり、働きが悪くなるためにでる症状や状態をいい、誰もがかかる可能性があるものです。

都内では、認知症の高齢者は38万人を超えており、平成37年には約60万人、およそ高齢者の5人に1人が認知症になると推計されています。また、高齢者だけではなく、65歳未満で発症する若年性認知症の人も、都内に約4,000人いると推計されています。

認知症になると、その進行状況により、自分のことを自分ですることが難しくなり、生活のしづらさが現れることがあります。それに加えて、周囲とのコミュニケーションが難しくなることにより、社会的に孤立してしまう危険があります。

また、認知症の人を介護する家族は、介護の負担が大きい場合や周囲の理解が希薄な場合に、精神的な負担やストレスを抱えることが多くなっています。

そのため、認知症の人とその家族に対する支援を充実するとともに、認知症の正しい理解を広げ、認知症の人にやさしい地域づくりを進めていくことが大切です。

■早期診断・早期対応、認知症の予防

認知症も他の病気と同じように、早期診断と早期対応が非常に大切です。早期に受診をすることにより、原因によっては治すこと、進行を遅らせることが可能な場合があります。に加え、今後の生活の準備をすることができます。

また、生活習慣病（高血圧症、糖尿病、心臓病など）の予防を心がけることが認知症の予防につながります。適切な食生活、適度な運動、趣味などを通じた快活な生活、人との積極的な交流などに努めましょう。

■認知症に関する相談窓口

認知症に関することを含め、介護、健康、福祉、医療に関することや、日常生活の中で困っていること、心配なことがあるときは、市役所の福祉総合相談窓口や地域包括支援センター（1ページ）までお気軽にご相談ください。

■知って安心認知症

認知症に関する知識、認知症の人への関わり方、予防方法、相談窓口などをまとめたパンフレットです。

市役所の福祉総合相談窓口のほか、各地域包括支援センター（1ページ）で配布しています。

■認知症簡易チェックサイト

こちらのページ（<http://fishbowlindex.net/komae/>）で、認知症の兆候を簡易的にチェックできます。

■認知症疾患医療センター（東京慈恵会医科大学附属第三病院）

「認知症疾患医療センター」は、認知症の人とその家族が住み慣れた地域で安心して生活できるための支援の一つとして、東京都が指定する病院に設置するもので、認知症の専門医療相談、鑑別診断と対応、身体合併症、行動・心理症状への対応などを行う専門医療機関です。

狛江市では、東京慈恵会医科大学附属第三病院がその指定を受けています。気になる症状があるとき、不安に思うことがあるときなど、遠慮なくご相談ください。

東京慈恵会医科大学附属第三病院・認知症疾患医療センター

☎（３４８０）０７０２

■認知症の人を介護しているご家族の方へ

認知症の人を介護している家族同士の交流を通じて、情報交換や精神的負担を軽減できる場として、「家族介護者の会」を開催しています。予約不要、途中での入退室自由です。

場所	杉の子	市役所	狛江共生の家	こまえ苑	こまえ正吉苑
日時	第２水曜日 １０時～	第３木曜日 １３時３０分～	(偶数月) 第３金曜日 １３時３０分～	(奇数月) 第３金曜日 １３時３０分～	第４水曜日 １３時３０分～
窓口	あいとぴあ 地域包括支援 センター	狛江市 高齢障がい課 高齢者支援係	地域包括支援センター こまえ苑		地域包括支援 センター こまえ正吉苑
連絡先	03-5438-3565	03-3430-1251	03-3489-2422		03-5438-2522

■認知症カフェ

認知症の方やそのご家族が、同じく認知症の方やご家族のほか、専門職、地域の方々とお茶を飲みながら楽しいひと時を過ごせる場として、地域包括支援センターの一部で「認知症カフェ」を開催しています。

名称	場所	開催日時	参加費	窓口
さくらカフェ	こまえ正吉苑二番館 (西野川4-8-8)	毎月第2木曜日 午後1時30分～ 午後3時30分	200 円	地域包括支援センター こまえ正吉苑 03-5438-2522
せせらぎカフェ	市南部の圏域で毎月1回開催しています。 詳細は右記までお問合わせください		300 円	地域包括支援センター こまえ苑 03-3489-2422

■もの忘れ相談医

狛江市医師会との連携のもと、認知症に関して相談できる地域の医療機関を「もの忘れ相談医」としてご協力いただいています。

「もの忘れ相談医」の一覧は、上記の「知って安心認知症」をご覧ください。

■もの忘れ相談会

もの忘れに関して気になっている方や不安を感じている方、生活に困っている方などが、身近な地域で専門的な医師に相談できる場として「もの忘れ相談会」を各地域で開催しています。

開催日時・場所は、広報こまえでお知らせいたします。詳細は高齢障がい課（03-3430-1251）までお問い合わせください

■認知症サポーター

認知症に対する正しい知識と理解を持ち、地域で認知症の人やその家族に対してできる範囲で手助けする「認知症サポーター」を養成し、認知症の人にやさしい地域づくりに取り組んでいます。

現在、民間企業・団体等も含め、市内で2,400人（平成30年3月末）の方が認知症サポーターとなり、地域の認知症の人の見守りに参加しています。

「認知症サポーター」の資格を得るには、所定の養成講座を受講する必要があります。

講座開催のご希望・ご相談は、市役所の福祉総合相談窓口や各地域包括支援センター（1ページ）までお問い合わせください。

■徘徊高齢者探索サービス事業

徘徊が見られる高齢者を介護する世帯に対し、徘徊が見られる人にGPS機器を携帯してもらうことで、24時間体制で居場所の情報を提供するサービスを実施しています。詳細は、8ページをご覧ください。

狛江市シルバーガイドブック 平成 30 年度版(登録番号 H30-15)

発 行 日	平成 30 年 8 月
編集及び発行	狛江市福祉保健部高齢障がい課 狛江市和泉本町 1 - 1 - 5 電話 03 (3430) 1111
庁 内 印 刷	無償