

せたがや シルバー情報

相談窓口

健康づくり

社会参加・
働く・
いきがいづくり

権利擁護

在宅生活を
支える
サービス

高齢者向け
住まい

介護予防・
日常生活支援
総合事業

介護保険制度
のしくみと
サービス

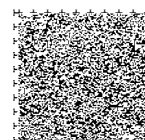
後期高齢者
医療制度等

施設一覧

高齢者向け
広告の
ページ

索引

令和3年度～令和5年度
世田谷区



「せたがやシルバー情報」 利用のご案内

○この「せたがやシルバー情報」は、世田谷区が実施している高齢者福祉サービスや介護保険制度を中心にまとめたものです。介護保険制度の3年ごとの見直しに合わせ発行し、65歳以上の方のいる世帯へお配りしています。日々の暮らしの中でご活用ください。

※令和3年8月に、65歳以上の方のいる世帯(令和4年3月までに65歳になる方を含む)へ一斉配付

○掲載している内容は、令和3年8月現在のものです。その後の制度改正等により、内容に変更が生じる場合がありますのでご了承ください。詳しくは各担当にお問合せください。

○「せたがやシルバー情報」へのご意見・ご要望がございましたら、巻末のアンケートはがきにより、高齢福祉課までお寄せください。

○次回は令和6年度に発行する予定です。ご自宅への配付は希望する方のみとする予定です。ご自宅への配付を希望される方は、巻末のアンケートはがきにてお知らせください。

福祉の相談窓口をご利用ください

「まちづくりセンター」と
「あんしんすこやかセンター」、「社会福祉協議会地区事務局」が連携し、
身近な福祉の相談をお受けしています！

たとえば
このようなとき…

地域の活動に協力
したいなあ！

近所で話せる
友達が
ほしいなあ

赤ちゃんと一緒に
遊びに行ける所
を教えてください

介護の仕方が
わからない

障害者手帳が
なくてもサービス
を受けられるの
かしら？

お気軽にご相談
ください

直接お会いしてのご相談も！

お電話でのご相談も！

- ◎ちょっとした生活支援が必要なとき
- ◎地域の活動に参加・協力したいとき

お近くの社会福祉協議会
地区事務局で！

- ◎世田谷区の暮らし・手続きに関する情報が知りたいとき
- ◎地区の町会・自治会や活動団体のことが知りたいとき
- ◎相談先が分からないとき

お近くのまちづくりセンターで！

- ◎福祉サービスに関する情報が知りたいとき
- ◎福祉に関する悩みがあるとき

～訪問もいたします～

お近くの
あんしんすこやかセンター
(地域包括支援センター)で！

お住まいの地区のあんしんすこやかセンターの連絡先は 17 頁をご覧ください。
まちづくりセンター、社会福祉協議会の連絡先は
せたがやコール(TEL 5432-3333 Fax 5432-3100)でご案内します。

= 業務のご案内 =

まちづくりセンターではこのようなことをしています

まちづくりセンターは、身近な生活圏でのコミュニティの活性化や、より住みよいまちをめざす活動を区民の皆さまと行っています。

- 町会・自治会、身近なまちづくり推進協議会等と連携した地区の課題解決のしくみづくり
- 避難所運営組織の支援や災害時に支援が必要な方への援護等の地域防災力の向上
- あんしんすこやかセンターや福祉関連団体等と連携した高齢者の見守りなどの推進
- 日常生活の困りごとや地区の課題解決を相談者とともに考え、相談に応じた適切な対応
- 身近な情報、イベントや地区の活動団体の情報などのホームページ等での発信

あんしんすこやかセンター(地域包括支援センター)ではこのような相談をお受けしています

社会福祉士、主任ケアマネジャー、保健師等がご相談に応じます。ご自身、ご家族、近隣の方など、どなたでもご相談いただけます。

- 介護予防・日常生活支援総合事業など、介護予防についてのご相談
- もの忘れに関するご相談 ○在宅での療養に関するご相談
- 高齢者の虐待、消費者被害などのご相談
- 介護保険や区の保健福祉サービスに関するご相談や、申請の受付
- 障害のある方、子育て中の方（妊娠中の方を含む）などの身近なご相談



あんすこ君
あんしんすこやかセンター
イメージキャラクター



ココロン
世田谷区社協
キャラクター

社会福祉協議会地区事務局ではこのようなことをしています

社会福祉協議会は、誰もが地域で安心して住み続けられるよう住民の皆さまと共に、福祉のまちづくりを進めています。

- 生活不安や困りごとの相談受付と窓口紹介
(ふれあいサービス、権利擁護・成年後見制度など)
- 地域の活動に参加したい方への支援(地区サポーター登録・活動先紹介など)
- サロン・ミニデイなどの紹介と交流の場づくりのお手伝い(活動団体一覧やマップの配付)
- 困りごと解決に向けたサービス創出やネットワークづくり
- 地域情報の発信(メルマガ配信・地区ホームページ公開)

高齢者が気をつけたい健康管理

■熱中症

熱中症は炎天下だけではなく、就寝中など室内でも起こります。高齢者は体温調節力が低下し、暑さや喉の渇きを感じにくくなっています。エアコンや扇風機を上手に活用して室温調整しましょう。

また、喉が渇いていなくても、こまめな水分補給が大切です。

■結核

結核患者のおよそ半数は65歳以上の高齢者です。結核は早期に発見し、治療すれば治る病気です。しかし、発見が遅れると重症化につながり、命を落とすこともあります。また、ご家族や友人など周囲の方への集団感染となるケースもあります。感染拡大を防止するためにも、早期発見・早期治療が重要です。**咳が2週間以上続いている、タンが出る、体がだるい、急に体重が減った等の症状がある場合はすぐに医療機関を受診してください。**また、目立った症状がないこともありますので、年1回は健康診断などで胸部エックス線の検査を受けましょう。

■感染性胃腸炎

感染性胃腸炎は、下痢やおう吐を主症状とする感染症で、その原因はノロウイルスであることが多いといわれています。通常2～3日で軽快しますが、高齢者は症状が重くなることがあるので注意が必要です。また感染力が強く、患者のおう吐物や便には大量のウイルスが含まれます。ウイルスが付着した手を介して、口に入ることで感染するため、調理前やトイレの後、汚物処理の後には石鹸でしっかり手洗いを行いましょう。またノロウイルス等がついた食品（カキなどの二枚貝等）を食べることで感染します（食中毒）。ウイルスは85℃90秒以上の過熱で死滅するので、食品は中心部まで十分加熱して食べましょう。

■肺炎

高齢者になると風邪などから肺炎を起こし、重症化することがあります。肺炎はウイルスや細菌など様々な原因で起こりますが、高齢者の肺炎を起こす原因として肺炎球菌による感染症があります。肺炎球菌による肺炎の予防にはワクチンの接種が有効です。予防接種で抵抗力をつけるとともに、日頃から手洗い、口腔内を清潔にする、栄養と睡眠を十分にとる等、感染予防に気をつけましょう。

(高齢者肺炎球菌予防接種については➡32頁)

■インフルエンザ

インフルエンザは、毎年冬に流行します。

インフルエンザを予防するには、外出後の手洗いや、体の抵抗力を高めるために十分な休養とバランスの良い食事を心がけましょう。また、インフルエンザの予防接種は重症化を予防する効果があります。予防効果を高めるために、毎年予防接種をしましょう。咳やくしゃみ等の症状があるときは、周囲にうつさないためにもマスクを着用しましょう。

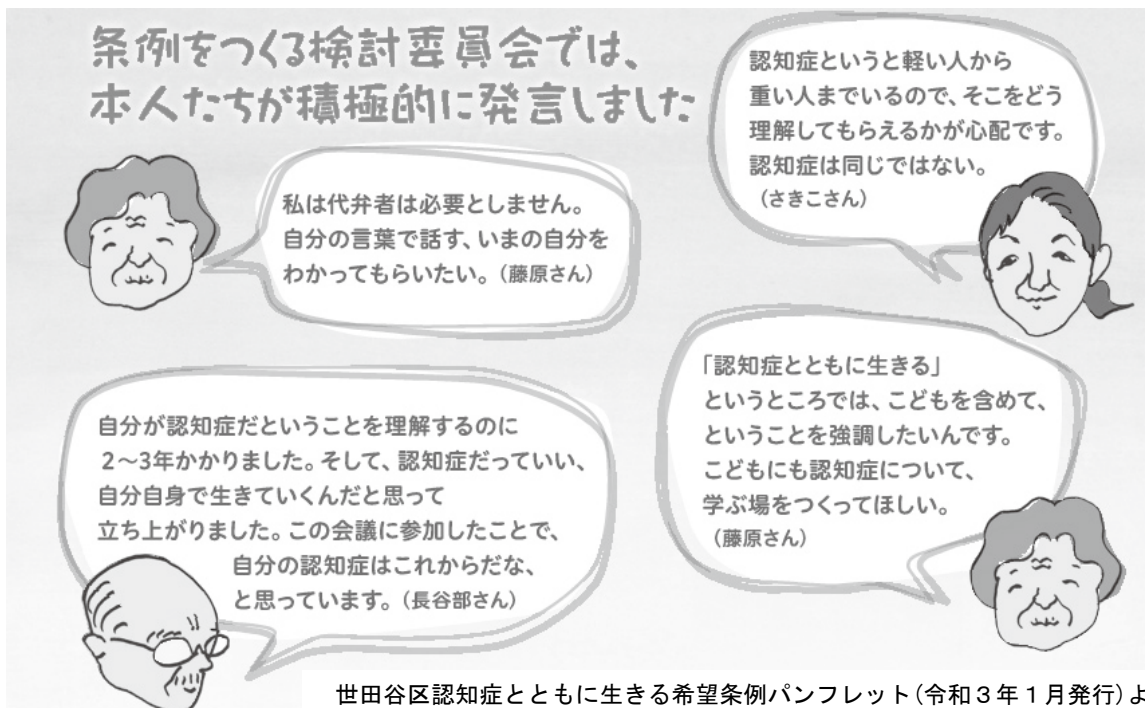
(高齢者インフルエンザ予防接種については➡31頁)

世田谷区認知症とともに生きる希望条例（令和2年10月施行）

「認知症の人は、精神科病院や施設を利用せざるを得ない」という考え方を改め、「認知症になっても本人の意思が尊重され、できる限り住み慣れた地域のよい環境で暮らし続けることができる社会の実現を目指す」——認知症について日本で初めて策定された厚生労働省の政策「オレンジプラン」のもとになった文章です。けれど現実の日本はそれと逆の方向に進み、国際的に大きく遅れをとってしまっていました。

世田谷区はオレンジプランの思想を受け継ぎ実現する「認知症とともに生きる希望条例」を制定し、令和2年10月に施行しました。「認知症の人を含む全ての区民が、自分らしく、本人の意思と権利が尊重され、安心して暮らし続けることのできる地域共生社会の実現」を区民みんなで創り出していこうとしています。条例づくりには、認知症を体験した3人の方が加わりました。そして、以下の4つの視点が盛り込まれました。

- ① 「認知症になると、なにもわからなくなってしまう」という誤った考え方を改め、「意思や豊かな感情が備わっている」という新しい認知症の考え方へ変えること。
- ② 誰もがなりうる認知症について、みんなで「備え」をすること。
- ③ 一人ひとりが希望を大切にしたい、ともに生きるパートナー（伴走者）として支えあうこと。
- ④ 認知症とともに今を生きる本人の希望と、そして、当たり前で暮らせること（権利・人権）を一番大切にすること。



パンフレットの顔のイラストは、認知症を体験している元美術の先生、さきこさんが描きました。

条例の本文やパンフレットは、世田谷区ホームページにてご覧いただけます。

世田谷区 認知症 条例 検索



二次元コードからも
ご覧いただけます。

条例に基づき、「世田谷区認知症とともに生きる希望計画」を令和3年3月に策定しました。
計画に基づく主な取組みは、世田谷区認知症在宅生活サポートセンターを拠点として行っていきます。

世田谷区認知症在宅生活サポートセンター

認知症の人や家族が住み慣れた地域で安心して暮らせるよう、あんしんすこやかセンターをはじめとする様々な関係機関などを後方支援するところです。また、認知症に関する講演会やイベント、認知症の人を介護するご家族の支援、認知症の人の居場所や活動の場づくりを行っています。

☎ 6379-4315 FAX 6379-4316

【所在地】松原6-37-10 区立保健医療福祉総合プラザ1階

世田谷区認知症在宅生活サポートセンターでは、区民の方・あんしんすこやかセンターなどと種々の取り組みをしています。その一部をご紹介します。

■もの忘れチェック相談会

もの忘れが心配だけでも医療機関を受診するか迷っている方やそのご家族などが、医師に個別に相談できます。

■認知症本人交流会「楽しく語ろうつどいの会」

認知症のご本人が、自らの体験や思い、必要としていることを語り合う場です。

■認知症カフェ

認知症のご本人やその家族が、身近な場所で気軽に参加し、医療・保健・福祉の専門家へ気軽に相談したり地域の方と交流ができる場所です。

■認知症初期集中支援チーム事業

認知症（疑い含む）のご本人やご家族を対象に、看護師・医師などの専門職からなるチームが定期的に家庭訪問（6か月程度）し、集中的に支援を行うことにより、支援体制を作ります。

■認知症講演会

認知症の専門医が認知症についての講演を行います。若年性認知症に関する講演会も開催しています。

ご自身やご家族が「もの忘れかな？」と思ったら

まずは、あんしんすこやかセンターへお気軽にご相談ください。
ご自身やご家族だけでなく、近隣の方など、どなたでもご相談いただけます。また、相談に関する秘密は厳守します。

【費用】無料

【問合せ】住所地のあんしんすこやかセンター（⇒17頁）



○条例や計画、区の認知症施策全般について

【問合せ】介護予防・地域支援課 ☎ 5432-2954 FAX 5432-3085

災害に備えて

突然大きな地震などに襲われたとき、高齢者や障害のある方は、一人で身の安全を確保し、避難することが容易ではありません。

身の安全を確保するためには、ご本人やご家族、地域の皆さんなどが地震に対する理解を深め、事前の備えを心がけることが大切です。

けがをしないために

まずは地震が発生した時にケガをしないことが大切です。家の耐震化や、家具の転倒・落下・移動防止をあらかじめ行いましょう。

⇒家具転倒防止器具取付支援制度 (⇒65頁)

普段過ごす居室や寝室は、特に転倒・落下・移動防止対策をしっかりとっておきましょう。また、ガラス窓が割れて飛び散ったりすることを防ぐため、窓に飛散防止フィルム等を貼っておきましょう。

厚手のカーテンを引いておくだけでもある程度の効果があります。

⇒世田谷区防災用品のあっせん【問合せ】災害対策課 ☎ 5432-2262

(リーフレットを災害対策課、総合支所地域振興課、まちづくりセンターで配布しています。)

情報入手しましょう

テレビやラジオ、防災行政無線などの放送で、正しい情報を得るようにしましょう。区内の災害情報は、エフエム世田谷(83.4MHz)、区ホームページでもお知らせします。

⇒防災無線等の放送内容が聞き取れなかった場合は、24時間以内に放送された内容を電話で聞くことができます。

専用電話番号 ☎ 0180-99-3151 (通話料がかかります)

耳の不自由な方は、近所の複数の特定の方に、緊急の情報をすぐに教えてもらうようにしておきましょう。

また、「災害・防犯情報メール配信サービス」にあらかじめメールアドレスを登録すると、地震・気象警報等の災害情報や防犯情報が配信されます。

登録方法は、<http://setagaya-city.site.ktaiwork.jp/> をご覧ください。

非常用物品を備えましょう

火や水が使えなくても簡単に食べられるレトルト食品や缶詰・飲料水等を、3日以上、出来れば1週間分は備えておきましょう。アレルギーのある方は、対応食を用意しましょう。

また、常備薬がある場合は、いざという時に持ち出せるよう準備をしましょう。

人工呼吸器、酸素療法、吸引器を使用している方は、停電に備えて発電機やバッテリーの準備をし、いつでも使えるようにしておきましょう。

緊急時の対応について、かかりつけ医や訪問看護師、保健師と相談しておくことも大切です。医療機器については、医療機器販売会社に確認しましょう。

詳しくは、「災害時区民行動マニュアル」等をご参照ください。

(災害対策課、総合支所地域振興課、まちづくりセンターで配布)

これ、全部詐欺です!!

区役所職員を名乗って…

医療費が戻ります
コロナの追加給付金が
あります

警察官を名乗って…

あなたの
カードが偽造
されています

親族を名乗って…

大事な書類を
無くしたので
お金を貸して
ほしい

コロナに
感染して
お金が必要

メールや封書で…

To.
Subject
サイト利用
料金未納の
お知らせ

民事訴訟
最終告知

携帯電話とカードを
持って、ATMへ
行ってください

カードの
変更手続きのため
ご自宅へ伺います

代わりの人間が
お金を取りに
行くから渡して

至急ご連絡
下さい
03-XXXX

訴訟取下げ費用
として、コンビニで
電子マネーカードを購入
してください

カードをATMに入れて
ボタンを押してください

犯人の指示で
ATMを操作し、
犯人にお金を
振り込んでしまう。

キャッシュカードを
封筒に入れて
ください

目を離れた際に、
カードの入った
封筒をだまし取られ
てしまう。

他人にお金を
渡してしまう。

身に覚えのない
支払いを
させられてしまう。

4つの「ない」で被害を防止! 1 電話に出**ない** 2 個人情報と言**わない** 3 キャッシュカードを渡**さない** 4 ATMで手続きし**ない**

世田谷区
特殊詐欺相談

ホットライン ☎ 03-5432-2121

お金を渡す前にお電話を!

開設時間 月～金曜 9:00-17:00 (祝・休日・年末年始を除く)

| | |
|----|-----------------|
| 1 | 相談窓口 |
| 2 | 健康づくり |
| 3 | 社会参加・働く・いきがいづくり |
| 4 | 権利擁護 |
| 5 | 在宅生活を支えるサービス |
| 6 | 高齢者向け住まい |
| 7 | 介護予防・日常生活支援総合事業 |
| 8 | 介護保険制度のしくみとサービス |
| 9 | 後期高齢者医療制度等 |
| 10 | 施設一覧 |
| 11 | 高齢者向け広告のページ |
| 12 | 索引 |

目次

| | | |
|-----------|---------------------------------|----|
| | 対象者別サービス一覧 | 12 |
| 1. | 相談窓口 | |
| ① | あんしんすこやかセンター（地域包括支援センター） | |
| | あんしんすこやかセンターの機能 | 16 |
| | あんしんすこやかセンター（地域包括支援センター）一覧 | 17 |
| | あんしんすこやかセンター案内図 | 18 |
| ② | 総合支所保健福祉センター | |
| | 区役所・総合支所案内図 | 23 |
| ③ | その他の相談窓口 | |
| | 福祉の相談窓口 | 25 |
| | 高齢者安心コール | 25 |
| | 高齢者安心電話 | 25 |
| | 高齢者なんでも相談 | 26 |
| | 民生委員・児童委員への相談 | 26 |
| | がん相談コーナー | 26 |
| | 生活福祉資金の貸付 | 27 |
| | 不動産担保型生活資金の貸付 | 27 |
| | 消費生活相談 | 27 |
| 2. | 健康づくり | |
| | 健康診査 | 28 |
| | がん検診等 | 29 |
| | 区民歯科相談 | 30 |
| | 訪問口腔ケア事業 | 30 |
| | すこやか歯科健診 | 30 |
| | 糖尿病予防教室 | 31 |
| | 健康手帳 | 31 |
| | 高齢者インフルエンザ予防接種 | 31 |
| | 高齢者肺炎球菌予防接種 | 32 |
| | こころの健康相談 | 32 |
| | 食べて元気に過ごしましょう。「低栄養」にご注意を！！ | 33 |
| | 保健センター | 34 |
| | はり・きゅう・マッサージサービス | 36 |
| | かかりつけ医を持ちましょう | 36 |
| | 世田谷区在宅療養資源マップ | 37 |
| | 在宅療養・ACPガイドブック「LIFE これからのこと」 | 37 |
| 3. | 社会参加・働く・いきがいづくり | |
| ① | 社会参加 | |
| | 介護予防・日常生活支援総合事業 | 38 |
| | 高齢者クラブ | 38 |

| | |
|-----------------------------|----|
| シルバー工芸教室 | 38 |
| 代田陶芸教室 | 38 |
| 土と農の交流園 | 39 |
| 世田谷区生涯大学 | 39 |
| せたがや生涯現役ネットワーク | 39 |
| 生涯学習セミナー | 40 |
| 入浴券の支給 | 40 |
| 慶祝品 | 41 |
| シルバーパス | 41 |
| 地域支えあい活動（身近な住民どうしの交流の場所です。） | 41 |
| せたがやシニアボランティア・ポイント事業 | 42 |
| 介護に関する入門的研修 | 42 |
| 選挙における自宅等での不在者投票（郵便等投票制度） | 43 |
| ②働く | |
| 仕事の紹介・相談 | 44 |
| 就業に関する催し・講座 | 45 |
| シルバー人材センターで働いてみませんか | 45 |
| ふれあいサービス協力会員 | 46 |
| ③利用施設 | |
| ひだまり友遊会館 | 47 |
| せたがや がやがや館（健康増進・交流施設） | 47 |
| 北烏山東敬老会館 | 48 |
| 高齢者集会所 | 48 |
| 文化施設・スポーツ施設の利用 | 49 |
| 4. 権利擁護 | |
| 高齢者虐待の相談 | 51 |
| あんしん事業（地域福祉権利擁護事業） | 51 |
| 成年後見制度利用支援 | 52 |
| あんしん法律相談 | 53 |
| 5. 在宅生活を支えるサービス | |
| ①介護が必要な方へのサービス | |
| 訪問理美容サービス | 54 |
| 紙おむつの支給・おむつ代の助成 | 54 |
| 寝具乾燥サービス | 54 |
| 高齢者見守りステッカー | 55 |
| リフト付タクシー | 55 |
| 世田谷福祉移動支援センター「そとでる」 | 56 |
| 車椅子の貸出し | 56 |
| 緊急一時宿泊 | 56 |
| ②ひとり暮らしの方へのサービス | |
| 会食サービス | 57 |

相談窓口 1

健康づくり 2

社会参加・働く・いきがいづくり 3

権利擁護 4

在宅生活を支えるサービス 5

高齢者向け住まい 6

介護予防・日常生活支援総合事業 7

介護保険制度のしくみとサービス 8

後期高齢者医療制度等 9

施設一覧 10

高齢者向け広告のページ 11

索引 12

| | |
|----|-----------------|
| 1 | 相談窓口 |
| 2 | 健康づくり |
| 3 | 社会参加・働く・いきがいづくり |
| 4 | 権利擁護 |
| 5 | 在宅生活を支えるサービス |
| 6 | 高齢者向け住まい |
| 7 | 介護予防・日常生活支援総合事業 |
| 8 | 介護保険制度のしくみとサービス |
| 9 | 後期高齢者医療制度等 |
| 10 | 施設一覧 |
| 11 | 高齢者向け広告のページ |
| 12 | 索引 |

| | | |
|-----------|--------------------------------|----|
| | 電磁調理器・自動消化装置・ガス安全システムの給付 | 57 |
| | 電話料金の助成 | 58 |
| | 住まい見守り・補償サービス初回登録料の補助 | 58 |
| ③ | ひとりぐらし、高齢者のみ世帯の方等へのサービス | |
| | 緊急通報システム（愛のペンダント）の貸与 | 59 |
| | 住宅火災通報システム | 60 |
| | 福祉電話訪問 | 60 |
| | 資源・ごみ・粗大ごみの収集サービス | 60 |
| | ふれあいサービス事業 | 62 |
| | くらしの多彩なニーズにお応えします | 63 |
| ④ | 住宅を改修するためのサービス | |
| | 住宅改修費の助成 | 64 |
| | 住宅改修相談 | 64 |
| | 家具転倒防止器具取付支援 | 65 |
| | 耐震シェルター等設置助成 | 65 |
| ⑤ | ご家族の方への支援 | |
| | 家族介護教室 | 66 |
| | 介護者の会・家族会 | 66 |
| | 介護マーク | 66 |
| | ストレスケア講座 | 66 |
| | 家族のためのところが楽になる相談 | 66 |
| | 家族介護奨励金 | 67 |
| 6. | 高齢者向け住まい | |
| | 都営、区営・区立など高齢者向け住宅の入居 | 68 |
| | シルバーピア住宅 | 68 |
| | 住まいサポートセンター | 68 |
| | サービス付き高齢者向け住宅 | 69 |
| | 養護老人ホーム | 69 |
| | 特別養護老人ホーム（介護老人福祉施設） | 70 |
| | 都市型軽費老人ホーム | 70 |
| | 有料老人ホーム | 70 |
| 7. | 介護予防・日常生活支援総合事業 | |
| | 介護予防・生活支援サービス | 71 |
| | 一般介護予防事業 | 71 |
| | 基本チェックリスト | 73 |
| 8. | 介護保険制度のしくみとサービス | |
| ① | 介護保険とは | |
| | 介護保険制度のしくみ | 74 |
| | 介護保険事業の財源 | 74 |
| | 介護保険に加入する方 | 75 |
| | 介護保険被保険者証の交付 | 75 |

| | |
|---------------------------------|-----|
| 介護保険負担割合証の交付 | 76 |
| 65歳以上の方（第1号被保険者）の介護保険料 | 76 |
| 介護保険料の納め方（65歳以上の方） | 78 |
| 介護保険料を納めないでいると | 80 |
| 2 介護保険サービスを利用するには | |
| (1)相談・認定申請 | 82 |
| (2)要介護・要支援認定、基本チェックリストによる判定の実施 | 83 |
| (3)認定結果の通知 | 83 |
| (4)ケアプランの作成 | 85 |
| (5)サービスの利用 | 87 |
| 認定結果の有効期間と更新手続き | 87 |
| 3 介護保険で利用できるサービス | |
| サービスの種類と費用のめやす | 88 |
| 訪問を受けて利用するサービス | 89 |
| 通所して利用するサービス | 91 |
| 通い・訪問・宿泊を組み合わせて利用するサービス | 93 |
| 短期入所するサービス | 94 |
| 施設に入居・入所して利用するサービス | 95 |
| 在宅生活に必要な福祉用具の貸与・購入費の支給、住宅改修費の支給 | 98 |
| 4 サービスを利用するときの費用負担 | |
| 利用者負担と支給限度額 | 100 |
| 利用者負担軽減 | 100 |
| 5 高齢福祉・介護サービスの苦情・相談 | |
| 高齢福祉・介護サービスの苦情・相談 | 105 |
| 世田谷区保健福祉サービス苦情審査会 | 105 |
| 東京都国民健康保険団体連合会 | 106 |
| 福祉サービス運営適正化委員会 | 106 |
| 9. 後期高齢者医療制度等 | |
| 後期高齢者医療制度・療養費の支給 | 108 |
| 後期高齢者医療制度・保険料 | 109 |
| 高額介護合算療養費 | 110 |
| 高齢受給者証による医療 | 110 |
| 10. 施設一覧 | |
| 区内介護保険施設等 | 111 |
| 区内高齢者施設等 | 114 |
| 11. 高齢者向け広告のページ | |
| 広告 | 116 |
| 12. 索引 | |
| 索引 | 118 |

相談窓口 **1**

健康づくり **2**

社会参加・働く・いきがいづくり **3**

権利擁護 **4**

在宅生活を支えるサービス **5**

高齢者向け住まい **6**

介護予防・日常生活支援総合事業 **7**

介護保険制度のしくみとサービス **8**

後期高齢者医療制度等 **9**

施設一覧 **10**

高齢者向け広告のページ **11**

索引 **12**

■対象者別サービス一覧表

| 大項目 | サービス内容 | 負担の軽減等 | 対象年齢 | | | 介護認定 | | 支援が必要な方 認定は受けていないが | 元気な高齢者向け | ひとりぐらし | 高齢者のみ世帯 | 備考 | 頁 | |
|------------------|----------------|--------|-------|-------|-------|------|-----|-----------------------|----------|--------|---------------|----|----|-----|
| | | | 60歳以上 | 65歳以上 | 75歳以上 | 要支援 | 要介護 | | | | | | | |
| | | | | | | | 1～2 | | | | | | | 3～5 |
| 相談窓口 | 高齢者安心コール | | ○ | ◎ | ◎ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | | 25 | | |
| | 高齢者安心電話 | | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | | 25 | | |
| | 高齢者なんでも相談 | | ○ | ○ | ○ | | | | | | | 26 | | |
| | 民生委員・児童委員への相談 | | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | | 26 | | |
| | がん相談コーナー | | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | | 26 | | |
| | 生活福祉資金の貸付 | | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | | 27 | | |
| | 不動産担保型生活資金の貸付 | | | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | | 27 | | |
| | 消費生活相談 | | ◎ | ◎ | ◎ | ◎ | ◎ | ◎ | ◎ | ◎ | ◎ | | 27 | |
| 健康づくり | 特定健診 | ○ | ○ | ○ | | | | | | | 世田谷区国民健康保険加入者 | 28 | | |
| | 長寿健診 | ○ | | ○ | | | | | | | 後期高齢者医療制度加入者 | 28 | | |
| | 成人健診 | | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | 生活保護受給者等 | 28 | | |
| | がん検診等 | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | | 29 | | |
| | 区民歯科相談 | | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | | 30 | | |
| | 訪問口腔ケア事業 | | ○ | ○ | ○ | | ○ | ○ | | ○ | | 30 | | |
| | すこやか歯科健診 | | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | | 30 | | |
| | 糖尿病予防教室 | | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | | 31 | | |
| | 健康手帳 | | ◎ | ◎ | ◎ | ◎ | ◎ | ◎ | ◎ | ◎ | ◎ | | 31 | |
| | 高齢者インフルエンザ予防接種 | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | | 31 | | |
| | 高齢者肺炎球菌予防接種 | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | | 32 | | |
| | こころの健康相談 | | ◎ | ◎ | ◎ | ◎ | ◎ | ◎ | ◎ | ◎ | ◎ | | 32 | |
| | 保健センター | | ○ | ○ | ○ | | | ○ | ○ | ○ | | 34 | | |
| はり・きゅう・マッサージサービス | | | ◎ | ◎ | | | | | | | | 36 | | |

◎ 対象となります。

○ 条件により対象となります。(条件は本文をご確認ください。)

| 大項目 | サービス内容 | 負担の軽減等 | 対象年齢 | | | 介護認定 | | 認定は受けていないが 支援が必要な方 | 元気な高齢者向け | ひとり暮らし | 高齢者のみ世帯 | 備考 | 頁 | |
|-----------|-------------------------------|--------|-------|-------|-------|------|--------|-----------------------|----------|--------|---------|----------------------|----|--------|
| | | | 60歳以上 | 65歳以上 | 75歳以上 | 要支援 | 要介護 | | | | | | | |
| | | | | | | | 1 2 | | | | | | | 3 5 |
| 介護予防事業 | はつらつ介護予防講座 | | ○ | ◎ | ◎ | | | | | | | | 71 | |
| | まるごと介護予防講座 | | ○ | ◎ | ◎ | | | | | | | | 71 | |
| | お口の元気アップ教室 | | ○ | ◎ | ◎ | | | | | | | | 72 | |
| | 世田谷いきいき体操 | | ○ | ◎ | ◎ | | | | | | | | 72 | |
| | 高齢者クラブ | | ○ | ○ | ○ | | | | | | | | 38 | |
| | シルバー工芸教室 | | ○ | ○ | ○ | | | | | | | | 38 | |
| | 代田陶芸教室 | | ○ | ○ | ○ | | | | | | | | 38 | |
| | 土と農の交流園 | | ○ | ○ | ○ | | | | | | | | 39 | |
| | 世田谷区生涯大学 | | ○ | ○ | ○ | | | | | | | | 39 | |
| | せたがや生涯現役ネットワーク | | | | | | | | ◎ | | | | 39 | |
| | 生涯学習セミナー | | ◎ | ◎ | ◎ | | | | | | | 対象年齢 55歳以上 | 40 | |
| | 入浴券の支給 | | | ◎ | ◎ | | | | ◎ | | | | 40 | |
| | 慶祝品 | | | | | | | | | | | 対象年齢 88歳・ 100歳 | 41 | |
| | シルバーパス | | | | ○ | | | | | | | 対象年齢 70歳以上 | 41 | |
| | 地域支えあい活動 | | ○ | ○ | ○ | | | | ○ | ○ | ○ | | 41 | |
| | せたがやシニアボランティア・ポイント事業 | ○ | | ○ | ○ | | | | | | | | 42 | |
| | 介護に関する入門的研修 | | ○ | ○ | ○ | | | | ○ | | | | 42 | |
| | 選挙における自宅等での不在者投票 (郵便等投票制度) | | | | | | | ○ | | | | | 43 | |
| | 仕事の紹介・相談 | | ○ | ○ | ○ | | | | ○ | | | | 44 | |
| | 就業に関する催し・講座 | | ○ | ○ | ○ | | | | ○ | | | | 45 | |
| | シルバー人材センター会員 | | ○ | ○ | ○ | | | | ○ | | | | 45 | |
| | ふれあいサービス協力会員 | | ○ | ○ | ○ | | | | ○ | | | | 46 | |
| | ひだまり友遊会館 | | ○ | ○ | ○ | | | | | | | | 47 | |
| | せたがや がやがや館 | | | | | | | | ◎ | | | | 47 | |
| 北烏山東敬老会館 | | ○ | ○ | ○ | | | | | | | | 48 | | |
| 高齢者集会所 | | ○ | ○ | ○ | | | | | | | | 48 | | |
| 文化施設の利用 | | | ◎ | ◎ | | | | | | | | 49 | | |
| スポーツ施設の利用 | | ○ | ◎ | ◎ | | | | | | | | 49 | | |

◎ 対象となります。 ○ 条件により対象となります。(条件は本文をご確認ください。)

| 大項目 | サービス内容 | 負担の軽減等 | 対象年齢 | | | 介護認定 | | 認定は受けていないが支援が必要な方 | 元気な高齢者向け | ひとり暮らし | 高齢者のみ世帯 | 備考 | 頁 | |
|-------------------|--------------------------|--------|-------|-------|-------|------|-----|-------------------|----------|--------|------------------------|-------------------|----|-----|
| | | | 60歳以上 | 65歳以上 | 75歳以上 | 要支援 | 要介護 | | | | | | | |
| | | | | | | | 1～2 | | | | | | | 3～5 |
| 権利擁護 | 高齢者虐待の相談 | | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | | 51 | | |
| | あんしん事業 | | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | | ○ | | 51 | | |
| | 成年後見制度利用支援 | | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | | 52 | | |
| | あんしん法律相談 | | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | | 53 | | |
| 在宅生活を支える区のサービスの | 訪問理美容サービス | | | ○ | ○ | | | ◎ | | | | 54 | | |
| | 紙おむつの支給・おむつ代の助成 | | ○ | ○ | ○ | | | ◎ | | | 介護保険第2号被保険者も対象となる場合がある | 54 | | |
| | 寝具乾燥サービス | | | ○ | ○ | | | ◎ | | | | 54 | | |
| | 高齢者見守りステッカー | | ○ | ○ | ○ | | ○ | ○ | | | | 55 | | |
| | リフト付タクシー | | ○ | ○ | ○ | | | ◎ | ○ | ○ | | 55 | | |
| | 世田谷区福祉移動支援センター「そとでる」 | | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | | 56 | | |
| | 車椅子の貸し出し | | | ○ | ○ | | | | ○ | ○ | | 56 | | |
| | 緊急一時宿泊 | | | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | | 56 | | |
| | 会食サービス | | | ○ | ○ | | | | | ◎ | | 57 | | |
| | 電磁調理器・自動消火装置・ガス安全システムの給付 | ○ | | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | | ○ | | 57 | | |
| | 電話料金の助成 | | | ○ | ○ | | | | | ○ | | 58 | | |
| | 救急通報システム（愛のペンダント）の貸与 | ○ | | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | 日中独居世帯も対象になる場合がある | 59 | |
| | 住宅火災通報システム | ○ | | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | | ○ | ○ | | 60 | |
| | 住まい見守り・補償サービス初回登録料の補助 | | ○ | ○ | ○ | | | | | ○ | | | 58 | |
| | 福祉電話訪問 | | | ○ | ○ | | | | | ○ | ○ | | 60 | |
| 資源・ごみ・粗大ごみの収集サービス | | | ○ | ○ | | ○ | | | ○ | ○ | | 60 | | |
| ふれあいサービス事業 | | | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | | 61 | | |

◎ 対象となります。

○ 条件により対象となります。(条件は本文をご確認ください。)

| 大項目 | サービス内容 | 負担の軽減等 | 対象年齢 | | | 介護認定 | | 認定は受けていないが支援が必要な方 | 元気な高齢者向け | ひとり暮らし | 高齢者のみ世帯 | 備考 | 頁 | |
|---------------|-----------------------|--------|-------|-------|-------|------|-----|-------------------|----------|--------|-----------------|----|---|-----|
| | | | 60歳以上 | 65歳以上 | 75歳以上 | 要支援 | 要介護 | | | | | | | |
| | | | | | | | 1～2 | | | | | | | 3～5 |
| 在宅生活を支える区サービス | シルバー人材センターのサービス | | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | | 63 | | |
| | 住宅改修費の助成 | ○ | | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | | | | 64 | | |
| | 住宅改修相談 | | | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | | | 助言・指導が必要と認められた方 | 64 | | |
| | 家具転倒防止器具取付支援 | | | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | | 65 | | |
| | 耐震シェルター等設置助成 | | | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | | 65 | | |
| 高齢者向けすまい | 都営、区営・区立など的高齢者向け住宅の入居 | ○ | | ○ | ○ | | | | ○ | ○ | ○ | 68 | | |
| | シルバーピア住宅 | ○ | | ○ | ○ | | | | ○ | ○ | ○ | 68 | | |
| | 住まいサポートセンター | | | ○ | ○ | ○ | | | | ○ | ○ | 68 | | |
| | サービス付き高齢者向け住宅 | | | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | 69 | | |
| | 養護老人ホーム | | | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | 69 | | |
| | 特別養護老人ホーム | ○ | | ○ | ○ | | ○ | ◎ | | ○ | ○ | 70 | | |
| | 都市型軽費老人ホーム | | | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | 70 | | |
| 有料老人ホーム | | | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | 70 | | | |

◎ 対象となります。

○ 条件により対象となります。(条件は本文をご確認ください。)

1. 相談窓口

1 あんしんすこやかセンター（地域包括支援センター）

あんしんすこやかセンターは、世田谷区が設置した高齢者とその家族のための総合相談窓口です。高齢者の方が住みなれた地域でいつまでも安心して暮らせるよう支援します。

窓口では、社会福祉士、主任ケアマネジャー、保健師等の専門職員がご相談に応じます。相談に関する秘密は厳守しますので、安心してご相談ください。相談は無料です。

ご相談は、電話、窓口でお受けするほか、ご自宅へ訪問してお受けすることもできます。

また、あんしんすこやかセンターでは、介護認定が要支援1、2の方の介護予防支援（ケアプラン作成）や、介護予防事業のご紹介も行っています。

【問合せ】 各あんしんすこやかセンター（➡17頁）

介護予防・地域支援課 ☎ 5432-2953 FAX 5432-3085

あんしんすこやかセンターの機能

介護予防ケアマネジメント

介護が必要となるおそれのある高齢者や要支援認定者を対象に、生活の改善や支援のための相談や、専門的な視点から介護予防プランの作成などを行っています。

総合相談・支援

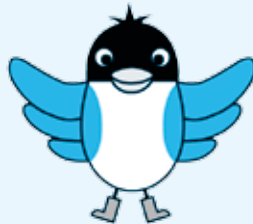
高齢者に関するさまざまなご相談をお受けします。ご希望により、ご自宅へお伺いすることもできます。相談内容に応じて、民生委員、医療機関、行政機関等と連携し、必要なサービスが利用できるよう支援します。

介護保険の相談・申請受付

認知症に関する
ご相談をお受けします。

もの忘れ相談

区の保健福祉サービスの
申請受付



あんしんすこやかセンター
イメージキャラクター「あんすこ君」

医療や介護が必要なとき、
安心して在宅療養生活をおくることができるよう、
ご相談をお受けします。

在宅療養相談

権利擁護

高齢者への虐待や消費者被害の防止
または早期発見、成年後見制度の利用
など権利擁護のための支援を行います。

包括的・継続的ケアマネジメント支援

高齢者一人ひとりの状態の変化に応じ、
高齢者がいつまでも安心して生活
できるよう、医療機関やケアマネジャー
と連携し、支援します。

○次の保健福祉サービスの申請の受付ができます。

- ・訪問理美容 ・寝具乾燥 ・電話料金の助成 ・紙おむつ支給 ・会食サービス
- ・リフト付タクシー ・おむつ代助成 ・福祉電話訪問 ・緊急一時宿泊

●あんしんすこやかセンター（地域包括支援センター）一覧

| 地域 | 名称 | 所在地 | 電話番号 | FAX 番号 | 担当区域 |
|-----|----------------------|----------------------------|-----------|-----------|--------------------------|
| 世田谷 | 池尻 あんしんすこやかセンター | 池尻3-27-21 | 5433-2512 | 3418-5261 | 池尻1~3、池尻4 (1~32番)、三宿 |
| | 太子堂 あんしんすこやかセンター | 太子堂2-17-1 2階 | 5486-9726 | 5486-9750 | 太子堂、三軒茶屋1 |
| | 若林 あんしんすこやかセンター | 若林1-34-2 | 5431-3527 | 5431-3528 | 若林、三軒茶屋2 |
| | 上町 あんしんすこやかセンター | 世田谷1-23-5 2階 | 5450-3481 | 5450-8005 | 世田谷、桜、弦巻 |
| | 経堂 あんしんすこやかセンター | 宮坂1-44-29 | 5451-5580 | 5451-5582 | 宮坂、桜丘、経堂 |
| | 下馬 あんしんすこやかセンター | 下馬4-13-4 | 3422-7218 | 3414-5225 | 下馬、野沢 |
| | 上馬 あんしんすこやかセンター | 上馬4-10-17 | 5430-8059 | 5430-8085 | 上馬、駒沢1・2 |
| 北沢 | 梅丘 あんしんすこやかセンター | 梅丘1-61-16 | 5426-1957 | 5426-1959 | 代田1~3、梅丘、 豪徳寺 |
| | 代沢 あんしんすこやかセンター | 代沢5-1-15 | 5432-0533 | 5433-9684 | 代沢、池尻4 (33~39番) |
| | 新代田 あんしんすこやかセンター | 羽根木1-6-14 | 5355-3402 | 3323-3523 | 代田4~6、羽根木、 大原 |
| | 北沢 あんしんすこやかセンター | 北沢2-8-18 北沢タウンホール内 地下1階 | 5478-9101 | 5478-8072 | 北沢 |
| | 松原 あんしんすこやかセンター | 松原2-28-21 ※ | 3323-2511 | 5300-0212 | 松原 |
| | 松沢 あんしんすこやかセンター | 赤堤5-31-5 | 3325-2352 | 5300-0031 | 赤堤、桜上水 |
| 玉川 | 奥沢 あんしんすこやかセンター | 奥沢3-15-7 | 6421-9131 | 6421-9137 | 東玉川、奥沢1~3 |
| | 九品仏 あんしんすこやかセンター | 奥沢7-35-4 | 6411-6047 | 6411-6048 | 玉川田園調布、 奥沢4~8 |
| | 等々力 あんしんすこやかセンター | 等々力3-4-1 玉川総合支所 2階 | 3705-6528 | 3703-5221 | 玉堤、等々力、尾山台 |
| | 上野毛 あんしんすこやかセンター | 中町2-33-11 | 3703-8956 | 3703-5222 | 上野毛、野毛、中町 |
| | 用賀 あんしんすこやかセンター | 用賀2-29-22 2階 | 3708-4457 | 3700-6511 | 上用賀、用賀、玉川台 |
| | 二子玉川 あんしんすこやかセンター | 玉川4-4-5 2階 | 5797-5516 | 3700-0677 | 玉川、瀬田 |
| | 深沢 あんしんすこやかセンター | 駒沢4-33-12 | 5779-6670 | 3418-5271 | 駒沢3~5、駒沢公園、 新町、桜新町、深沢 |
| 砧 | 祖師谷 あんしんすこやかセンター | 祖師谷4-1-23 | 3789-4589 | 3789-4591 | 祖師谷、千歳台1・2 |
| | 成城 あんしんすこやかセンター | 成城6-3-10 | 3483-8600 | 3483-8731 | 成城 |
| | 船橋 あんしんすこやかセンター | 船橋4-3-2 | 3482-3276 | 5490-3288 | 船橋、千歳台3~6 |
| | 喜多見 あんしんすこやかセンター | 喜多見5-11-10 | 3415-2313 | 3415-2314 | 喜多見、宇奈根、鎌田 |
| | 砧 あんしんすこやかセンター | 砧5-8-18 | 3416-3217 | 3416-3250 | 岡本、大蔵、砧、砧公園 |
| 烏山 | 上北沢 あんしんすこやかセンター | 上北沢4-32-9 | 3306-1511 | 3329-1005 | 上北沢、八幡山 |
| | 上祖師谷 あんしんすこやかセンター | 上祖師谷2-7-6 | 5315-5577 | 3305-6333 | 上祖師谷、粕谷 |
| | 烏山 あんしんすこやかセンター | 南烏山6-2-19 烏山区民センター 2階 | 3307-1198 | 3300-6885 | 給田、南烏山、北烏山 |

あんしんすこやかセンターの窓口開設時間 午前8時30分~午後5時（日曜・祝日・12月29日~1月3日を除く）

あんしんすこやかセンターは、まちづくりセンターと同じ建物にあります。（松原を除く）

※ 松原あんしんすこやかセンターは、令和4年1月頃に松原5-43（松原小学校併設）に移転予定です。

【問合せ先】 介護予防・地域支援課 ☎ 5432-2953 FAX 5432-3085

あんしんすこやかセンター案内図



窓口開設時間

月～土曜日

午前8時30分～午後5時

(日曜・祝日、12月29日～1月3日はお休みします)

※各案内図の があんしんすこやかセンターの所在地です。
 ※あんしんすこやかセンターは、まちづくりセンターと同じ建物にあります。(松原を除く)

太子堂あんしんすこやかセンター

担当区域 太子堂1～5、
三軒茶屋1

☎5486-9726

FAX 5486-9750

🏠 太子堂2-17-1 2階



交通

- 世田谷線「三軒茶屋」下車徒歩4分
- 田園都市線「三軒茶屋」下車徒歩4分
- ◆ 東急バス・小田急バス「三軒茶屋」下車徒歩4分
 渋谷駅～弦巻営業所・田園調布駅・二子玉川駅・上町・祖師ヶ谷大蔵駅・成城学園前駅・調布駅南口等々力、駒沢陸橋～北沢タウンホール、三軒茶屋～日黒駅前

世田谷地域

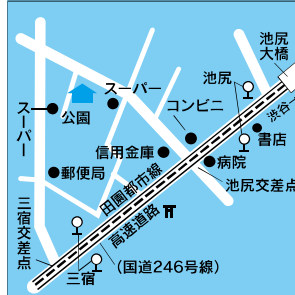
池尻あんしんすこやかセンター

担当区域 池尻1～3、池尻4(1～32番)、
三宿1・2

☎5433-2512

FAX 3418-5261

🏠 池尻3-27-21



交通

- 田園都市線「池尻大橋」西口下車 徒歩12分
- ◆ 東急バス、小田急バス
 渋谷駅～弦巻営業所、上町・祖師ヶ谷大蔵駅、成城学園前駅で「三宿」下車 徒歩8分
 「池尻」下車 徒歩10分

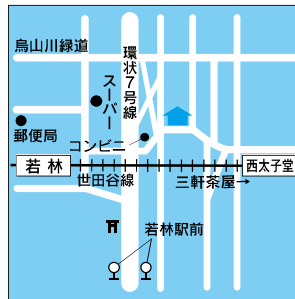
若林あんしんすこやかセンター

担当区域 若林1～5、
三軒茶屋2

☎5431-3527

FAX 5431-3528

🏠 若林1-34-2



交通

- 世田谷線「若林」下車 徒歩5分
 「西太子堂」下車 徒歩5分
- ◆ 東急バス
 渋谷駅～世田谷区民会館で
 新代田駅～大森操車所
 「若林駅前」下車 徒歩6分

上町あんしんすこやかセンター

担当区域 世田谷1～4、桜1～3、
弦巻1～5

☎5450-3481

FAX 5450-8005

🏠 世田谷1-23-5 2階



交通

- 世田谷線「上町」下車 徒歩5分、
 「世田谷」下車 徒歩7分
- ◆ 東急バス、小田急バス
 渋谷駅～成城学園前駅などで「上町」下車 徒歩3分

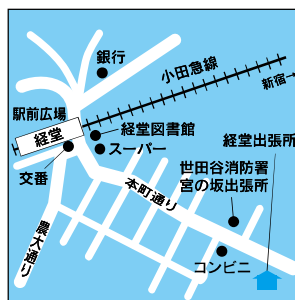
経堂あんしんすこやかセンター

担当区域 宮坂1～3、桜丘1～5、
経堂1～5

☎5451-5580

FAX 5451-5582

🏠 宮坂1-44-29



交通

- 小田急線「経堂」下車 徒歩8分

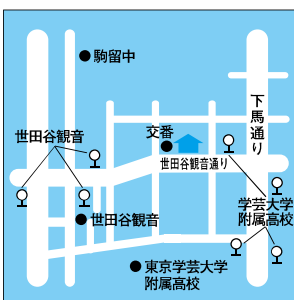
下馬あんしんすこやかセンター

担当区域 下馬1～6、
野沢1～4

☎3422-7218

FAX 3414-5225

🏠 下馬4-13-4



交通

- ◆ 東急バス
 渋谷駅～野沢龍雲寺・多摩川駅・東京医療センター、目黒駅前～三軒茶屋駅、中目黒駅～野沢龍雲寺で「学芸大学附属高校」下車 徒歩4分
 渋谷駅・目黒駅前・中目黒駅～野沢龍雲寺、目黒駅前～三軒茶屋駅で「世田谷観音」下車 徒歩5分

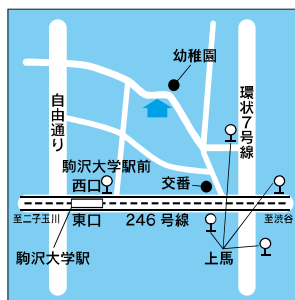
上馬あんしんすこやかセンター

担当区域 上馬1～5、
駒沢1・2

☎5430-8059

FAX 5430-8085

🏠 上馬4-10-17



交通

- 田園都市線「駒沢大学」下車 徒歩5分
- ◆ 東急バス
 渋谷～田園調布駅・二子玉川駅・等々力、駒沢陸橋～北沢タウンホール、大森駅～新代田駅、五反田駅～世田谷区民会館で「上馬」下車 徒歩3分

北沢地域

梅丘あんしんすこやかセンター

担当区域 代田1~3、梅丘1~3、
豪徳寺1・2

☎5426-1957
FAX 5426-1959

🏠 梅丘1-61-16



交通

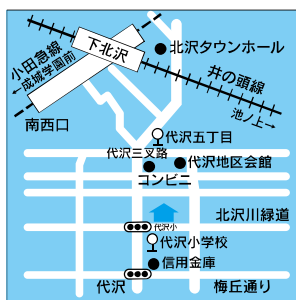
- 小田急線
「梅ヶ丘」下車 徒歩7分
- ◆小田急バス
梅ヶ丘駅～千歳船橋駅・経堂駅・
等々力操車所、渋谷駅～経堂駅
「梅ヶ丘駅」下車 徒歩7分

代沢あんしんすこやかセンター

担当区域 代沢1~5、
池尻4(33~39番)

☎5432-0533
FAX 5433-9684

🏠 代沢5-1-15



交通

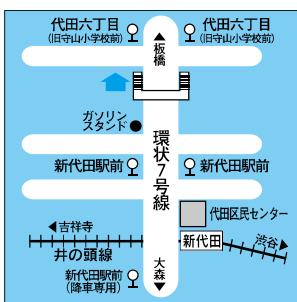
- 小田急線、井の頭線
「下北沢」下車 徒歩10分
- 小田急バス
駒沢陸橋～北沢タウンホールで
「代沢五丁目」下車 徒歩5分

新代田あんしんすこやかセンター

担当区域 代田4~6、羽根木1・2、
大原1・2

☎5355-3402
FAX 3323-3523

🏠 羽根木1-6-14



交通

- 京王井の頭線
「新代田」下車 徒歩5分
- ◆東急バス
大森操車所～新代田駅前で「新代田
駅前」下車 徒歩5分
- ◆都営バス
新宿西口～新代田駅前で「代田六丁
目」(旧守山小学校前)下車 徒歩3分

北沢あんしんすこやかセンター

担当区域 北沢1~5

☎5478-9101
FAX 5478-8072

🏠 北沢2-8-18
北沢タウンホール地下1階



交通

- 小田急線、井の頭線
「下北沢」下車 徒歩5分
- 小田急バス
駒沢陸橋～北沢タウンホールで
「北沢タウンホール」下車 すぐ

松原あんしんすこやかセンター

担当区域 松原1~6

☎3323-2511
FAX 5300-0212

🏠 松原2-28-21



交通

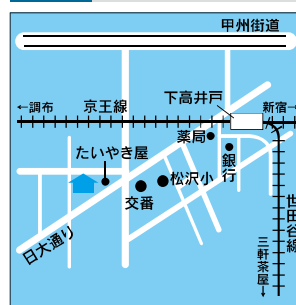
- 京王線・井の頭線
「明大前」下車 徒歩5分

松沢あんしんすこやかセンター

担当区域 赤堤1~5、
桜上水1~5

☎3325-2352
FAX 5300-0031

🏠 赤堤5-31-5



交通

- 京王線、世田谷線
「下高井戸」下車 徒歩5分

※令和4年度1月頃に松原5-43(松原小学校併設)に移転予定



玉川地域

奥沢あんしんすこやかセンター

担当区域 東玉川1・2、
奥沢1～3

☎6421-9131
FAX 6421-9137

📍奥沢3-15-7



交通

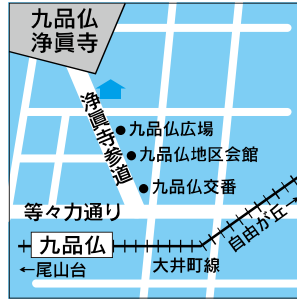
- 目黒線
「奥沢」下車 徒歩5分
- 東横線
「田園調布駅」下車 徒歩10分
- ◆東急バス
多摩川駅～東京医療センターで
「奥沢駅通り」下車 徒歩1分

九品仏あんしんすこやかセンター

担当区域 玉川田園調布1・2、
奥沢4～8

☎6411-6047
FAX 6411-6048

📍奥沢7-35-4



交通

- 大井町線「九品仏」下車 徒歩3分

等々力あんしんすこやかセンター

担当区域 玉堤1・2、等々力1～8、
尾山台1～3

☎3705-6528
FAX 3703-5221

📍等々力3-4-1
玉川総合支所 2階



交通

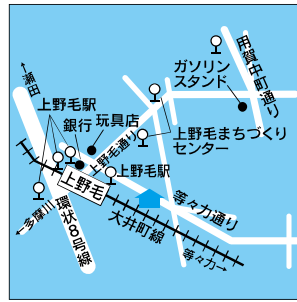
- 大井町線「等々力」下車すぐ
- ◆東急バス
等々力～渋谷駅、等々力操車所～
成城学園前駅、梅ヶ丘
駅で「等々力」下車 徒歩2分
等々力～玉堤循環、等々力操車所～
東京駅南口で「等々力」下車すぐ

上野毛あんしんすこやかセンター

担当区域 上野毛1～4、野毛1～3、
中町1～5

☎3703-8956
FAX 3703-5222

📍中町2-33-11



交通

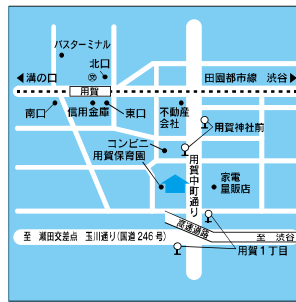
- 大井町線「上野毛」下車 徒歩3分
- ◆東急バス
目黒駅～二子玉川で「上野毛ま
ちづくりセンター」下車 徒歩5分、
田園調布駅～千歳船橋駅で「上野
毛駅」下車 徒歩3分

用賀あんしんすこやかセンター

担当区域 上用賀1～6、用賀1～4、
玉川台1・2

☎3708-4457
FAX 3700-6511

📍用賀2-29-22 2階



交通

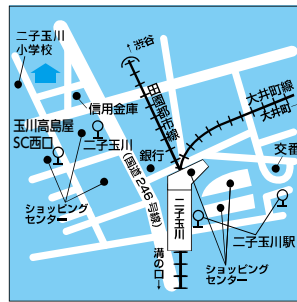
- 田園都市線「用賀」下車 徒歩5分
- ◆東急バス 用賀～祖師谷大蔵駅・成城
学園前・関東中央病院・渋谷駅で「用賀」
下車 徒歩5分、等々力操車所～成城学園
前駅南口・恵比寿駅～用賀で「用賀神社
前」下車 徒歩2分、渋谷駅～二子玉川
駅で「用賀一丁目」下車 徒歩3分

二子玉川あんしんすこやかセンター

担当区域 玉川1～4丁目
瀬田1～5丁目

☎5797-5516
FAX 3700-0677

📍玉川4-4-5 2階



交通

- 大井町線、田園都市線「二子玉川」
下車 徒歩6分
- ◆東急バス・小田急バス
渋谷駅～二子玉川駅、二子玉川駅～
成城学園前駅・調布駅南口・目黒駅
などで「二子玉川駅」または「二子玉川」
下車 徒歩7分
二子玉川駅～成育医療研究センターで
「玉川高島屋SC西口」下車 徒歩2分

深沢あんしんすこやかセンター

担当区域 駒沢3～5、駒沢公園、新町1～3、
桜新町1・2、深沢1～8

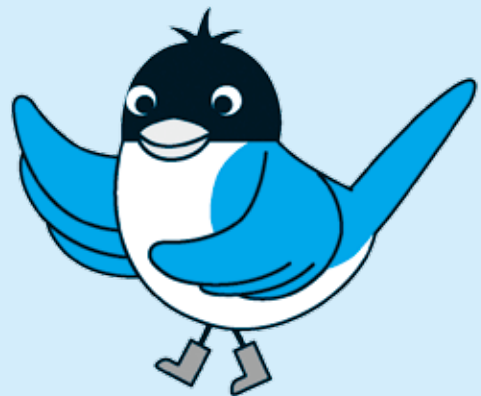
☎5779-6670
FAX 3418-5271

📍駒沢4-33-12



交通

- ◆東急バス 渋谷駅～二子玉川駅で
「新町1丁目」または「深沢小学校
前」下車 徒歩5分
自由が丘駅～駒大深沢キャンパス
前で「深沢小学校」下車 徒歩5分



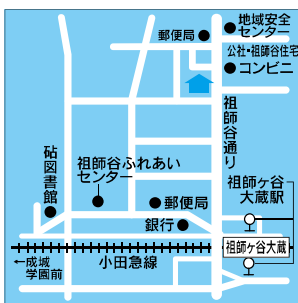
砧地域

祖師谷あんしんすこやかセンター

担当区域 祖師谷1~6、千歳台1・2

☎3789-4589
FAX 3789-4591

📍祖師谷4-1-23



交通

- 小田急線 「祖師ヶ谷大蔵」下車 徒歩7分
- ◆小田急バス 祖師ヶ谷大蔵駅～渋谷駅・用賀駅で「祖師ヶ谷大蔵」下車 徒歩7分
- ◆祖師谷・成城地域循環バス 「祖師谷まちづくりセンター」下車 徒歩1分

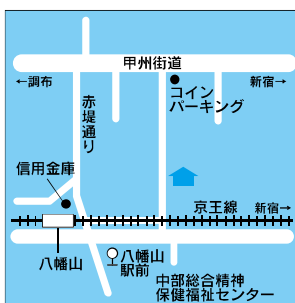
烏山地域

上北沢あんしんすこやかセンター

担当区域 上北沢1~5、八幡山1~3

☎3306-1511
FAX 3329-1005

📍上北沢4-32-9



交通

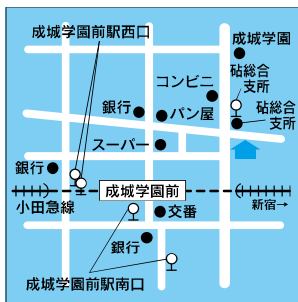
- 京王線 「八幡山」下車 徒歩2分
- ◆京王バス 経堂駅～八幡山駅、千歳烏山駅～八幡山駅、八幡山駅～希望ヶ丘団地(循環)で「八幡山駅」下車 徒歩1分

成城あんしんすこやかセンター

担当区域 成城1~9

☎3483-8600
FAX 3483-8731

📍成城6-3-10



交通

- 小田急線 「成城学園前」下車 北口 徒歩3分
- ◆小田急バス ・渋谷駅、等々力操車所、用賀駅、二子玉川駅、都立大学駅北口から「成城学園前(南口)」下車 徒歩4分 ・つつじヶ丘駅南口、調布駅南口、狛江駅北口、千歳船橋駅、千歳烏山駅北口、千歳烏山駅南口から「成城学園前(西口)」下車 徒歩5分
- ◆祖師谷・成城地域循環バス 「砧総合支所」下車 徒歩1分

上祖師谷あんしんすこやかセンター

担当区域 上祖師谷1~7、粕谷1~4

☎5315-5577
FAX 3305-6333

📍上祖師谷2-7-6



交通

- ◆小田急バス 千歳烏山駅(京王線)南口～成城学園前駅(小田急線)西口 千歳船橋駅(小田急線)～成城学園前駅(小田急線)西口 いずれも「駒大グランド前」下車 徒歩3分

船橋あんしんすこやかセンター

担当区域 船橋1~7、千歳台3~6

☎3482-3276
FAX 5490-3288

📍船橋4-3-2



交通

- 小田急線 「千歳船橋」下車 徒歩20分
- ◆小田急バス 千歳船橋駅～希望ヶ丘団地(循環)で「船橋まちづくりセンター」下車 徒歩5分

烏山あんしんすこやかセンター

担当区域 給田1~5、南烏山1~6、北烏山1~9

☎3307-1198
FAX 3300-6885

📍南烏山6-2-19 烏山区民センター2階



交通

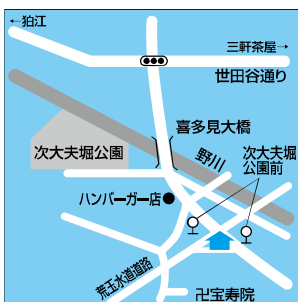
- 京王線 「千歳烏山」下車 徒歩2分
- ◆小田急バス・関東バス 千歳烏山駅北口～成城学園前駅西口・吉祥寺駅、北野～荻窪駅南口で「千歳烏山駅(北口)」下車 徒歩2分
- ◆小田急バス・京王バス 千歳烏山駅南口～千歳船橋駅・成城学園前駅西口、つつじヶ丘～千歳船橋駅で「千歳烏山駅(南口)」下車 徒歩5分

喜多見あんしんすこやかセンター

担当区域 喜多見1~9、宇奈根1~3、鎌田1~4

☎3415-2313
FAX 3415-2314

📍喜多見5-11-10



交通

- ◆東急バス、小田急バス 成城学園前駅～二子玉川駅、調布駅南口～二子玉川駅で「次大夫堀公園前」下車 徒歩1分

砧あんしんすこやかセンター

担当区域 岡本1~3、大蔵1~6、砧1~8、砧公園

☎3416-3217
FAX 3416-3250

📍砧5-8-18



交通

- 小田急線 「祖師ヶ谷大蔵」下車 徒歩10分
- ◆東急バス・小田急バス 渋谷駅～成城学園前駅、調布駅南口、等々力操車所・用賀駅・都立大学駅北口～成城学園前駅で「成育医療研究センター前」下車 徒歩7分
- ◆東急コーチ 二子玉川駅～成育医療研究センターで「成育医療研究センター」下車 徒歩8分

2 総合支所保健福祉センター

保健福祉サービス・健康づくり事業についての相談・申込は、お住まいの地域によって、下記5か所の総合支所保健福祉センターの窓口で受け付けています。

世田谷総合支所保健福祉センター

- 保健福祉課 ☎ 5432-2850 FAX 5432-3049
- 健康づくり課 ☎ 5432-2893 FAX 5432-3074
- 担当区域 池尻1～3、池尻4（1～32番）、三宿、太子堂、三軒茶屋、若林、世田谷、桜、弦巻、宮坂、桜丘、経堂、下馬、野沢、上馬、駒沢1・2

北沢総合支所保健福祉センター

- 保健福祉課 ☎ 6804-8701 FAX 6804-8813
- 健康づくり課 ☎ 6804-9355 FAX 6804-9044
- 担当区域 代田、梅丘、豪徳寺、代沢、池尻4（33～39番）、羽根木、大原、北沢、松原、赤堤、桜上水

玉川総合支所保健福祉センター

- 保健福祉課 ☎ 3702-1894 FAX 5707-2661
- 健康づくり課 ☎ 3702-1948 FAX 3705-9203
- 担当区域 東玉川、奥沢、玉川田園調布、玉堤、等々力、尾山台、上野毛、野毛、中町、上用賀、用賀、玉川台、玉川、瀬田、駒沢3～5、駒沢公園、新町、桜新町、深沢

砧総合支所保健福祉センター

- 保健福祉課 ☎ 3482-8193 FAX 3482-1796
- 健康づくり課 ☎ 3483-3161 FAX 3483-3167
- 担当区域 祖師谷、千歳台、成城、船橋、喜多見、宇奈根、鎌田、岡本、大蔵、砧、砧公園

烏山総合支所保健福祉センター

- 保健福祉課 ☎ 3326-6136 FAX 3326-6154
- 健康づくり課 ☎ 3308-8228 FAX 3308-3036
- 担当区域 上北沢、八幡山、上祖師谷、粕谷、給田、南烏山、北烏山

区役所・総合支所 案内図

窓口受付時間 午前8時30分～午後5時

閉庁日 土曜日・日曜日・祝日・年末年始

世田谷区役所・世田谷総合支所 世田谷4-21-27

- 世田谷線松陰神社前駅または世田谷駅下車5分
- バス「世田谷区民会館」下車すぐ
(渋52・反11・等13/渋谷駅・五反田駅・等々力操車所・梅ヶ丘駅～世田谷区民会館)
- バス「世田谷区役所入口」下車6分
(渋21・22・23・24・26/渋谷駅～上町・祖師ヶ谷大蔵駅・成城学園前駅西口・調布駅南口・用賀駅)



世田谷区役所・世田谷総合支所は、庁舎老朽化のため、令和3年7月から令和9年10月（予定）まで建替え工事を行います。

ご不便をおかけしますが、ご理解とご協力をお願いいたします。



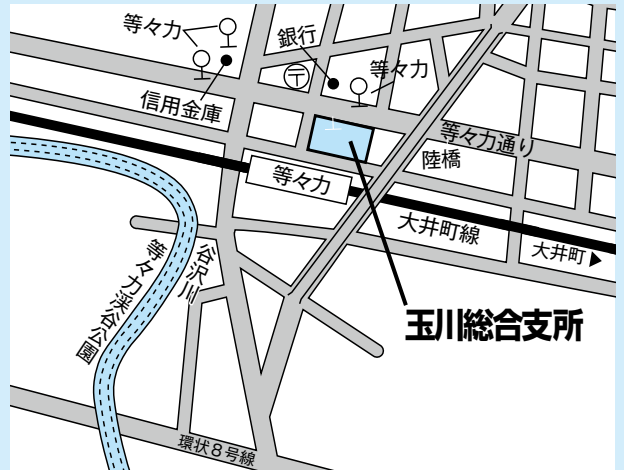
北沢総合支所 北沢2-8-18 (北沢タウンホール)

- 小田急線下北沢駅東口下車5分
京王井の頭線下北沢駅中央口下車5分
- バス「北沢タウンホール」下車すぐ
(下61 / 駒沢陸橋～北沢タウンホール)



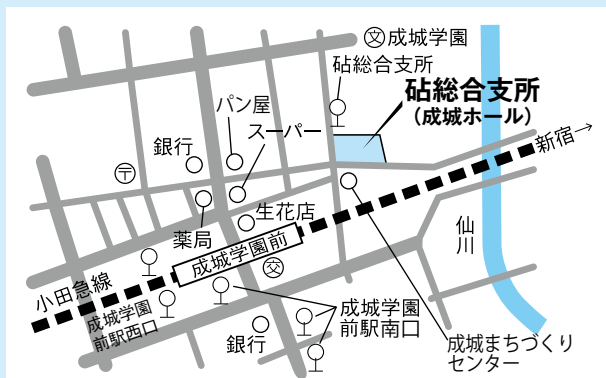
玉川総合支所 等々力3-4-1

- 大井町線等々力駅下車すぐ
- バス「等々力」下車徒歩2分 (等12・13 / 等々力操車所～成城学園前駅・梅ヶ丘駅)
- バス「等々力」下車すぐ (渋82 / 等々力～渋谷駅、等01 / 等々力～玉堤(循環)、東98 / 等々力操車所～東京駅南口)



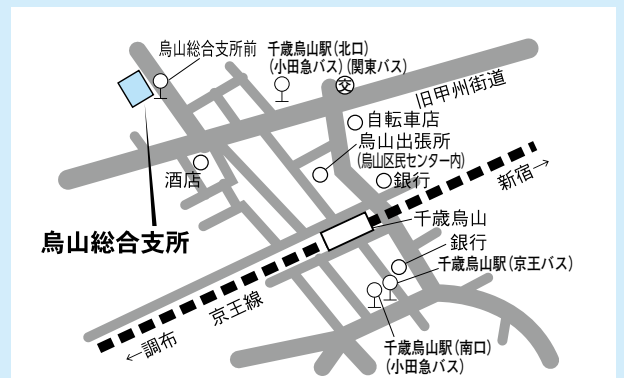
砧総合支所 成城6-2-1

- 小田急線成城学園前駅下車3分
- バス「成城学園前駅(南口)」下車4分 (渋谷駅・等々力操車所・用賀駅・二子玉川駅～成城学園前駅南口)
- バス「成城学園前駅(西口)」下車5分 (成城学園前駅西口～つつじヶ丘駅南口・調布駅南口・狛江駅北口・千歳船橋駅・千歳烏山駅北口・千歳烏山駅南口)
- バス「砧総合支所」下車すぐ (祖師谷・成城地域循環)



烏山総合支所 南烏山6-22-14

- 京王線千歳烏山駅下車5分
- バス「烏山総合支所前」下車すぐ (吉02 / 吉祥寺駅～千歳烏山駅北口)
- バス「千歳烏山駅(北口)」下車2分 (成02・吉02・荻58 / 千歳烏山駅北口～成城学園前駅西口・吉祥寺駅、北野～荻窪駅南口)
- バス「千歳烏山駅(南口)」下車8分 (成06・歳23・丘22 / 成城学園前駅西口～千歳烏山駅南口、千歳船橋駅～千歳烏山駅、つつじヶ丘北口～千歳船橋駅)



3 その他の相談窓口

福祉の相談窓口

区内全28地区のまちづくりセンター、あんしんすこやかセンター（地域包括支援センター）、社会福祉協議会地区事務局の三者が連携して、福祉の困りごとなどの相談をお受けしています。また、相談内容によっては専門の担当組織や専門機関に適切に引き継ぎ、支援に結び付けています。

【問合せ】 地域調整課 地域調整担当 ☎ 6413-0598 FAX 6413-9769

高齢者安心コール

3つのサービスで安心をお届けいたします。

①電話相談サービス

介護支援専門員など高齢者福祉に精通した相談員が、高齢者の日常生活の困り事や、高齢者の親族等からの高齢者の見守りに関する相談を、24時間365日電話で受け付けます。「どこに相談していいかわからない」など、ちょっとした困り事でも構いません。お気軽にご相談ください。

【対象者】 65歳以上の方、またはそのご親族やご近所の方

②電話訪問員による電話訪問サービス

看護師等の資格がある電話訪問員が、定期的（月1回・週1回または週2回）に、ご自宅に電話をして、お体の具合などを確認する見守りサービスです。ご不在が続いた場合は、あらかじめ登録していただいた緊急連絡先に連絡します。

【対象者】 65歳以上で、ひとりでお住まいの方、高齢者だけでお住まいの方

③ボランティアによる訪問援助サービス

「電球を交換したいけど、一人では取り替えられない」などのご相談に対し、区に登録しているボランティアが、ご自宅に訪問して簡単なお手伝いをするサービスです。

【対象者】 65歳以上で、ひとりでお住まいの方、高齢者だけでお住まいの方
日中おひとりである方

【費用】 ①②は無料

③は実費相当分（例えば電球の交換をした場合の電球の代金などを負担していただきます。）

【上記サービス相談先】 高齢者安心コール ☎ 5432-1010 FAX 5432-1030

高齢者安心電話

高齢者及びその家族等を対象とした福祉・生活・人間関係等各種の心配事に対する相談です。（夜間のみ）

【相談時間】 毎日午後7時30分～午後10時30分

※新型コロナウイルス等の状況により、終了時間が午後9時30分に短縮する場合があります。

【相談方法】 電話相談のみ ☎ 5944-8640

【問合せ】 公益社団法人 東京社会福祉士会

高齢者なんでも相談

高齢者の悩みごとのご相談にお応えしています。相談委員は世田谷区老人問題研究会に委託しています。

【相談日】 毎週月曜日・水曜日・金曜日（祝日、12月28日～1月4日を除く）
午後1時～午後4時
電話または面接

【相談】 高齢者なんでも相談 ひだまり友遊会館内 ☎ 3419-2344

※令和3年8月現在、ひだまり友遊会館の改修工事中のため休止中。令和4年1月中旬より再開予定。

民生委員・児童委員への相談

民生委員・児童委員は、厚生労働大臣から委嘱を受け、社会奉仕の精神のもと、地域保健福祉の推進をめざし、無報酬で自主的・主体的な活動をしています。

各委員が担当区域を受け持ち、住民の立場に立った相談・助言・援助を行い、地域の皆さんが、福祉の制度やサービスを必要なときに利用できるよう、情報提供や窓口への橋渡しをします。また、区等から依頼された各種福祉関係の調査や、高齢者や児童等の見守り、災害時の安否確認など、いつも地域で幅広い活動をしています。

相談内容の秘密を守ることが、法律で義務づけられていますので、安心してご相談ください。お住まいの区域の担当委員は、下記へお問い合わせください。

【問合せ】 生活福祉課 ☎ 5432-2767

各総合支所生活支援課 世田谷 ☎ 5432-2841

北 沢 ☎ 6804-7770

玉 川 ☎ 3702-1730

砧 ☎ 3482-1343

烏 山 ☎ 3326-6111

がん相談コーナー

がんで療養中の方とその方の親や子、兄弟姉妹、パートナー等から、がんについての不安な気持ちや在宅療養などについて、看護師やがん体験者が相談を行っています。

がんに関する書籍などの資料が閲覧できる「がん情報コーナー」にて、専門スタッフがお話を伺い、必要に応じて情報提供や面談での相談の予約をお取りする「一次相談窓口」も開設していますので併せてご利用ください。

詳細は保健センター（➡34頁）をご覧ください。

また、世田谷区ホームページ内の「世田谷区がんポータルサイト」もご活用ください。

生活福祉資金の貸付

低所得世帯を対象として、療養費や介護費、福祉用具に関する費用等の貸付などを行っています。
(収入基準有り・連帯借受人必要) 貸付要件についてはお問合せください。

【問合せ】 世田谷区社会福祉協議会 ぷらっとホーム世田谷
☎ 3419-2611 FAX 5431-5357

不動産担保型生活資金の貸付

お持ちの不動産(現在居住している、本人名義の一戸建て)を担保に、不足する生活費をお貸しします。貸付金は担保物件に居住しなくなった時に売却して返却していただきます。

(連帯保証人必要 配偶者以外の同居人がいる場合は不可 詳細の貸付要件は要問合せ)

【問合せ】 世田谷区社会福祉協議会 ぷらっとホーム世田谷
☎ 3419-2611 FAX 5431-5357

消費生活相談

事業者との契約トラブルや悪質商法による被害、商品やサービスに対する疑問など、相談員が消費生活に関するご相談に応じます。

【相談日時】 月曜日～金曜日(電話・来所) 午前9時～午後4時30分
土曜日(電話のみ) 午前9時～午後3時30分

※祝・休日、年末年始を除く

【相談電話】 消費生活センター(太子堂2-16-7)
相談専用電話 ☎ 3410-6522
高齢者(65歳以上)の相談専用電話 ☎ 5486-6501

2. 健康づくり

2

健康診査

健康づくり

世田谷区では、病気の早期発見や生活習慣病予防のため、健康診査を実施しています。年齢やご加入されている健康保険の種類によって世田谷区が実施するものと、それ以外のものがありますのでご注意ください。

【対象者と健康診査の種類】

| 対象者 | 健康診査の種類 | 自己負担額 |
|---------------------------------|---------|-------|
| 世田谷区国民健康保険にご加入の 40歳以上74歳以下の方 | 特定健診 | 500円※ |
| 後期高齢者医療制度にご加入の方 | 長寿健診 | 500円※ |
| 40歳以上で生活保護等受給中の方 | 成人健診 | 無料 |

※前年度住民税非課税世帯の方は無料

【内 容】 問診、身体測定、血圧測定、尿検査、血液検査などです。必要に応じて心電図検査、胸部X線撮影等も行います。

【問 合 せ】

| | |
|---------------------------------|--|
| 世田谷区国民健康保険にご加入の 40歳以上74歳以下の方 | 国保・年金課 特定健診係 ☎ 5432-2936 FAX 5432-3020 |
| 後期高齢者医療制度ご加入の方 | |
| 上記以外の健康保険にご加入の方 | ご加入の医療保険者または お勤め先にお問い合わせください。 |
| 40歳以上で生活保護等受給中の方 | 世田谷保健所 健康企画課 ☎ 5432-2447 FAX 5432-3022 |



がん検診等

次のがん検診等を実施します。対象の年齢は、年度内（4月1日～翌年3月31日）に迎える年齢です。生活保護等受給中の方は無料で受診できます。詳しい情報は随時、ホームページ等でお知らせします。

◇印の検診・検査：特定健診等と同時に受診できます。

☆印の検診・検査：前年度住民税非課税世帯の方は無料で受診できます。詳しくは受診票等送付時にご案内を同封します。

| 種類 | 対象 | 費用 | 内容 | 問合せ・申し込み先 |
|--|---|-------------------------------------|---|--|
| 胃がん検診☆※ 50歳以上の方は胃 エックス線検査又は胃内 視鏡検査のどちらか を選択。 | 40歳以上（1年に1回） | 1,000円 | 問診、胃エックス線検査 | 世田谷区がん検診 受付センター ☎ 6265-7573 FAX 6265-7559 |
| | 50歳以上（2年に1回） | 1,500円 | 問診、胃内視鏡検査 内視鏡による検診を受診した 翌年度は区のがん検診は受 診できません。 | |
| 肺がん検診◇☆ | 40歳以上 | エックス線のみ 100円 エックス線・喀痰 600円 | 問診、胸部エックス線検査 (喀痰細胞診検査は検診要件に 該当した方のみ) | |
| 大腸がん検診◇☆ | 40歳以上 | 200円 | 便潜血検査 | |
| 乳がん検診☆ | 40歳以上の女性（2年に 1回） | 1,000円 | 問診、視・触診、マンモグラフィ 撮影 受診した翌年度は区の乳がん 検診は受診できません。 | |
| 子宮がん検診☆ (頸部・体部) | 20歳以上の女性 (2年に1回) (子宮体部がん検診のみの受診 はできません) | 頸部のみ 800円 頸部・体部 1,800円 | 問診、視・内診、細胞診検査(子宮 体部がん検診は検診要件に該当し た方のみ)受診した翌年度は区の子 宮がん検診は受診できません。 | |
| 前立腺がん検診◇☆ | 60歳以上で区の前立腺が ん検診を受診したことがな い男性 | 600円 | 問診、採血による検査 | |
| 胃がんリスク(ABC) 検査◇☆ | 40・45・50・60・70 歳で区のがんリスク(ABC) 検査を受診したことがない方 | 800円 | 問診、採血による検査 (胃がんになりやすいかどうか を調べる検査です) | |
| 肝炎ウイルス検診◇ (B型、C型) | 区のがん検診を受診した ことのない方 | 無料 | 問診、採血による検査 | |
| 骨粗しょう症検診 | 30・35・40・45・ 50・55・60・65・ 70歳の女性 | 400円 | 問診、骨量測定 (6月～翌3月) | |
| 口腔がん検診☆ | 61・66・71歳 | 700円 | 問診、視・触診、必要に応じて 細胞診検査(6月～翌3月) | 世田谷保健所 健康推進課 ☎ 5432-2442 FAX 5432-3102 |
| 成人歯科健診 | 40・45・50・55・ 60・65・70歳 | 200円 | 歯・歯周組織の状況等の健診 (6月～翌3月) | |

※印の検診：身体の障害により、区のがん検診が受けられない方に、医療機関で胃がんの検査（保険診療の検査を除きます。）を受けたときの費用を助成します。

区民歯科相談

2

健康づくり

歯周疾患など歯科・口腔衛生についての相談を受けています。電話による相談も実施しています。

【実施機関】 世田谷区歯科保健センター（玉川3-21-2玉川歯科医師会館1階）

☎ 3708-0226

【相談日時】 毎週木曜日 午後1時30分～午後4時30分 直接会場へお越しください。

【費用】 無料

【問合せ】 世田谷保健所 健康推進課 ☎ 5432-2442 FAX 5432-3102

訪問口腔ケア事業

在宅で寝たきり等のため外出できない方に、歯科医師が訪問して口腔健診と歯のみがき方などのケア指導をおこないます。ご相談ください。

【対象者】 次のいずれかに該当する方

- ① 介護保険要介護認定（要介護1～5）
- ② 身体障害者手帳1, 2級
- ③ 愛の手帳1, 2度
- ④ 上記に準ずる方

【費用】 無料

【問合せ・申込み】 世田谷保健所 健康推進課 ☎ 5432-2442 FAX 5432-3102

すこやか歯科健診

歯科医師とあんしんすこやかセンター・ケアマネジャーが連携して高齢者の歯と口の健康を守ります。この健診は、専門研修を修了した歯科医師がいる歯科診療所で受けることができます。

【対象者】 次のいずれかに該当する方

- ① 75歳以上の方
- ② 65歳以上で認知機能の低下がみられる方
- ③ 40歳以上64歳以下で、若年性認知症を発症し、かつ介護保険要介護または要支援認定を受けている方

【費用】 無料

【申込み】 住所地のあんしんすこやかセンター（➡17頁）、または担当のケアマネジャー

【問合せ】 世田谷保健所 健康推進課 ☎ 5432-2442 FAX 5432-3102

糖尿病予防教室

健康診査等で要指導と診断された区民及び予防に興味のある区民を対象に、講演会及び医師・栄養士・運動指導員等による指導（1日コース）を、年1回ずつ行います。

【対象者】 各種健康診査等で要指導と診断された方及び予防に興味のある区民

【利用方法】 募集は区のおしらせ「せたがや」に掲載します。

【問合せ】 世田谷保健所 健康企画課 ☎ 5432-2354 FAX 5432-3022

※令和3年度は、新型コロナウイルス感染症の拡大の影響により休止となります。

※令和4年度以降についても、新型コロナウイルス感染症等の影響により、休止もしくは、本事業内容が変更となる場合があります。

健康手帳

健診の結果や、体調などを記録して、健康管理にお役立てください。区のホームページからダウンロードできます。

※ご希望の方には、冊子を無料でお配りしています。

【対象者】 40歳以上の方

【配布場所】 世田谷保健所健康企画課、各総合支所健康づくり課

【問合せ・申込み】 世田谷保健所 健康企画課 ☎ 5432-2447 FAX 5432-3022

高齢者インフルエンザ予防接種

インフルエンザ感染予防のために指定の医療機関で予防接種を実施します。

【対象者】

① 65歳以上の方…予診票を送付します。

② 60歳以上65歳未満で心臓・腎臓・呼吸器の障害、ヒト免疫不全ウイルスにより免疫機能に障害のある障害者手帳1級相当の方…申し込みにより予診票を送付します。

【接種期間】 10月1日～1月31日

【自己負担額】 2,500円（変更になる場合があります）

※生活保護受給中の方、中国残留邦人等支援給付受給中の方は、自己負担はありません。

【問合せ】 世田谷保健所 感染症対策課 ☎ 5432-2437 FAX 5432-3022

高齢者肺炎球菌予防接種

2

健康づくり

肺炎球菌による肺炎予防のために、指定の医療機関で予防接種を実施します。

【対象者】

費用助成の有無に関わらず、過去に23価肺炎球菌予防接種を受けたことがない方で、次の①または②のいずれかに該当する方

- ①年度の末日（3月31日）現在、65・70・75・80・85・90・95・100歳の方…
予診票を送付します。
- ②60歳以上65歳未満で心臓・腎臓・呼吸器の障害、ヒト免疫不全ウイルスにより免疫機能に障害のある障害者手帳1級相当の方…申し込みにより予診票を送付します。

【接種期間】 4月1日～3月31日

【自己負担額】 4,000円（変更になる場合があります）

※生活保護受給中の方、中国残留邦人等支援給付受給中の方は、自己負担はありません。

【問合せ】 世田谷保健所 感染症対策課 ☎ 5432-2437 FAX 5432-3022

こころの健康相談

●平日日中にできるこころの健康相談

不安や心配があり、気分が落ち込んだ状態が続く、よく眠れないなどこころの不調を感じている方や、そのご家族の方を対象に行っています。ひとりで悩みを抱えずに、気軽にご相談ください。

○保健師による随時相談

【相談日時】 月曜日～金曜日 午前8時30分～午後5時（祝日、年末年始を除く）

【相談方法】 面接や電話等による相談に保健師が対応します

【相談・問合せ】 住所地の総合支所健康づくり課（➡22頁）

○精神科医師による専門相談「こころの健康相談」「依存症専門相談」

予約制で精神科医師と保健師による面接での個別相談を行っています。

【相談日】 区のおしらせ「せたがや」地域版（毎月25日発行）でお知らせします。

【相談・問合せ】 住所地の総合支所健康づくり課（➡22頁）

●夜間・休日等こころの電話相談

こころの健康に関して気軽に相談できる窓口として、平日夜間・休日の電話相談を行っています。専門相談員とピア相談員（相談員研修を受けた当事者）が対応します。

詳細は35頁をご覧ください。

食べて元気に過ごしましょう。「低栄養」にご注意を！！

低栄養予防には、

- (1) 1日3回食事を食べる習慣をつくる。
 - (2) 毎食「主食・主菜・副菜」を組み合わせる。
 - (3) 肉、魚、卵、大豆・大豆製品のたんぱく質食品をしっかり食べる。
- ことが大切です。

お近くのあんしんすこやかセンター、各総合支所健康づくり課で無料でお配りしている「食生活チェックシート」で確認しましょう。

食生活のご相談は、各総合支所健康づくり課へご連絡ください。

【問 合 せ】 世田谷保健所 健康推進課

☎ 5 4 3 2 - 2 4 4 0 FAX 5 4 3 2 - 3 1 0 2

『低栄養』予防 世田谷区食育キャラクター
せたべる

食生活チェックシート

項目1～6のあてはまるものに○をして
『低栄養が心配な食事』になっていないか確認しましょう。

1 項目1～5の○の合計数を数えましょう。

| | | | |
|---|---------------------------|--|--|
| 1 | 毎日、3回食事をとる。 | | ○の合計数 4～5個 食事ができています。 しっかり食べて低栄養を 予防しましょう。 |
| 2 | 毎日、野菜を食べる。 | | ○の合計数 1～3個 低栄養が心配。食事を見直し、 食事の相談をしましょう。 |
| 3 | 毎日、肉と魚を食べる。 | | ○の合計数 0個 低栄養が心配。 食事の相談が必要です。 |
| 4 | 毎日、卵と大豆製品を食べる。 | | |
| 5 | 最近、食べられる量が 変わらないか、増えた。 | | |

2 項目6もチェックしてみましょう。

| | | |
|---|-------------------------|-------------------------------------|
| 6 | この半年間で、 体重が3kg以上減った。 | この項目が○の場合 低栄養が心配。 食事の相談が必要です。 |
|---|-------------------------|-------------------------------------|

項目1～5の○の合計数が0～3個の方、
項目6に○のついた方は、管理栄養士に相談をしましょう。

保健センター

2

健康づくり

【所在地】 松原6-37-10 区立保健医療福祉総合プラザ内2階、3階
(小田急線梅ヶ丘駅北口より徒歩5分、豪徳寺駅より徒歩8分、
東急世田谷線山下駅より徒歩8分、京王井の頭線東松原駅より徒歩14分)
ホームページ <http://www.setagayaku-hokencenter.or.jp/>

※利用には、すべて事前の予約が必要です。

●健康づくりのための各種検査を行います。

◆動脈硬化検査

血圧や脈波の伝わる速さなどから動脈の健康状態をチェックします。

【実施日】 木・金曜日 午前・午後

【料金】 1,000円

◆骨密度測定

超音波による踵骨の骨密度測定と結果の説明をします。

【実施日】 木曜日 午前・午後 金曜日 午前

【料金】 1,000円

◆体成分分析測定

体の構成成分(水分、タンパク質、脂肪など)を測定し、内臓脂肪レベルや、骨格筋量などが分かります。

【実施日】 火・水・木・金曜日 午前 木曜日 午後

【料金】 500円

◆脳健康チェック

脳や脳血管の疾患を早期発見することができます。基本コースでは、MRI検査に加えて血液・動脈硬化・心電図など各種検査も行います。

【実施日】 ①基本コース(半日×2回) ②簡易コース(半日)

【料金】 ①50,000円 ②38,000円

●継続的な運動の機会を提供します。

◆運動コース

太極拳、ダンス、ヨガ、エアロビクス、ストレッチ、筋力トレーニングなどを行います。

【実施日】 下記にお問合せください。

【料金】 1回につき500円

※事前に健康度測定(5,000円)、または同程度の健康診断の受診が必要です。

◆マシントレーニングコース

マシンを使った運動で、全身の筋力を高めます。

【実施日】 月～金曜日 午前8時50分～午後5時 5コース 各回70分 入替制

【料金】 1回につき500円

※事前に健康度測定(5,000円)、または同程度の健康診断の受診が必要です。

【問合せ・申込み】 ☎ 6265-7463 FAX 6265-7429

●障害に関する専門相談

疾患の後遺症などの障害のある方（視覚・聴覚・言語・肢体不自由・高次脳機能障害等）に対して医療や日常生活の相談を行なっています。利用希望の方は、相談の日時を予約してください。

【問合せ・申込み】 ☎ 6 2 6 5- 7 5 4 6 FAX 6 2 6 5- 7 5 4 9

●こころとからだの保健室ポルタ

「がん」と「こころの健康」に関する情報コーナーを設置しており、がん検診・がん治療・がん療養及び、こころの健康に関する書籍や冊子が閲覧できます。

【開設日時】 月～金曜日 午前9時～午後5時

【場 所】 保健センター2階 こころとからだの保健室ポルタ

●「がん相談」のお知らせ

がんで療養中の方やその家族の方等、どなたかが世田谷区民であればご利用できます。相談は無料です。一人で抱えずお気軽にご相談ください。

◆対面相談（予約制）

経験豊富な看護師がじっくりとお話を伺います。資料もお渡ししています。

【相談日時】 第2・第4土曜日 午前9時～12時 相談時間50分程度

【予約専用電話】 ☎ 6 2 6 5- 7 5 3 6（平日午前9時～午後5時 祝日・年末年始を除く）

◆電話相談

【相談日時】 第1～4週の木曜日 午前9時～午後1時

第1・3週 看護師による専門相談

第2・4週 がん体験者によるピア相談

【相談専用電話】 ☎ 6 2 6 5- 7 5 6 2

◆一次相談窓口（予約不要）

スタッフが話をうかがい、情報提供や対面相談の予約などを行います。

【実施日】 月～金曜日 午前9時～午後5時

【利用方法】 保健センター2階 こころとからだの保健室ポルタ内に設置された「がん」と「こころの健康」に関する情報コーナーにお立ち寄りいただき、スタッフにお声掛けください。

●夜間・休日等こころの電話相談

こころの健康に関して気軽に相談できる窓口として、平日夜間・休日の電話相談を行っています。専門相談員とピア相談員（相談員研修を受けた当事者）が対応します。

【相談日時】 月・水・木曜日

午後5時～午後7時 ピア相談

午後7時～午後10時 専門相談

土曜日及び祝日にあたる月・水・木曜日

午後1時～午後2時、午後4時～午後8時 専門相談

午後2時～午後4時 ピア相談

※年末年始を除く

※受付は終了の30分前まで

【相談専用電話】 ☎ 6 2 6 5- 7 5 3 2

はり・きゅう・マッサージサービス

2

健康づくり

健康保持および増進のため、地区会館や区民センターなどに会場を設け、月1回(45分間)はり・きゅう・マッサージを行います。

【対象者】 65歳以上の方

【費用】 1回1,500円

【申込方法】 前月の25日までに往復はがきで申込み。応募者多数の場合は抽選になります。お申込方法や実施会場・日時等の詳しい内容については、区のホームページもしくは各出張所、まちづくりセンター、保健福祉課、あんしんすこやかセンターにあるチラシをご覧ください。

【問合せ】 高齢福祉課 事業担当 ☎ 5432-2407 FAX 5432-3085

かかりつけ医を持ちましょう

ご自身やご家族の健康のためには、日常的な診療や健康管理を行うかかりつけの医療機関を持つことが大切です。

●かかりつけ医

健康に関することを何でも相談でき、必要な時は専門の医療機関を紹介してくれる身近の頼りになる医師をかかりつけ医といいます。かかりつけ医は、通院できなくなった時の訪問診療や、ご家族の健康についても相談に応じます。

【ご案内】 世田谷区医師会 ☎ 6704-9111

玉川医師会 ☎ 3704-2481

●かかりつけ歯科医

かかりつけ歯科医は、むし歯や歯周病で痛くなったりしたときだけに行く歯科医ではありません。歯や口の健康など、様々な場面でいつでも相談できる頼りになる歯科医のことです。かかりつけ歯科医を持ち口腔機能の維持・向上を目指しましょう。

【ご案内】 世田谷区歯科医師会 ☎ 5376-2111

玉川歯科医師会 ☎ 3708-4618

●かかりつけ薬局

かかりつけ薬局・薬剤師は複数の医師から処方された薬の飲み合わせや服用の仕方、アレルギーの心配等、様々な相談に対応し、区民の健康づくりをサポートします。

【ご案内】 世田谷薬剤師会 ☎ 3419-7565

玉川砧薬剤師会 ☎ 3705-6066

世田谷区在宅療養資源マップ

世田谷区内では区民の方が必要な医療ケアを受けながら住み慣れた地域で安心して療養生活をおくれるよう区内の病院や、患者の自宅を訪問する診療所、歯科診療所、薬局、訪問看護ステーションの情報を掲載した「世田谷区在宅療養資源マップ」を区のホームページに掲載しています。

【問合せ】 保健医療福祉推進課

☎ 5432-2649 FAX 5432-3017

在宅療養・ACP ガイドブック「LIFE これからのこと」

医療や介護を受けながら住み慣れた自宅で生活をする「在宅療養」を区民に分かりやすく案内するとともに、もしもの時に自分が受けたい治療やケアを医療・介護関係者や信頼できる身近な人と話し合うACP（アドバンス・ケア・プランニング：人生会議）について考えるきっかけとなるよう、在宅療養・ACPに関するガイドブックを区のホームページに掲載しています。また、あんしんすこやかセンターでも配布しています。

【問合せ】 保健医療福祉推進課

☎ 5432-2649 FAX 5432-3017



3. 社会参加・働く・いきがいづくり

1 社会参加

介護予防・日常生活支援総合事業

世田谷区の介護予防・日常生活支援総合事業には、地域の支えあいによる介護予防や生活支援として、住民参加型の「支えあいサービス」と住民主体型の「地域デイサービス」があります。

ご自身の経験や知識、趣味、特技などを活かして、地域社会でいきいきと活躍しませんか？

- 掃除や洗濯物・布団干しなど、簡単な家事援助をする支え手として登録したい(支えあいサービス)
- 仲間とともに介護予防の活動に取り組む定期的な「通いの場」を運営したい(地域デイサービス)

【問 合 せ】 介護予防・地域支援課 ☎ 5 4 3 2- 2 9 5 3 FAX 5 4 3 2- 3 0 8 5

高齢者クラブ

地域の高齢者が自主的に集まり、その知識と経験を生かし、地域交流、ボランティア活動、高齢者支えあい活動、生きがいを高めるための教養講座や趣味活動のほか、軽スポーツなど健康活動を総合的に実施するものです。区は、活動経費の一部助成を行っています。

【対 象 者】 どなたでもご参加いただけます。

【問 合 せ】 市民活動・生涯現役推進課 ☎ 6 3 0 4- 3 1 7 6 FAX 6 3 0 4- 3 5 9 7

シルバー工芸教室

紙漉き(定員20名)、木彫、七宝焼(各定員15名)の3コースがあります。

【対 象 者】 区内在住で60歳以上の方

【開講場所】 各コースとも山崎小学校伝統工芸室(梅丘3-9-1)

【受講期間】 1年(土曜日・日曜日に実施。全20回)

【受 講 料】 紙漉き：年額12,000円 木彫：年額18,000円 七宝焼：年額15,000円
その他に道具代が必要になります。

【問 合 せ】 市民活動・生涯現役推進課 ☎ 6 3 0 4- 3 1 7 6 FAX 6 3 0 4- 3 5 9 7

代田陶芸教室

陶芸に関する基本的な知識を取得し、初歩的な作品を制作する講座です。(定員30人)

【対 象 者】 区内在住で60歳以上の方

【開講場所】 代田地区会館陶芸室(代田4-14-3)

【受講期間】 本科：1年(全31回) 本科修了者を対象とする研究科：1年(全21回)

【受 講 料】 本科：年額33,400円 研究科：年額32,400円(ともに2回分納)
その他に材料費(月額1,000円程度)が必要になります。

【問 合 せ】 市民活動・生涯現役推進課 ☎ 6 3 0 4- 3 1 7 6 FAX 6 3 0 4- 3 5 9 7

土と農の交流園

●通年講座

1年間、畑や花壇、果樹園等での実習を通して受講生同士の交流を深めながら、それぞれの基礎を学ぶための講座です。

野菜、果樹、花、樹木（各36名）の4コース。

【対象者】 区内在住で60歳以上の方

【開講場所】 土と農の交流園（桜上水2-22-1）

【受講期間】 1年（30回程度の講義または実習）

【受講料】 年額20,000円

●公開講座

月1回程度、植物や園芸等に関する講座を開催します。募集は区のおしらせ「せたがや」に掲載します。

●その他の事業

- ・世代間及び地域の交流を図るための活動（コミュニティガーデン活動）
- ・研修室和室の団体利用

【問合せ】 市民活動・生涯現役推進課 ☎ 6304-3176 FAX 6304-3597

世田谷区生涯大学

社会・福祉・生活・文化などをテーマにした全5コースより1コース選択し、健康体操をあわせて受講します。（各コース定員30人）

※前回の入学から4年を経過された方は、再入学の申し込みができます。（各コース3名程度）

【対象者】 区内在住で60歳以上の方

【受講期間】 2年間（年間30日）

【受講料】 年額14,000円（コースによっては、受講料以外に教材費などが必要な場合があります。）

【応募方法】 募集は区のおしらせ「せたがや」に掲載します。

【問合せ】 市民大学・生涯大学事務局 ☎ 3412-3071 FAX 3412-3075

せたがや生涯現役ネットワーク

生涯現役をめざし、地域活動を行いたいと希望する中高年齢者の方に様々な活動機会や情報を提供する、地域活動団体、教育機関、事業者等からなるネットワーク組織です。地域活動情報や地域活動参加の機会の提供をはじめ、誰もがいくつになってもいきがいを持って暮らすことのできる「生涯現役」の社会づくりをめざす様々な取り組みを展開しています。

【問合せ】 市民活動・生涯現役推進課 ☎ 6304-3176 FAX 6304-3597

生涯学習セミナー

参加者同士の交流を図りながら、さまざまなテーマについて学習し、仲間づくりをめざします。

【対象者】 55歳以上の区内在住の方

【受講方法】 参加者募集は随時、区のおしらせ「せたがや」に掲載します。

【問合せ】 各総合支所 地域振興課 生涯学習・施設担当

世田谷総合支所 ☎ 5432-2840 FAX 5432-3032

北沢総合支所 ☎ 5478-8045 FAX 5478-8004

玉川総合支所 ☎ 3702-1649 FAX 3702-0942

砧 総合支所 ☎ 3482-2001 FAX 3482-1655

烏山総合支所 ☎ 3326-9376 FAX 3326-1050

入浴券の支給

満65歳以上で世田谷区に住民登録のある方に区内公衆浴場で利用できる入浴券を支給します。申込み月、世帯の状況により支給枚数が異なります。年度毎に申込みが必要です。申込み及び支給は同一年度中、おひとり1回までです。

【対象者】 以下の①、②をすべて満たす方

①受付日現在、満65歳以上の方

②世田谷区内に住民登録のある方

【支給枚数】 年間12枚を限度。

ただし、民生委員の訪問調査等により、以下の①②に該当することが把握できた場合は、枚数を追加して支給できます。

①ひとりぐらしや高齢者のみ世帯で、自宅に風呂のない方…年間60枚を限度
(生活保護受給の場合は年間30枚を限度)

②ひとりぐらしで自宅に風呂のある方…年間30枚を限度

※「ひとりぐらし」「高齢者のみ世帯」の条件については57・59頁をご参照ください。

【申込方法】 郵便ハガキまたは電子申請にて申し込み。

(ハガキ記入例)

| | |
|---|-----------|
| 切手 | 〒154-8504 |
| 世田谷区世田谷 4-21-27 世田谷区役所 入浴券担当 宛 | |
| (表面) | |

| |
|-------------------------------|
| ① 令和〇年度入浴券希望 |
| ② 住所 (住民登録上のもの) |
| ③ 氏名(ふりがな) ※1 |
| ④ 電話番号 |
| ⑤ 世帯状況 ※2 (ひとりぐらし、高齢者のみ世帯) |
| ⑥ 風呂設備の有無 |
| ⑦ 民生委員による訪問調査 の希望有無 |
| (裏面) |

※1 住所が同じで希望者が複数いる場合は、連名可

※2 ⑤～⑦は、世田谷区に「ひとりぐらし」等の世帯状況を登録して枚数を追加したい方のみご記入ください。民生委員の訪問調査で確認します。追加できる枚数は、上記【支給枚数】をご参照ください。

【問合せ・申込み】 高齢福祉課 事業担当
☎ 5432-2407
FAX 5432-3085

慶祝品

毎年4月1日から翌年3月31日までに満88歳、100歳の誕生日を迎えられる方に慶祝品(区内共通商品券)をお贈りします。該当の方には9月に郵送します。

【対象者】 満88歳・満100歳

【問合せ】 高齢福祉課 事業担当 ☎ 5432-2412 FAX 5432-3085

シルバーパス

満70歳以上の都民の方には、申込みにより、都バス、都営地下鉄、都電、都内民営バスを利用できる「東京都シルバーパス」が発行されます。

【対象者】 満70歳以上の都民の方(ただし、ねたきりの方のはのぞきます。)

【費用】 本人の住民税が非課税の方 1,000円
それ以外の方 20,510円(※)

※4月1日以降発行の場合は10,255円

令和3年度は令和2年中の合計所得金額が135万円以下の方も1,000円で購入できます。令和4年度以降の詳細は、東京バス協会へお問い合わせください。

【利用方法】 パスの有効期限は発行日から9月30日までです。満70歳を迎える月の初日から、バス事業者の窓口(営業所)で手続きができます。

【問合せ】 社団法人東京バス協会 シルバーパス専用電話
☎ 5308-6950 FAX 3378-9970
午前9時~午後5時(土・日・祝日を除く)

地域支えあい活動(身近な住民どうしの交流の場所です。)

● 「ふれあい・いきいきサロン」

閉じこもりや孤立・孤独等の解消に向け、「楽しく 気軽に 無理なく」を基本として地域住民が自主的に取り組む仲間づくり活動です。

【活動内容】 お茶とおしゃべりを中心とした活動

【対象者】 高齢者や障害のある方、子育て中の方など

【場所】 地域支えあい活動拠点、集会施設、個人宅など

【費用】 お茶菓子代程度

【開催頻度】 月1回以上から週1回程度(定期的開催)

● 「支えあいミニデイ」

サロン活動を基本に心身機能の維持や寝たきり予防等を目標の一つに加えた活動です。

【活動内容】 会食、レクレーション、健康体操など

【対象者】 高齢者など

【場所】 地域支えあい活動拠点、集会施設、個人宅など

【費用】 お昼代程度

【開催頻度】 月2回以上から週2回程度(定期的開催)

- 【問 合 せ】 お住まいの地域の社会福祉協議会事務所
 世田谷地域社会福祉協議会事務所
 ☎ 3 4 1 9- 2 3 1 1 FAX 3 4 1 9- 2 3 5 4
 北沢地域社会福祉協議会事務所
 ☎ 5 7 8 7- 8 5 3 7 FAX 5 7 8 7- 8 5 3 3
 玉川地域社会福祉協議会事務所
 ☎ 3 7 0 2- 7 7 7 7 FAX 3 7 0 2- 7 8 6 1
 砧地域社会福祉協議会事務所
 ☎ 5 7 2 7- 6 1 0 1 FAX 5 7 2 7- 6 1 0 3
 烏山地域社会福祉協議会事務所
 ☎ 5 3 1 4- 1 8 9 1 FAX 5 3 1 4- 1 8 9 3

せたがやシニアボランティア・ポイント事業

ボランティア活動を通して、65歳以上の方に社会参加や地域貢献をしていただき、健康づくりや介護予防に役立てていただくことを目的とした事業です。

シニアボランティアの活動先として区に登録されている介護保険施設等でボランティア活動を行った際に、1時間または1回につきボランティアポイント1枚（50円相当）を交付します。交付実績に応じて、年間6,000円（120枚）を上限として介護保険料負担軽減資金を支給します。

【対 象 者】 介護保険の第1号被保険者（65歳以上）の区民で、シニアボランティア研修を修了した方

- 【活動内容】 ・介護保険施設等でのボランティア（利用者の方の話し相手や散歩の付き添い、掃除、特技や趣味を生かした活動等）
 ・あんしんすこやかセンター（地域包括支援センター）での介護予防ボランティア、見守りボランティア
 ・高齢者安心コールでの訪問援助ボランティア

【問 合 せ】 介護保険課 管理係 ☎ 5 4 3 2- 2 2 9 8 FAX 5 4 3 2- 3 0 5 9

介護に関する入門的研修

介護未経験でも介護の仕事に携わるための基本的な知識や技術が学べる研修です。短い時間など多種多様な働き方やボランティア活動・家族介護にも役立ちます。

【対 象 者】 福祉の仕事に就きたいと考えている方、介護の仕事に関心のある方

【研修期間】 年1回実施（全5日間）

【問合せ・申込み】 世田谷区福祉人材育成・研修センター
 松原6-37-10 区立保健医療福祉総合プラザ1階
 ☎ 6 3 7 9- 4 2 8 0 FAX 6 3 7 9- 4 2 8 1

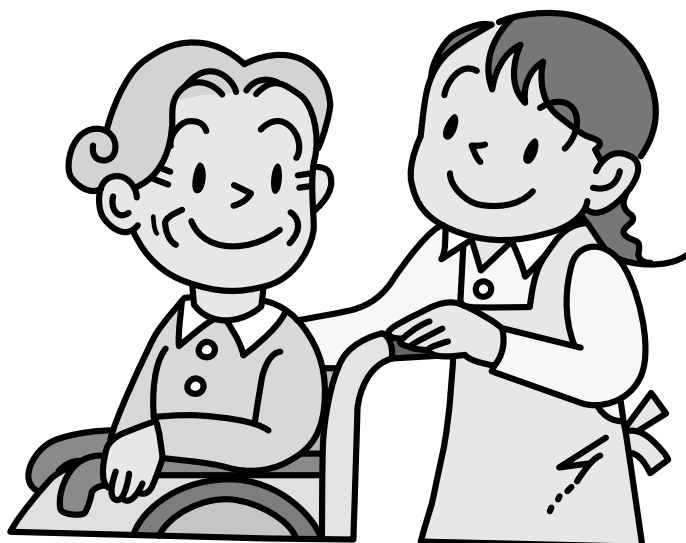
選挙における自宅等での不在者投票（郵便等投票制度）

身体障害者手帳をお持ちの方で身体に一定の障害のある方や介護保険の被保険者証に記載された要介護区分が要介護5である方は、自宅等での不在者投票（郵便等投票）の制度をご利用になれます。なお、ご利用にあたっては郵便等投票証明書の交付を受けることが必要です。

【対象者】 身体障害者手帳をお持ちの方で、両下肢・体幹・移動機能の障害の1・2級、心臓・じん臓・呼吸器・ぼうこう・直腸・小腸の障害の1・3級、免疫・肝臓の障害の1～3級の方、または介護保険の被保険者証をお持ちの方で、要介護5の方
※原則として、ご自分で字を書くことができることが要件となります。

ただし、上記【対象者】のうち、上肢・視覚の障害の1級にも該当し、ご自分で字を書くことができない場合は、あらかじめ選挙管理委員会に届け出た方（選挙権を有する方に限る）に投票に関する記載をさせることができる代理記載制度をご利用になれます。

【問合せ】 選挙管理委員会事務局 ☎ 5432-2757 FAX 5432-3045



2 働く

仕事の紹介・相談

就職等をご希望の方は次の紹介機関をご利用ください。

| 名 称 | 主な実施事業 |
|---|--------------------------------------|
| 三茶おしごとカフェ (世田谷区三軒茶屋就労支援センター) | 就職に関する相談、区内の仕事の紹介や就職支援セミナーの実施等 |
| 公益財団法人世田谷区産業振興公社 場所=太子堂2-16-7 世田谷産業プラザ2階 相談時間=午前9時~午後5時(土曜日・日曜日・祝日・年末年始休業) ☎ 3411-6604 FAX 3411-6690 | |
| ワークサポートせたがや (世田谷区ふるさとハローワーク) | 仕事の紹介・相談 |
| 場所=太子堂2-16-7 世田谷産業プラザ2階 開庁時間=午前9時~午後5時 相談窓口受付時間=午前9時~午後4時30分(土曜日・日曜日・祝日・年末年始休業) ☎ 3413-8609 FAX 3411-6690 | |
| 渋谷公共職業安定所 “ハローワーク渋谷” | 仕事の紹介・相談 |
| 場所=渋谷区神南1-3-5(渋谷駅徒歩10分) 職業紹介窓口時間=月曜日・水曜日・木曜日 午前8時30分~午後5時15分 火曜日・金曜日 午前8時30分~午後7時 第2・第4土曜日 午前10時~午後5時 (第1・第3・第5土曜日・日曜日・祝日・年末年始休業) ※窓口時間に変更になる場合がありますのであらかじめご確認ください。 ☎ 3476-8609 FAX 5458-2756 | |
| ぷらっとホーム世田谷 (世田谷区生活困窮者自立相談支援センター) | 就労相談・支援 |
| 場所=太子堂1-12-40-6階 令和4年4月頃、太子堂4-3-1(STKハイツ)へ移転予定 相談時間=午前9時~午後5時(土曜日・日曜日・祝日・年末年始休業) ☎ 5431-5355 FAX 5431-5357 | |
| 世田谷区福祉人材育成・研修センター | 福祉の仕事の就職相談、福祉のしごと入門講座、相談・面接会(年5回)の実施 |
| 場所=松原6-37-10 区立保健医療福祉総合プラザ1階 相談時間=午前8時30分~午後5時15分(土曜日・日曜日・祝日・年末年始休業) ☎ 6379-4280 FAX 6379-4281 | |

就業に関する催し・講座

高齢者の就業及び社会参加促進のための事業として、下記の催し・講座を行なっています。(詳細は、区のおしらせ「せたがや」に掲載します。)

○就業支援セミナー

面接や応募書類等をはじめ、就職活動に必要な知識を習得していただくためのセミナーを行います。

【対象者】 高齢者（55歳以上の求職中の方）

【問合せ】 三茶おしごとカフェ（世田谷区三軒茶屋就労センター）

ホームページ <https://www.setagaya-icl.or.jp/oshigotocafe/top.html>

☎ 3411-6604 FAX 3411-6690

シルバー人材センターで働いてみませんか

世田谷区シルバー人材センターは、健康で働く意欲のある原則として60歳以上の方が知識、経験、技能を生かし、高齢者にふさわしい就業を通じて、社会参加することにより「生きがい」を得て、ひいては地域社会の活性化を図っていこうという目的で運営されている公益法人です。

民間企業、一般家庭、公共団体などから高齢者にふさわしい臨時的、短期的な仕事を有償で引き受けて、経験や能力に応じて会員に提供します。会員の皆さんはひとりひとりが個人事業者となり、補助的収入を得られます。下記のとおり、会員を募集しています。

①原則として、60歳以上の世田谷区内に在住している方。

②センターの仕事を優先していただける方。

③入会説明会に出席し、センターの趣旨にご賛同いただいたうえで、入会申し込みをしていただきます。会員の皆さんはひとりひとりが事業者として、仕事を請け負っていただきます。(後日、理事会の入会承認が必要です。)

【会費】 年度会費 1,000円

【問合せ】 公益社団法人世田谷区シルバー人材センター

宮坂1-24-6 宮坂区民センター2階

(東急世田谷線宮の坂駅下車 徒歩0分)

メールアドレス setagaya@sjc.ne.jp

ホームページ <https://webc.sjc.ne.jp/setagaya/>

宮坂本部 ☎ 3426-9211 FAX 3426-9506

烏山支部 ☎ 5316-1371 FAX 5316-1372

ふれあいサービス協力会員

家事や外出などにお困りの区民を対象に、掃除や洗濯・買い物代行・外出同行など、「住民同士の支えあい」による支援活動を行います。

登録は、各地域社会福祉協議会事務所にて受付けております。

【謝礼金】 1時間800円（ごみ出しサービスは1か月800円）

【問合せ】 お住まいの地域の社会福祉協議会事務所

世田谷地域社会福祉協議会事務所

☎ 3419-2311 FAX 3419-2354

北沢地域社会福祉協議会事務所

☎ 5787-8537 FAX 5787-8533

玉川地域社会福祉協議会事務所

☎ 3702-7777 FAX 3702-7861

砧地域社会福祉協議会事務所

☎ 5727-6101 FAX 5727-6103

烏山地域社会福祉協議会事務所

☎ 5314-1891 FAX 5314-1893

3

社会参加・働く・学びがらみ

3 利用施設

ひだまり友遊会館

【対象者】 区内在住で60歳以上の方

【施設概要】 駐車場なし、エレベータ・多機能トイレあり

【所在地】 若林4-37-8

【開館時間】 午前9時～午後10時

【休館日】 第2日曜日、12月28日～1月4日

※令和3年5月15日～令和4年1月中旬頃まで改修工事のため休館

●生涯現役情報ステーション

【利用時間】 午前9時～午後10時

地域活動・健康・行政・生涯学習・福祉など、中高年の皆さまに役立つ情報を数多く取り揃えております。また、インターネット閲覧ができます。

●会議室の貸し出し

会議室・体育室・休養室の貸し出し

午前9時～午後10時（休養室は午後5時～午後10時）

会議室：60人用1室：50人用1室：24人用2室：14人用3室

窓口（開館日の午前9時～午後8時）で受け付けます。

●その他、個人で利用できる交流の場や囲碁等がお楽しみいただけます。

【問合せ】 ひだまり友遊会館 ☎ 3419-2341 FAX 3413-9444

せたがや がやがや館（健康増進・交流施設）

【対象者】 高齢者を中心とした多世代の区民

【施設概要】 有料駐車場あり、エレベータ・多機能トイレあり

【所在地】 池尻2-3-11 3階・4階

【開館時間】 午前9時～午後10時

【休館日】 第3日曜日、12月28日～1月4日

●交流室

午前9時～12時 3,630円（平日）／4,290円（土・日曜、祝日）

午後1時30分～午後5時 4,900円（平日）／5,770円（土・日曜、祝日）

午後6時～午後10時 9,350円（平日）／11,000円（土・日曜、祝日）

●娯楽室

日中（午前9時～午後5時）は個人利用で健康麻雀が楽しめます。

夜間（午後6時～午後10時）は団体に貸し出ししています。

日中利用（個人）：400円（65歳以上高齢者・障害者200円）

夜間利用（団体）：6,000円（平日）／7,000円（土・日曜、祝日）

●運動室

日中（午前9時～午後5時）は個人利用で運動機器や運動プログラムなどをご利用いただけます。

日中利用：400円（65歳以上高齢者・障害者200円）

夜間利用：8,500円（平日）／10,000円（土・日曜、祝日）

●会議室

高齢者の団体を優先で貸し出ししています。

空き室は一般団体にも貸し出ししています（けやきネット）

| 部屋名 | 定員 | 9時～12時 | 12時半～14時半 | 15時～17時 | 17時半～19時半 | 20時～22時 |
|---------------|------|--------|-----------|---------|-----------|---------|
| 会議室A、B(キッチン付) | 各42人 | 1,040円 | 700円 | 700円 | 700円 | 700円 |
| 会議室C | 30人 | 670円 | 450円 | 450円 | 450円 | 450円 |
| 会議室D | 10人 | 240円 | 150円 | 150円 | 150円 | 150円 |

●多目的室

団体に貸し出ししています。

午前9時～12時 3,630円(平日) / 4,290円(土・日曜、祝日)

午後1時～午後5時 5,600円(平日) / 6,600円(土・日曜、祝日)

午後6時～午後10時 9,350円(平日) / 11,000円(土・日曜、祝日)

●レストラン

施設利用者以外の方もご利用いただけます。

営業時間 午前11時～午後6時（ラストオーダーは午後5時30分）

【問合せ】 せたがや がやがや館 ☎ 6450-7908 FAX 3410-6940

北烏山東敬老会館

【対象者】 区内在住で60歳以上の方

【所在地】 北烏山2-2-6

【開館時間】 午前9時～12時・午後1時～午後5時・午後5時30分～午後10時

【休館日】 12月28日～1月4日

●利用内容

高齢者の団体が自由に利用できる施設です。モニター用テレビ、音響設備、囲碁、将棋などの備品があります。

※夜間（午後5時30分～午後10時）は、一般の区民団体（けやきネット登録が必要）が利用できません。

【問合せ】 市民活動・生涯現役推進課 ☎ 6304-3176 FAX 6304-3597

高齢者集会所

【対象者】 区内在住で60歳以上の方

【開館時間】 午前9時～12時・午後1時～午後5時・午後5時30分～午後10時

【休館日】 12月28日～1月4日

●利用内容

高齢者団体のサークル活動に利用できる施設で、舞台付の大広間があり、モニター用テレビ、音響設備等があります。

※日中の利用については、高齢者団体の利用が優先ですが、一般区民団体の利用も可能です。

※夜間（午後5時30分～午後10時）は、一般の区民団体（けやきネット登録が必要）が利用できません。

【問合せ】 市民活動・生涯現役推進課 ☎ 6304-3176 FAX 6304-3597

文化施設・スポーツ施設の利用

●次の施設を利用するときは、高齢者料金で利用できます。

| 施設名 | 開館時間 | 休館日 | 観覧料・利用料金 |
|---|--|--|---|
| 世田谷美術館 砧公園1-2 ☎ 3415-6011 | 午前10時～午後6時 入館は閉館30分前まで | 月曜（祝・休日にあたる場合はその翌平日） 年末年始（12月29日～1月3日） ほか | 〔ミュージアムコレクション・コレクション展〕 一般 200円 高齢者（65歳以上） 100円 〔企画展〕 展覧会により設定 団体料金（20名以上） 観覧料の2割引 |
| 向井潤吉アトリエ館 弦巻2-5-1 ☎ 5450-9581 | | 月曜（祝・休日にあたる場合はその翌平日） 年末年始（12月29日～1月3日） 展示替期間ほか | |
| 清川泰次記念ギャラリー 成城2-22-17 ☎ 3416-1202 | | | |
| 宮本三郎記念美術館 奥沢5-38-13 ☎ 5483-3836 | | | |
| 世田谷文学館 南烏山1-10-10 ☎ 5374-9111 | | 月曜（祝・休日にあたる場合はその翌平日） 年末年始（12月29日～1月3日） ほか | |
| 総合運動場 大蔵4-6-1 ☎ 3417-4276 〔温水プール〕 ☎ 3417-0017 | 午前9時～午後9時 〔温水プール〕 午前9時～午後9時 ※年始3日間 午前9時～午後5時 | 年末年始（12月29日～1月3日） 保守点検日等。 〔温水プール〕 年末（12月29日～31日）および毎月第3月曜日。ただし、7月は第2月曜日、8月は無休。 祝・休日にあたる場合はその翌日。 保守点検日等。 | 〔温水プール〕 ○5月から9月まで2時間券（10月から5月までは時間制限なし） 大人 520円 高齢者（65歳以上） 150円 ○1時間券 大人 260円 高齢者（65歳以上） 80円 〔トレーニングルーム〕 ○2時間券 大人 520円 高齢者（65歳以上） 150円 ○1時間券 温水プールに同じ |
| 千歳温水プール 船橋7-9-1 ☎ 3789-3911 | 温水プール・トレーニングルーム・体育室 午前9時～午後9時 ※年始3日間 午前9時～午後5時 健康運動室 午前9時～午後5時（個人利用の場合） | 年末（12月29日～31日）、毎月第1月曜日（8月・1月・2月は除く）。ただし、祝・休日にあたる場合はその翌日。 保守点検日等。 | 〔温水プール〕・〔トレーニングルーム〕・〔体育室〕卓球台×3台（日・祝のみ個人利用） ○6月から9月まで2時間券（10月から5月までは時間制限なし） 大人 520円 高齢者（65歳以上） 150円 ○1時間券 大人 260円 高齢者（65歳以上） 80円 ○〔健康運動室（個人利用の場合）〕 60歳以上 360円 |

3

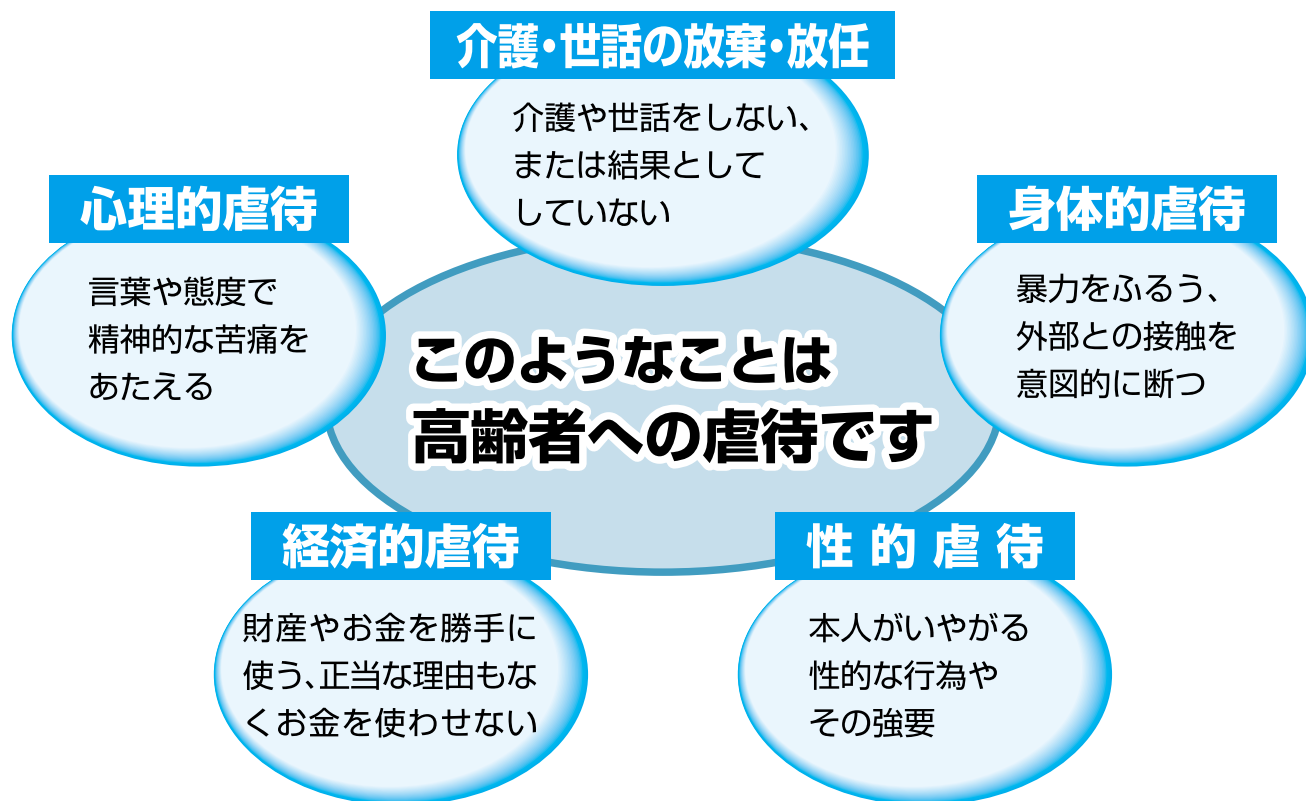
社会参加・働く・それがらへん

| 施設名 | 開館時間 | 休館日 | 観覧料・利用料金 |
|--|--|-------------------------------|---|
| 大蔵第二運動場 大蔵4-7-1 ☎ 3416-1212 | 午前9時～午後10時 〔屋外プール〕※夏期のみ 午前9時～午後5時 | 保守点検日等。 | 〔トレーニングルーム〕 個人利用のみ・3時間制 大人(トレーニングのみ) 660円 (サウナ付) 1,150円 高齢者(65歳以上) (トレーニングのみ) 250円 (サウナ付) 450円 〔屋外プール〕 大人 1回券1,180円 午後券660円 高齢者(65歳以上) 1回券450円 午後券250円 ※午後券は午後1時以降の入場 |
| 太子堂中学校温水プール 太子堂3-27-17 ☎ 3413-9311 | 時期、曜日により 異なります。 詳しくは施設に お問い合わせください。 | 年未年始(12月29日～1月3日)、 保守点検日等。 | ○6月から9月まで2時間 券(10月から5月までは 時間制限なし) 大人 480円 高齢者(65歳以上) 150円 ○1時間券 大人 240円 高齢者(65歳以上) 80円 |
| 玉川中学校温水プール 中町4-21-1 ☎ 3701-5667 | | | |
| 烏山中学校温水プール 南烏山4-26-1 ☎ 3300-6703 | | | |
| 梅丘中学校温水プール 松原6-5-11 ☎ 3322-6617 | | | |
| 世田谷公園 池尻1-5-27 ☎ 3412-0432 〔屋外プール(夏季のみ)〕 ☎ 3411-6519 | 夏季のみの屋外プールで す。 2時間の入れ替え制と なっております。 ※時期により、開設時間 の変動があります。詳しく は、施設へお問い合わせ ください。 | 水替え・保守点検日等 | 〔屋外プール〕 一般(高校生以上) 390円 高齢者(65歳以上) 100円 |
| 玉川野毛町公園 野毛1-25-1 ☎ 3704-4928 〔屋外プール(夏季のみ)〕 ☎ 3702-4996 | | | |

4. 権利擁護

高齢者虐待の相談

高齢者虐待に悩んでいる場合や虐待を受けたと思われる高齢者を発見した場合は、住所地の「あんしんすこやかセンター」(→17頁)、総合支所保健福祉課(→22頁)に相談・通報してください。



あんしん事業（地域福祉権利擁護事業）

認知症、知的障害、精神障害などにより生活に不安がある方が安心して暮らせるようご本人と当協議会との契約後、生活支援員が支援計画に基づき定期的にご自宅を訪問し、福祉サービスの利用手続きや金銭管理のお手伝いをしながら見守りを行います。

【サービス内容】 ①福祉サービスの利用援助

- ・福祉サービス利用に関する情報提供、相談、申し込みや契約の援助、苦情解決の援助など
- ・介護保険や行政手続き関係の書類や郵便物の整理

②日常的金銭管理サービス

- ・日常生活に必要な預金の払い戻し、預け入れ、解約手続きの援助
- ・社会保険料、公共料金、家賃などの支払いの援助

③書類等預かりサービス

- ・年金証書、通帳、権利証、実印などをお預かりします。

※宝石や骨董品、頻繁に出し入れするもの等、お預かりできないものがあります。

【利用料金】 ①② 1回1時間まで1,000円

③ 1か月1,000円

※②のサービスで使用する通帳、印鑑を社協で預かる場合は1回1時間まで2,500円

※①②のサービスで1時間を超えた場合は30分ごとに500円を加算

※相談や契約に至るまでの問合せは無料です。

【問合せ】 世田谷区社会福祉協議会 成年後見センターえみい ☎ 6411-3950

成年後見制度利用支援

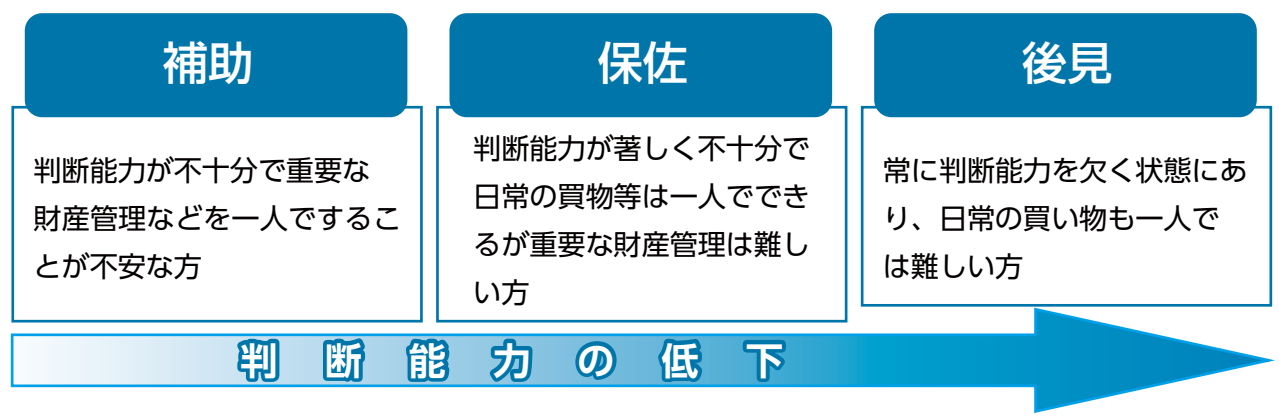
成年後見制度とは、認知症や知的障害、精神障害などによって判断能力が不十分になり、自分一人では契約や財産の管理などをすることが難しい方が、自分らしく安心して暮らせるように、その方の権利を守る援助者（成年後見人等）を選ぶことで、その方を法的に支援する制度です。

●成年後見制度には2種類あります。

【任意後見制度】 将来、判断能力が衰えたときに備えて、自らあらかじめ任意後見人を決め、支援してほしいことを公正証書で契約しておく制度です。後見が始まるのは本人の判断能力が不十分になり、家庭裁判所から任意後見監督人が選ばれてからです。

【法定後見制度】 すでに自分自身で法律行為を行なうことが難しい場合に、家庭裁判所が成年後見人等を選ぶ制度です。後見が始まるのは家庭裁判所へ後見等開始の申立てをし、成年後見人等が選任されてからです。

本人の判断能力に応じて「補助」「保佐」「後見」というタイプがあります。



【成年後見センターえみいでお手伝いできること】

- ①相談員による相談 電話や窓口で成年後見制度に関する相談をお受けします。
 - ・成年後見制度を利用するための申立や各種手続きの相談
 - ・親族後見人の方からの後見業務に関する相談

②申立手続き説明会

家族や親族のために成年後見制度の申立を予定している方を対象に、東京家庭裁判所の申立書類を使い、具体的に書き方を個別に説明します。説明は、世田谷区が養成した区民成年後見支援員が行います。（無料、予約制）

開催日時：○成城会場

原則毎週水曜日 午前10時～11時30分

○三軒茶屋会場

原則毎月第2・4木曜日 午前10時～11時30分

③地域版成年後見制度相談会

概ね月1回各地域に出張し個別に成年後見制度に関する相談をお受けします。区民成年後見支援員が相談に応じます。（無料、予約制）

【問合せ】 世田谷区社会福祉協議会 成年後見センターえみい ☎ 6411-3950

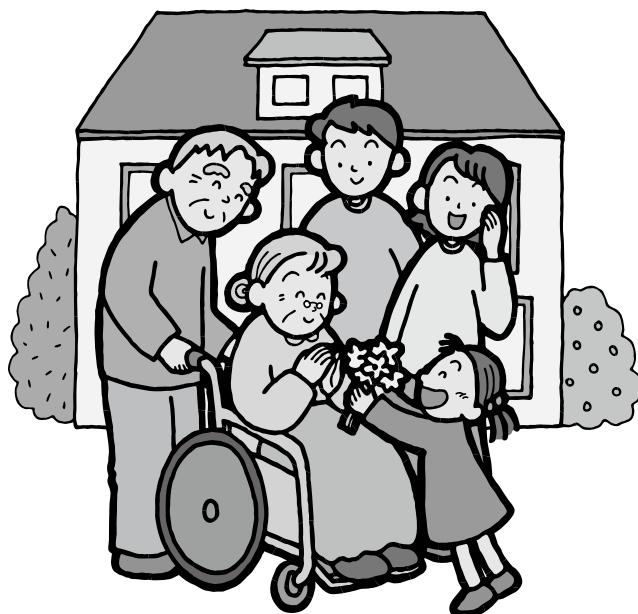
あんしん法律相談

区内在住の高齢者や障害者、その家族を対象に、弁護士が相続や遺言、成年後見制度（任意後見制度を含む）などの相談に応じます。（予約制）

【相談日時】 原則1・3水曜日 第2木曜日 午後

※1人1回30分 無料

【問合せ】 世田谷区社会福祉協議会 成年後見センターえみい ☎ 6411-3950



5. 在宅生活を支えるサービス

1 介護が必要な方へのサービス

訪問理美容サービス

ねたきりなどの理由で理美容店に行くことが困難な方のために、ご家庭に理美容師が訪問して理美容を行います。

【対象者】 65歳以上で要介護3～5の方

【費用】 利用負担は1回1,000円

【利用方法】 理美容券を年間6枚までお渡しします。利用するときは、協力理美容店に直接連絡して予約をしてください。訪問理美容券と利用者負担金は、訪問した理美容師に直接お渡しください。なお、洗髪は行いません。

【問合せ・申込み】 住所地のあんしんすこやかセンター（➡17頁）、住所地の総合支所保健福祉課（➡22頁）

紙おむつの支給・おむつ代の助成

ねたきりなどで失禁状態にあり、おむつを必要とする状態が2か月以上続いている方に、紙おむつを支給します。支給する種類・枚数などは区が指定する商品の中から選べます。入院等で、おむつの支給が行えない場合は、代わりにおむつ代の一部助成を受けられます。おむつ代助成は、退院後に遡っての申請はできません。

【対象者】 次のいずれかに該当する方。ただし介護保険施設（特別養護老人ホーム等）に入所している場合は対象となりません。

① 65歳以上で要介護3～5の方。病院に入院している場合、要介護認定は不要です。

② 40歳以上65歳未満の介護保険第2号被保険者の方で要介護3～5の方。

病院に入院している場合でも要介護認定が必要です。

【利用方法】 紙おむつは月1回自宅に配送します。1月あたり500円の自己負担があります。おむつ代は、月額5,000円を助成の限度とします。申請した月以降の分から支給対象となります。

【問合せ・申込み】 住所地のあんしんすこやかセンター（➡17頁）、住所地の総合支所保健福祉課（➡22頁）

寝具乾燥サービス

身体的条件または住宅環境などにより、寝具を干すことが困難なねたきりなどの方の寝具を乾燥、水洗いするサービスです。

【対象者】 65歳以上で要介護3～5の方

【費用】 無料

【利用方法】 1年に乾燥・消毒10回、水洗い2回を行います。1回に利用できるのは、敷布団、掛布団、毛布、マットレスなど合計4枚までです。

作業日はそのつど利用者に事業者が連絡し、寝具を引き取りに伺います。乾燥は当日渡し、水洗いは翌日渡しとなります。

【問合せ・申込み】 住所地のあんしんすこやかセンター（⇒17頁）、住所地の総合支所保健福祉課（⇒22頁）

高齢者見守りステッカー

認知症により外出先から帰れないなどの不安がある方へ、氏名や住所のほか緊急連絡先などを区へ事前に登録していただいたうえで、登録番号と「高齢者安心コール」の連絡先を記載しているステッカーを配付します。

※警察や消防に保護され、照会があったときに、ステッカーの登録番号から緊急連絡先の情報を提供します。

【対象者】 次のいずれにも該当する方。

- ①要介護1以上の認定を受けている。
- ②認知症により外出すると戻れないことが「ときどきある」や「常にある」状態。



【登録事項】 住所、氏名、性別、生年月日、電話番号、緊急連絡先（2名）

【配付物】 見守りステッカー（一人20枚）

【問合せ・申込み】 高齢者安心コール ☎ 5432-1010 FAX 5432-1030
高齢福祉課 事業担当 ☎ 5432-2407 FAX 5432-3085

リフト付タクシー

障害や高齢により、外出時の移動手段として常時車いすを使用している方やストレッチャーを使用することがある方に、介護タクシーを利用する際に予約料及び迎車料相当額を補助する「予約料・迎車料補助券」を交付します。さらにストレッチャーを使用することがある方には、ストレッチャー使用料が免除となる「ストレッチャー料免除券」を交付します。ただし、補助券等が利用できるのは、区の契約事業者に限ります。

また、ストレッチャーを使用される方の予約が優先となる区の借上げ車両を、メーター運賃のみで利用できます。ただし、事前に登録が必要です。なお、介助は利用者の付き添いの方をお願い致します。

【対象者】 区内在住で外出時の移動手段として常時車いすを使用している方やストレッチャーを使用することがある方で、次の①～③いずれかに該当する方

- ①身体障害者手帳 下肢、体幹、内部または平衡機能障害1～3級、脳性まひ等による運動機能障害1～3級、視覚障害1・2級

②愛の手帳1・2度

③介護保険制度による要介護度3～5

【問合せ・申込み】 住所地のあんしんすこやかセンター（⇒17頁）、住所地の総合支所保健福祉課（⇒22頁）

世田谷区福祉移動支援センター「そとでる」

障害や高齢などの理由により公共交通機関の利用が困難な方を対象に、車いすのまま乗車できる介護タクシーやNPOの送迎サービスを紹介し、予約配車を無料で行います。外出の際に介助が必要な送迎も『世田谷区福祉移動支援センター（そとでる）』へご相談ください。

【対象者】 障害手帳をお持ちの方、介護保険の要支援・要介護の認定を受けている方、一人では公共機関の利用が困難な方

【問合せ・申込み】 世田谷区福祉移動支援センター（そとでる）

☎ 5316-6621 FAX 3329-8311

ホームページ <http://www.setagaya-ido.or.jp>

〒156-0056 八幡山1-7-6（八幡山高齢者活動・移動支援施設内）

【受付時間】 月曜日から金曜日 午前9時～午後5時

【運営】 特定非営利活動法人せたがや移動ケア

車椅子の貸し出し

一時的に車椅子が必要になった場合、2か月を限度に車椅子の貸し出しを行います。

【対象者】 65歳以上又は、障害、疾病、けがなどにより短期間車椅子を必要とする方。

※介護保険サービスが優先されます。

【費用】 無料

【問合せ・申込み】 総合支所保健福祉課（⇒22頁）

各まちづくりセンター（北沢まちづくりセンター、等々力まちづくりセンター、成城まちづくりセンターを除く）

緊急一時宿泊

介護保険では対応できない緊急的社会的な理由で高齢者が家族などの介護を受けられない場合に、特別養護老人ホームを一時的に利用できます。

【対象者】 65歳以上の要支援高齢者、要支援、要介護の方など

【利用方法】 1日6,100円。ただし、生計中心者の住民税が非課税の方、生活保護を受給している方は、軽減があります。その他、食費等が必要となります。

【問合せ・申込み】 住所地のあんしんすこやかセンター（⇒17頁）、住所地の総合支所保健福祉課（⇒22頁）

② ひとり暮らしの方へのサービス

「ひとり暮らし」とは

一緒に生活している家族などがいない65歳以上の方で、近隣（徒歩5分以内）に、いつもその方の様子を知ることができる18歳以上65歳未満の親族等のない方

会食サービス

ひとり暮らし高齢者等に対し、家庭的な料理を提供して会食を行うことで、健康保持および介護予防につなげるもののほか、地域社会との交流の機会を提供します。

【対象者】 65歳以上でひとり暮らしの方等

【費用】 1食400円～

【利用方法】 地域の会食サービス協力員（団体・個人）が作った料理を区民施設等で会食します。
会食サービスは、団体により月1回から週1回実施しています。

【問合せ・申込み】 高齢福祉課 事業担当 ☎ 5432-2407 FAX 5432-3085
住所地のあんしんすこやかセンター（➡17頁）、住所地の総合支所保健福祉課（➡22頁）

電磁調理器・自動消火装置・ガス安全システムの給付

より安全で安心な居宅での生活を確保するため、住宅用防災機器を給付します。

【対象者】 65歳以上で要支援、要介護1～5の方、ひとり暮らしの方
種目により対象者・給付条件が異なります。

【費用】 利用者負担は種目ごとの基準額の1割です。

介護保険料第1～第6段階（➡77頁）の方は、利用者負担が免除されます。

（実際の給付額が下回る場合はその額、基準額を超えた分は別途利用者負担）

【利用方法】 事前にお申し込みください。購入後の申込みは、対象になりません。

借家の場合は、家主の承諾が必要です。

【問合せ・申込み】 住所地の総合支所保健福祉課（➡22頁）

電話料金の助成

高齢者が緊急時の連絡手段を確保できるよう、固定電話の電話料金を月額1,000円助成します。

【対象者】 65歳以上のひとりぐらしで住民税が非課税の世帯（生活保護世帯を除く）

【問合せ・申込み】 住所地のあんしんすこやかセンター（➡17頁）、住所地の総合支所保健福祉課（➡22頁）

住まい見守り・補償サービス初回登録料の補助

満60歳以上の方や障害のある方が単身で区内転居をする際に、安否確認と死亡時の原状回復費用等の補償がセットになった見守りサービスに加入した場合、サービスの初回登録料を全額補助します。

【問合せ】 居住支援課 ☎ 5432-2505 FAX 5432-3040

5

在宅生活を支えるサービス



救急通報システム（愛のペンダント）イメージ

住宅火災通報システム

令和4年8月で新規受付を終了しました。

火災警報器を救急通報システムに接続することで、火災を感知すると、電話回線を通じて自動的に東京消防庁へ通報され、すぐに消防車が出動します。

【対象者】 救急通報システム（消防直接型）を利用されている方で、心身機能の低下や居住環境等から、特に防火等の配慮が必要な方。（お住まいの建物にすでに火災報知器設備のある方や、鉄筋コンクリート造等の建物にお住まいの方は除く。）

【費用】 システム設置時に3,000円の費用負担があります。ただし、介護保険料第1～第6段階（⇒77頁）の方は、費用負担が免除されます。

【利用方法】 システムの設置にあたっては、借家の場合家主の承諾が必要です。

【問合せ・申込み】 住所地の総合支所保健福祉課（⇒22頁）

5

福祉電話訪問

福祉電話訪問協力員が週1回電話をかけて、日頃の悩み事などの相談に応じます。

孤独感の解消を図るとともに、必要に応じて緊急連絡先や関係機関に連絡及び通報を行います。

協力員は、世田谷区生涯大学修了生等に委嘱しています。

【対象者】 65歳以上のひとりぐらしの方が高齢者のみ世帯の方で、電話訪問を希望する方

【申込み】 住所地のあんしんすこやかセンター（⇒17頁）、住所地の総合支所保健福祉課（⇒22頁）

【問合せ・申込み】 住所地の総合支所保健福祉課（⇒22頁）

資源・ごみ・粗大ごみの収集サービス

資源・ごみ集積所等に資源・ごみ・粗大ごみを出せない高齢者・障害者を対象とした訪問収集などを行い、在宅生活の継続を支援するサービスです。

①資源・ごみの訪問収集：玄関先から資源・ごみを収集します。

②粗大ごみの運び出し収集：室内から粗大ごみを運び出して、収集します。

※粗大ごみの処理には、別途手数料が必要となります。

【対象者】

①資源・ごみの訪問収集

以下のいずれかに該当する世帯

- ・資源・ごみ集積所まで資源・ごみを自分で運び出すことができず、他の方の協力を得ることが難しい要介護2または同程度の65歳以上の高齢者のみ世帯
- ・障害者のみの世帯

※状況確認の面談等を行うため、事前に清掃事務所への相談が必要です。面談等の結果、対象とならない場合もあります。

②粗大ごみの運び出し収集

以下のいずれかに該当する世帯

- ・粗大ごみを自分で室内から運び出すことができず、他の方の協力を得ることが難しい65歳以

上の高齢者のみの世帯

・障害者のみの世帯

※1回あたり3点までとなります。

※引越し業者が入る場合などは対象となりません。

※重量のある物など運び出すことができないと判断した場合は、お断りすることがあります。

【問合せ・申込み】

①資源・ごみの訪問収集

世田谷・北沢地域の方：世田谷清掃事務所 ☎ 3425-3111

玉川地域の方：玉川清掃事務所 ☎ 3703-2638

砧・烏山地域の方：砧清掃事務所 ☎ 3290-2151

②粗大ごみの運び出し収集

世田谷区粗大ごみ受付センター ☎ 5715-1133



ふれあいサービス事業

区内にお住まいの高齢者や心身に何らかの障害がある方等で日常生活にお困りの方を対象に、「住民同士の支えあい」の活動として家事支援・生活支援・外出支援を行います。

【ふれあいサービス利用会員会費】

利用料のほか年額2,000円(3か月以内の短期利用は1,000円)の会費がかかります。

【交通費】協力会員が訪問する際に、交通費(実費)がかかることがあります。

●家事支援・生活支援・外出支援

日常生活に援助が必要な方の自宅等に協力会員(サービスを提供する方)が伺い、家事や外出同行等のお手伝いをします。

家事支援・・・掃除、洗濯、アイロンかけ、衣類の整理、布団干し、買い物(代行)、食事作り、片付け

生活支援・・・見守り、話し相手、薬取りなど

外出支援・・・散歩、買い物(同行)、通院・通学、趣味等

※車いすの方もご利用いただけます。

【費用】1時間あたり・・・1,000円

●ごみ出しサービス

お身体が不自由でごみが出せない方の自宅に協力会員が伺い、ごみ収集日の朝、ごみ出しをします。

【費用】1か月 1,000円(週2回まで)

【問合せ】お住まいの地域の社会福祉協議会事務所

世田谷地域社会福祉協議会事務所

☎ 3419-2311 FAX 3419-2354

北沢地域社会福祉協議会事務所

☎ 5787-8537 FAX 5787-8533

玉川地域社会福祉協議会事務所

☎ 3702-7777 FAX 3702-7861

砧地域社会福祉協議会事務所

☎ 5727-6101 FAX 5727-6103

烏山地域社会福祉協議会事務所

5314-1891 FAX 5314-1893

5

在宅生活を支えるサービス

くらしの多彩なニーズにお応えします

公益社団法人世田谷区シルバー人材センターでは、下記のサービスを行っています。

【主な仕事 家庭】 目安となる主な仕事と見積基準額

(令和3年4月1日現在)

| | | |
|----------|------------------|-------------------------------|
| 家事援助サービス | 2時間～3時間1回3,220円～ | 食事の支度、住居内清掃、洗濯等、年末の大掃除1,280円～ |
| 除草作業 | 1人1時間1,320円～ | |
| 植木の水やり | 1人1回1,150円～ | 落ち葉はき 1人1時間1,370円～ |
| 着付け | 訪問着5,100円 | 浴衣2,500円・小紋4,000円 |
| 襖の張替え | 標準・片面1枚2,930円～ | お見積いたします。 |
| 障子の張替え | 標準1枚1,630円～ | お見積いたします。 |
| 簡単な大工作业 | 1日1人11,520円～ | お見積いたします。 |

【あったかサポート】 高齢者がちょっと困ったときにあたたかいサポート

受付条件 ①65歳以上のひとり暮らし又は、高齢者世帯のみ対象となります。

②引き受け可能サービス ゴミ出し、植木鉢の片づけ・移動、買い物、電球の交換、物の移動(同一階のみ)、簡単な家具の組立・解体・移動、電化製品の使い方の説明。

③1回1人1,000円(1時間以内)1回につき、1作業に限ります。

【主な仕事 企業等・公共機関】 屋内外軽作業、清掃、配布と配達、施設管理等

【主な仕事 独自事業】 学習教室、陶芸教室、パソコン教室、カルチャー教室

※開催についてはお問い合わせください。

【お仕事ご依頼にあたって】 高齢者にふさわしい仕事をお引き受けしております。なお、内容や条件等によりお引き受けできない場合もございます。お気軽にご相談ください。

【問 合 せ】 公益社団法人世田谷区シルバー人材センター

宮坂1-24-6 宮坂区民センター2階

(東急世田谷線宮の坂駅下車 徒歩0分)

メールアドレス setagaya@sjc.ne.jp

ホームページ <https://webc.sjc.ne.jp/setagaya/>

宮坂本部 ☎ 3426-9211 FAX 3426-9506

烏山支部 ☎ 5316-1371 FAX 5316-1372

4 住宅を改修するためのサービス

住宅改修費の助成

身体状況から住宅を改修する必要がある方に、改修費の一部を助成します。
改修を開始する前にご相談ください。改修後のご相談は助成対象になりません。
また、新築および増築の場合は助成の対象になりません。助成の内容は下記の2種類です。

① 予防改修費の助成

手すりの取り付け、段差の解消等、介護保険の住宅改修と同じ改修内容（➡99頁）です。基準額は20万円です。

【対象者】 65歳以上で介護保険の要介護認定で要支援・要介護に該当しなかった方のうち、身体機能の低下のため住宅改修が必要と認められる方

② 設備改修費の助成

| | | | |
|------|-------------------------|-----|----------|
| 工事内容 | 浴槽の取りかえおよびその付帯工事 | 基準額 | 379,000円 |
| | 流し・洗面台の取りかえおよびその付帯工事 | | 156,000円 |
| | 和式から洋式便器への取りかえおよびその付帯工事 | | 106,000円 |

【対象者】 65歳以上で介護保険の要介護認定の申請をした方のうち、身体機能低下のため、既存の設備の使用が困難な方です。ただし、所得制限があります。（世帯全員の前年所得の合計額6,232,000円以下）。また洋式便器への取りかえおよび浴槽の取りかえは、介護保険で同様の工事を実施していない方に限ります。

【費用】 ①・②の改修とも利用者負担は基準額（実際の工事が下回る場合はその額）の1割～3割です。①は介護保険料第1段階（➡77頁）の方は、費用負担が免除されます。また、基準を超える分は利用者負担となります。

【問合せ・申込み】 住所地の総合支所保健福祉課（➡22頁）

住宅改修相談

理学療法士などの専門家を派遣し、改修内容のアドバイスを行います。

【対象者】 65歳以上で身体状況に合わせた住宅改修を行う方

【費用】 無料

【問合せ・申込み】 住所地の総合支所保健福祉課（➡22頁）

保健センター専門相談課 ☎ 6265-7546 FAX 6265-7549

家具転倒防止器具取付支援

高齢者、障害者等がお住まいの住宅の居室、寝室等にある家具について、地震時の転倒を防ぐため、家具転倒防止器具の取付を区が支援いたします。

【対象者】 満65歳以上の方のいる世帯等

【費用】 器具・工賃含め2万円まで無料

【問合せ・申込み】 防災街づくり課 ☎ 6432-7177

耐震シェルター等設置助成

昭和56年5月31日以前に着工した木造住宅にお住まいの方に対して、地震発生時の建物倒壊から自らの安全を確保するため、耐震シェルター、耐震ベッドの設置費用の一部を助成いたします。設置場所は1階に限ります。

【対象者】 次のいずれにも該当する方

- ①昭和56年5月31日以前に着工した平屋または2階建ての木造住宅で、一戸建て住宅、店舗等併用住宅（1/2以上が住宅である場合に限る）、長屋または共同住宅に現にお住まいになっている。
- ②申請日において、申請者が満65歳以上等。
- ③申請者の前年の年間所得額が、200万円以下。
- ④区民税を滞納していない。
- ⑤世田谷区木造住宅耐震改修等助成金交付要綱に基づく改修助成金の交付を受けていない。

※建物所有者以外の方が申請者となる場合は、建物所有者の承諾が必要になります。

【助成対象】 区が指定した耐震シェルターおよび耐震ベッド。（詳しくはお問合せください。）

【補助金の額】 助成対象の耐震シェルター、耐震ベッドの設置に要する費用（設置のための補強工事費を含む。）上限30万円（1,000円未満の端数切捨て）。期間限定（令和7年度まで）で、一部上乘せ助成があります。

【問合せ・申込み】 防災街づくり課 ☎ 6432-7177



5 ご家族の方への支援

家族介護教室

家庭での介護について、気持ちや身体に負担の少ない方法を学ぶことができます。区のおしらせ「せたがや」、区のホームページ等で開催日時をお知らせします。

【問合せ】 高齢福祉課 管理係

☎ 5432-2397 FAX 5432-3085

介護者の会・家族会

高齢者や認知症の方などを介護している方が、介護のヒントや経験などを共有したり、日頃の思いを語り合う場です。

開催日時、会場、連絡先などが掲載されたパンフレットをあんしんすこやかセンター、総合支所保健福祉課で配布します。

【問合せ】 世田谷区認知症在宅生活サポートセンター

☎ 6379-4315 FAX 6379-4316

介護マーク

介護マークとは、介護する方が、介護中であることを周囲に理解していただくためのマークです。あんしんすこやかセンター、総合支所保健福祉課で、お渡ししています。

【問合せ】 介護予防・地域支援課

☎ 5432-2954 FAX 5432-3085



ストレスケア講座

認知症の方を介護している家族を対象とした、介護者が抱えるストレスケアに役立つ知識など、理論と実践を交えて学ぶ講座です。

【問合せ・申込み】 世田谷区認知症在宅生活サポートセンター

☎ 6379-4315 FAX 6379-4316

家族のためのところが楽になる相談

認知症の方を介護している家族向けに、臨床心理士による個別相談を行っています。

【問合せ・申込み】 住所地のあんしんすこやかセンター (➡17頁)

家族介護慰労金

世田谷区内の住居にお住まいで、要介護2（認知症高齢者の日常生活自立度Ⅱ以上）または要介護3以上と認定された方で、介護保険サービスの利用がなく、次のすべての要件に該当する場合、介護している家族に家族介護慰労金（年額10万円）を支給します。

【申請できる方】

- ①要介護2（認知症高齢者の日常生活自立度Ⅱ以上）または要介護3以上と認定され、認定後1年間に介護保険サービス（通算10日以内のショートステイ、福祉用具貸与、特定福祉用具販売、住宅改修の利用を除く）を未利用で、通算90日以上入院をしていない方を同居して介護している家族・親族等（同性パートナー等を含む）
- ②介護を受けている方と介護者のいずれの世帯も住民税が非課税である。

【問合せ・申込み】 介護保険課保険給付係（➡75頁） 住所地の総合支所保健福祉課（➡22頁）



6. 高齢者向けすまい

都営、区営・区立など的高齢者向け住宅の入居

区のおしらせ「せたがや」で募集期間や申し込み方法をご案内します。

都営住宅は、5、8、11、2月の各1日号に、区営住宅は、6、11月の各1日号でご案内します。

【対象者】 ①都営住宅：都内在住3年以上で、65歳以上の方

②区営・区立住宅：区内在住3年以上で、65歳以上の方

※詳しい要件は募集期間に窓口にかかる「募集のご案内」で確認してください。

【問合せ】 住宅管理課 ☎ 5432-2498 FAX 5432-3040

世田谷区営住宅等窓口センター ☎ 6805-6523 FAX 6805-6573

6

シルバーピア住宅

生活相談や安否確認等を行う生活協力員が配置され、バリアフリー化に対応した高齢者向けの都営、区営、区立住宅です。

【対象者】 自立して生活できる65歳以上の単身または2人世帯で住宅に困窮している方

【問合せ】 住宅管理課 ☎ 5432-2498 FAX 5432-3040

住まいサポートセンター

高齢者の方の居住を支援する事業を実施するとともに、区民の皆さんの住まいに関する相談について、総合的にご案内します。

【主な実施事業】

○保証会社紹介制度（滞納家賃一時立替制度）

区内在住2年以上の60歳以上の世帯の方が入居や契約更新の際、保証人が見つからない場合に保証会社をご案内し、入居・継続居住を支援します。

※保証会社による金銭保証を利用するには保証料が必要です。（初回保証料半額助成あり。ただし生活保護受給世帯は除く）

○住まいあんしん訪問サービス

お部屋探しサポートを利用して民間賃貸物件に入居した方を定期的に訪問し、見守りを行なうことで、入居及び居住継続を円滑にし、安心して地域で暮らし続けられるよう支援します。

○お部屋探しサポート

区と協定を結んだ不動産店団体の協力で、民間賃貸住宅の空き室情報を提供すると共に様々なアドバイスをしています。

毎週木曜、第1～4火曜、金曜に実施しています。ご利用にあたっては、事前にご連絡ください。（予約優先）

○住宅相談

住宅まちづくり総合相談、マンション相談、不動産相談、登記相談、法律相談、土地家屋調査士相談等について一級建築士・マンション管理士・宅地建物取引士・司法書士・弁護士・土地家屋調査士などの専門家による30分のアドバイスを行ないます。ご利用にあたっては、事前にご連絡ください。(予約優先)

予約は電話で住まいサポートセンターへ。

【対象者】 事業ごとに異なります、住まいサポートセンターにお問い合わせください。

【予約・問合せ】 住まいサポートセンター ☎ 6379-1420 FAX 6379-4233

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、高齢者単身・夫婦世帯が、安心して居住できる賃貸等の住まいです。バリアフリー構造やケアの専門家による安否確認サービスなどを備えており、東京都に登録されます。

【サービス付き高齢者向け住宅の閲覧窓口】 公益財団法人 東京都福祉保健財団
☎ 3344-8637

【参考】 「サービス付き高齢者向け住宅情報提供システム」 ホームページ
<https://www.satsuki-jutaku.jp/search/index.php>

養護老人ホーム

環境上及び経済的理由により、居宅において生活することが困難な高齢者が入所する施設です。令和3年8月現在、区内には1か所「友愛ホーム」があります。

【対象者】 原則として65歳以上で、次の①および②の要件を満たす方

①環境上の理由

- ・ 家族や住居の状況など、現在置かれている環境の下では在宅において生活することが困難であること
- ・ 入院加療を要する病態でないこと等

②経済的理由

- ・ 高齢者のいる世帯が生活保護を受けていること
- ・ 世帯の生計中心者が住民税の所得割を課税されていないこと
- ・ 災害などのためその世帯の収入が急激に減少し、生活に困窮している状態にあること等

【費用】 入所者本人および扶養義務者の所得税額等に基づき、費用を負担していただきます。

【問合せ・申込み】 住所地の総合支所保健福祉課 (➡22頁)

特別養護老人ホーム（介護老人福祉施設）

常時介護が必要で、自宅での介護が困難な場合に入所する施設です。区では、要介護度や介護者の状況等を勘案し、入所の必要性の高い方から入所できる方法をとっています。

【対象者】 世田谷区に住民票がある要介護3以上の方

※要介護1、2と認定された方であっても、特別養護老人ホーム以外での生活が著しく困難と認められる場合は、対象となります。

※常に医療行為を要する方は入所できません。

【問合せ・申込み】 区内施設と区外施設（⇒111頁）は、住所地の総合支所保健福祉課（⇒22頁）へ相談のうえ申し込みください。

都市型軽費老人ホーム

身体の不具合などで自立した日常生活を営むことに不安があり、家族からの援助を受けることが困難な方に、食事の提供、入浴の準備、その他必要な便宜を低額な料金で提供します。

施設の所在地等は114頁をご覧ください。

【対象者】 次のいずれにも該当する方

- ① 60歳以上であって、低所得で、世田谷区に住民票が3か月以上ある方
- ② 身元保証人が得られる方（特別の事情がある場合を除く）
- ③ 身体機能の低下等により自立した日常生活を営むことについて不安がある方
- ④ 財産管理及び日常の金銭管理等について、自己管理ができる方
- ⑤ 感染症がなく、かつ、医療について自己管理ができる方
- ⑥ 問題行動を伴わない方で共同生活が可能なる方
- ⑦ 家族による援助を受けることが困難な方
- ⑧ 住居の状況など、現在置かれている環境の下では、在宅生活を継続することが困難な方

【問合せ・申込み】 住所地の総合支所保健福祉課（⇒22頁）

有料老人ホーム

高齢者が入所し、入浴・排泄・食事等の介護や食事の提供、日常生活の支援が受けられる施設です。主に民間企業が設置・運営しています。当該施設が直接介護サービスを提供する「介護付有料老人ホーム」と、介護サービスが必要なときは外部の訪問介護等を利用する「住宅型有料老人ホーム」があります。

【対象者】 概ね60歳以上の方

【問合せ・申込み】 有料老人ホームは、特別養護老人ホームと異なり、区では申込みを受付けていません。入居一時金や毎月の料金等の入居条件から、それぞれ利用される方が選んで入居する施設です。

入居を決める際は、契約内容をよくご確認ください。総合支所保健福祉課では、有料老人ホーム事業者からお預かりしているパンフレット等をご覧いただくことができますが、内容については直接施設へお問合せいただいております。

7. 介護予防・日常生活支援総合事業

世田谷区では、住民同士の支えあいの考え方を基本に、介護予防や生活支援のニーズに応える多様なサービスを、介護予防・日常生活支援総合事業(総合事業)として提供しています。また、高齢者自身も支援の担い手となり、これまでの経験や特技などを活かして、地域社会でいきいきと活動することにより、ご自身の健康を維持するだけでなく、みんなで支えあう地域づくりを目指しています。

総合事業には、要支援の認定を受けている方及び事業対象者(基本チェックリスト※の結果、一定の基準に該当した方で支援が必要な方)を対象とした介護予防・生活支援サービスと、65歳以上のすべての高齢者を対象とした一般介護予防事業があります。

※基本チェックリスト(➡73頁)

日常生活に必要な機能の低下や、状態を把握するための簡単な質問票です。質問は、運動や栄養状態、もの忘れに関するものなど25項目あり、主に「はい」または「いいえ」で答えます。

介護予防・生活支援サービス

訪問を受けて利用するサービスと通所して利用するサービスがあり、それぞれ介護保険事業者や住民、NPO、民間事業者などの様々な主体によるサービスを提供しています。サービスの内容や費用のめやすなどは、88頁からの「介護保険で利用できるサービス」をご覧ください。

【問合せ】 住所地のあんしんすこやかセンター(➡17頁)

一般介護予防事業

65歳以上のすべての区民の方を対象として、介護予防に関する普及啓発を行う講座などを行っています。

●はつらつ介護予防講座

まちづくりセンター等で、介護予防に関するミニ講座と「世田谷いきいき体操」を行います。

【費用】 無料

【問合せ】 住所地のあんしんすこやかセンター(➡17頁)

●まるごと介護予防講座

ストレッチや認知症予防の体操、口腔機能改善、栄養、認知症予防などについて、連続した6回の講座で学び、自身の健康を管理する能力の向上を目指します。

【費用】 無料

【問合せ】 介護予防・地域支援課

☎ 5432-2953 FAX 5432-3085

●お口の元気アップ教室

飲み込む、噛むなどの、お口の機能を改善するための知識などを、全8回の教室で学びます。

【費用】 無料

【問合せ】 介護予防・地域支援課

☎ 5432-2953 FAX 5432-3085

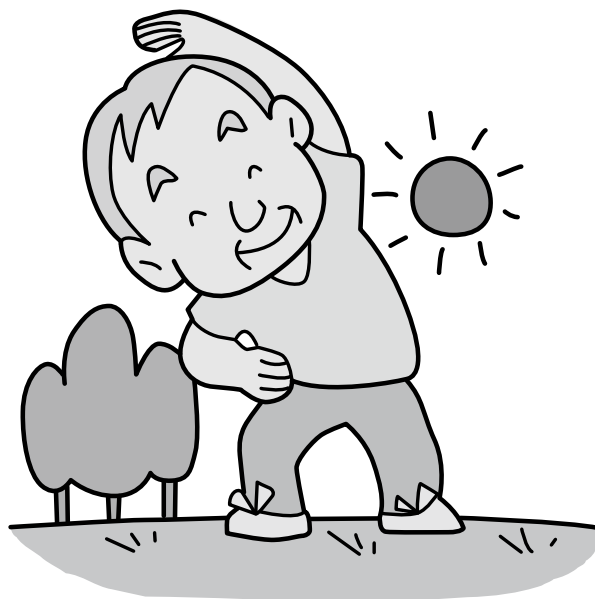
●世田谷いきいき体操

世田谷区のオリジナル介護予防体操です。週1回、おもりを使った体操を続けることで筋力が鍛えられ、日常生活の動きがラクになります。ご近所の方等と誘い合って週1回この体操を続ける団体へ、体操で使う「おもり」の貸し出し（3か月間）や体力測定等の支援をします。

【費用】 無料（おもりの貸し出し、体力測定など）

【問合せ】 介護予防・地域支援課

☎ 5432-2953 FAX 5432-3085



基本チェックリスト

回答欄の当てはまる方に「○」をして、合計の点数で判断します。

※①～⑦に該当した方は、生活機能の低下の心配があります。

ご心配な方は、住所地のあんしんすこやかセンター（➡17頁）へご相談ください。

| No. | 質問項目 | 回答 | | 計 | |
|-----|---------------------------------------|----|-----|---|---|
| | | はい | いいえ | | |
| 1 | バスや電車で1人で外出していますか | 0 | 1 | 点 | ⇒ |
| 2 | 日用品の買い物をしていますか | 0 | 1 | | |
| 3 | 預貯金の出し入れをしていますか | 0 | 1 | | |
| 4 | 友人の家を訪ねていますか | 0 | 1 | | |
| 5 | 家族や友人の相談にのっていますか | 0 | 1 | | |
| 6 | 階段を手すりや壁をつたわずに昇っていますか | 0 | 1 | 点 | ⇒ |
| 7 | 椅子に座った状態から何もつかまらずに立ち上がっていますか | 0 | 1 | | |
| 8 | 15分位続けて歩いていますか | 0 | 1 | | |
| 9 | この1年間に転んだことがありますか | 1 | 0 | | |
| 10 | 転倒に対する不安は大きいですか | 1 | 0 | | |
| 11 | 6ヶ月間で2～3kg以上の体重減少がありましたか | 1 | 0 | 点 | ⇒ |
| 12 | BMIが18.5未満ですか [身長 cm 体重 kg] (注) | 1 | 0 | | |
| 13 | 半年前に比べて固いものが食べにくくなりましたか | 1 | 0 | 点 | ⇒ |
| 14 | お茶や汁物等でむせることがありますか | 1 | 0 | | |
| 15 | 口の渇きが気になりますか | 1 | 0 | | |
| 16 | 週に1回以上は外出していますか | 0 | 1 | 点 | ⇒ |
| 17 | 昨年と比べて外出の回数が減っていますか | 1 | 0 | | |
| 18 | 周りの人から「いつも同じ事を聞く」などの物忘れがあると 言われますか | 1 | 0 | 点 | ⇒ |
| 19 | 自分で電話番号を調べて、電話をかけることをしていますか | 0 | 1 | | |
| 20 | 今日が何月何日かわからない時がありますか | 1 | 0 | | |
| 21 | (ここ2週間) 毎日の生活に充実感がない | 1 | 0 | 点 | ⇒ |
| 22 | (ここ2週間) これまで楽しんでやれていたことが楽しめなくなった | 1 | 0 | | |
| 23 | (ここ2週間) 以前は楽にできていたことが今ではおっくうに感じられる | 1 | 0 | | |
| 24 | (ここ2週間) 自分が役に立つ人間だと思えない | 1 | 0 | | |
| 25 | (ここ2週間) わけもなく疲れたような感じがする | 1 | 0 | | |

①日常生活に必要な機能全般
No. 1～20が10点以上で生活に必要な機能低下の心配

②運動の機能
3点以上で足腰の筋力の低下の心配

③栄養状態
2点以上で栄養不足の心配

④口腔の機能
2点以上で口腔機能の低下の心配

⑤閉じこもり
No. 16に該当で閉じこもりの心配

⑥認知機能
1点以上で認知機能の低下の心配

⑦うつ
2点以上でうつの心配

BMI = 体重 (kg) ÷ 身長 (m) ÷ 身長 (m) が 18.5 未満の場合に、1. はいに該当します。

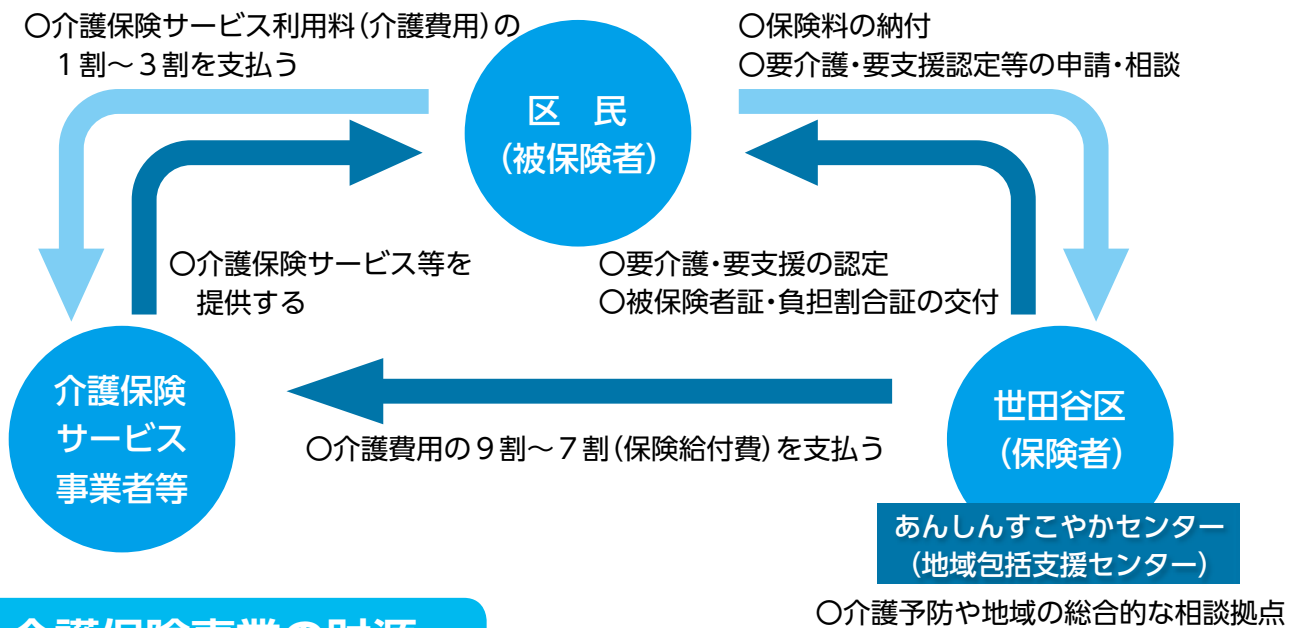
8. 介護保険制度のしくみとサービス

1 介護保険とは

介護保険制度は、核家族化や介護者の高齢化など高齢社会の介護問題に対応するため、介護を必要とする人を社会全体で支える「社会保険制度」として、平成12年度に始まりました。

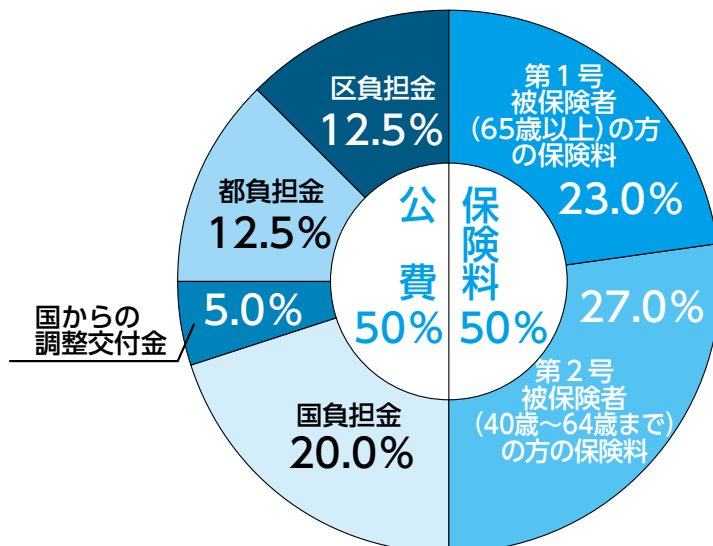
介護保険制度は、介護を必要とする状態になっても、住み慣れた地域でできる限り自立した日常生活を送ることができるよう、必要なサービスを利用者自らの選択に基づいて利用していただく制度です。

介護保険制度のしくみ



介護保険事業の財源

介護サービス等を利用する場合、原則として費用の1割～3割が利用者負担となり、残りの9割～7割が介護保険から給付されます。介護保険は、公費(税金)と保険料を財源として運営されています。



※円グラフの国・都の負担割合は、居宅給付費(介護保険施設・特定施設以外)の割合です。

※介護保険施設・特定施設は、国負担金が15%、都負担金が17.5%に変わるほかは、同じ割合です。

●介護保険課への問合せ先

| 名称 | 役割 | 電話番号 | FAX番号 |
|-----------|---|-----------|-----------|
| 管理係 | 介護保険の計画策定・財政管理・統計管理・趣旨普及の実施 | 5432-2298 | 5432-3059 |
| | シニアボランティア・ポイント事業の実施 | | |
| 資格保険料係 | 第1号被保険者の方の保険料決定・納付相談 | 5432-2643 | 5432-3042 |
| | 65歳到達による資格取得、転出等による資格喪失など | | |
| | 介護保険被保険者証、介護保険負担割合証の交付 | | |
| 保険給付係 | 保険給付に関すること、住宅改修・福祉用具購入等の支給 | 5432-2646 | |
| | 高額介護サービス費、高額医療合算介護サービス費、特定入所者介護サービス費の支給 | | |
| 介護認定審査事務係 | 介護認定審査会の開催および認定審査に関する事務、要介護認定調査員研修 | 5432-2912 | 5432-3059 |

介護保険サービスの利用を希望する方は、「介護保険サービスを利用するには」(➡82頁)をご覧ください。

介護保険に加入する方

40歳以上の区民の方が介護保険の加入者(被保険者)となります。

●第1号被保険者

65歳以上の方は第1号被保険者です。

介護保険料は、65歳になった月(誕生日が月の初日の方は前月)から保険者(区)に納めます。

●第2号被保険者

40歳～64歳で医療保険に加入している方は第2号被保険者です。

介護保険に加入するのは、40歳になった月(誕生日が月の初日の方は前月)からです。

介護保険料は、加入した月から医療保険料と共に納めます。

●介護保険加入資格の特例(住所地特例)

次の施設に入所・入居するために世田谷区から転出した場合は、世田谷区の介護保険に引き続き加入します。(世田谷区内の施設に転入した場合は、転入前の区市町村の介護保険に引き続き加入します。)

○特別養護老人ホーム(地域密着型特別養護老人ホームを除く) ○介護老人保健施設

○介護療養型医療施設 ○介護医療院 ○有料老人ホーム(注1)

○軽費老人ホーム、ケアハウス ○養護老人ホーム

(注1) 有料老人ホームに該当するサービス(食事、介護、家事援助、健康管理のいずれか)を提供するサービス付き高齢者向け住宅を含む。

※地域密着型特定施設に該当する施設は含まない。

介護保険被保険者証の交付

介護保険の被保険者には、「介護保険被保険者証」を交付します。この被保険者証は介護保険の被保険者である証明書であるとともに、介護保険サービスを利用するときなどに必要です。交付を受けたら、記載内容を必ず確認していただくとともに、大切に保管してください。

●被保険者証の交付

◆65歳以上の方（第1号被保険者）

65歳の誕生日の前月（誕生日が月の初日の方は前々月）に交付します。（郵送）

◆40歳～64歳の方（第2号被保険者）

要介護・要支援の認定を受けたときに交付します。（郵送）

●被保険者証の使い方

被保険者証は、次のときに必要になります。忘れずにご提示ください。

○要介護・要支援認定の申請をするとき。（➡82頁）

○ケアプランの作成を依頼するとき。（➡85頁）

○介護保険サービスを利用するとき。（➡87頁）

介護保険負担割合証の交付

介護保険の要介護・要支援認定を受けたときに、利用者負担割合が記載された「介護保険負担割合証」を交付します。

「介護保険負担割合証」は有効期限（8月から翌年7月）がありますので、有効期限に合わせてお送りいたします。介護保険サービスを利用するときは、「介護保険負担割合証」の提示が必要になりますので、大切に保管してください。利用者負担割合（1割～3割）の基準は以下のとおりです。

| 負担割合 | 基準（①②いずれにも該当する場合） |
|------|--|
| 3割 | ①本人の合計所得金額※220万円以上 ②同一世帯の65歳以上の方(本人含む)全員の「年金収入+その他の合計所得金額」が単身世帯で340万円以上、2人以上世帯で463万円以上 |
| 2割 | ①本人の合計所得金額が160万円以上220万円未満 ②同一世帯の65歳以上の方(本人含む)全員の「年金収入+その他の合計所得金額」が単身世帯で280万円以上340万円未満、2人以上世帯で346万円以上463万円未満 |
| 1割 | 上記以外の方（65歳未満の方、住民税非課税の方、生活保護受給中の方含む） |

※ 合計所得金額…介護保険負担割合を合計所得金額で判定することは、介護保険法施行令第22条の2によって規定されています。
合計所得金額の詳細は、78頁の「合計所得金額とは」を参照。

65歳以上の方（第1号被保険者）の介護保険料

皆さんが納める保険料は、介護保険を運営していくための大切な財源です。保険料をお納めいただいていない場合は、預貯金や年金など財産の差押えや介護保険の給付を制限されることがあります。（➡80頁）

●介護保険料のお知らせ

介護保険料の決定通知書は、住民税課税状況等をもとに保険料段階を決定し、6月中旬にお送りします。

なお、年度の途中で65歳になった方、転入された方、転出された方、住民税課税状況等が変更となった方などには、随時、介護保険料決定（変更）通知書をお送りします。

●令和3年度～令和5年度の介護保険料

| 保険料段階 | 該当する方 | 料率 | 年間保険料額 (円) |
|-------|--|-------------|---------------|
| 第1段階 | 生活保護または中国残留邦人等生活支援給付を受けている方 老齢福祉年金を受けている方で本人および世帯全員（注1）が住民税非課税の方 | 0.30 | 22,248 |
| 第2段階 | 本人および世帯全員が住民税非課税で、本人の年金収入額（注2）と合計所得金額（注3）（年金に係る雑所得金額を除く）の合計が80万円以下の方 | 0.30 | 22,248 |
| 第3段階 | 本人および世帯全員が住民税非課税で、本人の年金収入額と合計所得金額（年金に係る雑所得金額を除く）の合計が80万円を超え120万円以下の方 | 0.50 | 37,080 |
| 第4段階 | 本人および世帯全員が住民税非課税で、本人の年金収入額と合計所得金額（年金に係る雑所得金額を除く）の合計が120万円を超える方 | 0.65 | 48,204 |
| 第5段階 | 本人が住民税非課税で、本人の年金収入額と合計所得金額（年金に係る雑所得金額を除く）の合計が80万円以下で同一世帯に住民税課税者がいる方 | 0.85 | 63,036 |
| 第6段階 | 本人が住民税非課税で、本人の年金収入額と合計所得金額（年金に係る雑所得金額を除く）の合計が80万円を超え同一世帯に住民税課税者がいる方 | 基準額 1.00 | 74,160 |
| 第7段階 | 本人が住民税課税で、合計所得金額が120万円未満の方 | 1.15 | 85,284 |
| 第8段階 | 本人が住民税課税で、合計所得金額が120万円以上210万円未満の方 | 1.25 | 92,700 |
| 第9段階 | 本人が住民税課税で、合計所得金額が210万円以上320万円未満の方 | 1.40 | 103,824 |
| 第10段階 | 本人が住民税課税で、合計所得金額が320万円以上400万円未満の方 | 1.60 | 118,656 |
| 第11段階 | 本人が住民税課税で、合計所得金額が400万円以上500万円未満の方 | 1.70 | 126,072 |
| 第12段階 | 本人が住民税課税で、合計所得金額が500万円以上700万円未満の方 | 1.90 | 140,904 |
| 第13段階 | 本人が住民税課税で、合計所得金額が700万円以上1,000万円未満の方 | 2.30 | 170,568 |
| 第14段階 | 本人が住民税課税で、合計所得金額が1,000万円以上1,500万円未満の方 | 2.70 | 200,232 |
| 第15段階 | 本人が住民税課税で、合計所得金額が1,500万円以上2,500万円未満の方 | 3.20 | 237,312 |
| 第16段階 | 本人が住民税課税で、合計所得金額が2,500万円以上3,500万円未満の方 | 3.70 | 274,392 |
| 第17段階 | 本人が住民税課税で、合計所得金額が3,500万円以上の方 | 4.20 | 311,472 |

(注1) 世帯全員・・・世帯状況は、その年度の4月1日時点のもので判断します。年度の途中で65歳になった方や、転入した方は資格の取得日で判断します。年度の途中で世帯状況に変更があっても、翌年度まで保険料に変更はありません。

(注2) 年金収入額・・・老齢基礎年金・国民年金・厚生年金・共済年金・年金恩給などの年間受給額です。

(注3) 合計所得金額・・・介護保険料を合計所得金額で算定することは、介護保険法施行令第38条及び第39条によって規定されています。合計所得金額の詳細は78頁の「合計所得金額とは」をご確認ください。

合計所得金額とは

法令に基づき介護保険料の算定や高額介護サービス費等の区分の判定に用いる合計所得金額の定義は次のとおりです。

収入金額から必要経費に相当する金額を控除した金額のことで、扶養控除や社会保険料控除などの所得控除をする前の金額です。分離所得も含まれ、繰越損失がある場合は繰越控除前の金額をいいます。土地建物等の譲渡所得がある場合は、合計所得金額より特別控除額を除いた金額になります。

平成30年度税制改正における給与所得控除・公的年金等控除の10万円引き下げ及び基礎控除の10万円引き上げを踏まえ、令和3年度より給与所得の金額及び公的年金等に係る所得の金額の合計額から10万円を控除します。

40歳～64歳の方（第2号被保険者）で 国民健康保険に加入されている方へ

国民健康保険の加入者が65歳になる年度においては、65歳になる月の前月までの第2号被保険者保険料をその年度内(7月から翌年3月の9か月)に割りつけています。このため、65歳になった月以降も第2号分の保険料を納めることとなりますが、65歳以上の第1号被保険者保険料と重複することはありません。

介護保険料の納め方（65歳以上の方）

保険料の納め方には次の3つの方法があります。

| | |
|---|---|
| 1 | <p>特別徴収：年金からあらかじめ保険料が差し引かれます。</p> <p>年金受給額が年間18万円以上の方が対象です。 ※年金の受給開始時期等により、特別徴収の開始時期が一人ひとり異なります。</p> |
| 2 | <p>普通徴収：納付書または口座振替によるお支払いとなります。</p> <p>年度途中で65歳になった方、世田谷区に転入した方、特別徴収対象の年金が年額18万円未満の方などが対象です。</p> |
| 3 | <p>併用徴収：上記の1と2の併用</p> <p>特別徴収の方でご本人や世帯の課税状況の変更によって、年度途中で保険料が変更になった方などが対象です。</p> |

※介護保険料の納付は、原則、特別徴収となります。(介護保険法第135条)
被保険者が特別徴収か普通徴収かを選択することはできません。

介護保険料の口座振替

納め忘れがない口座振替をお勧めします。

預(貯)金通帳、通帳の届け出の印鑑をご持参のうえ、金融機関等にお申込みください。

一部の金融機関については、介護保険課窓口にてキャッシュカードによる「口座振替受付サービス」を行っています。詳しくは、下記までお問合せください。

【問合せ】介護保険課 資格保険料係 (→75頁)

●介護保険料は税金の社会保険料控除の対象です

該当する年の1月～12月の1年間に納めた保険料額の確認方法は以下のとおりです。

なお、納付方法別の書類に記載された額を申告書にご記入ください。(確定申告は記入のみで証明書等は不要です。)

| | |
|----------------|--|
| 年金から納めた保険料 | 「公的年金等の源泉徴収票」(1月下旬に年金保険者(厚生労働大臣等)から送付されます。)※遺族年金、障害年金は発行されません。 |
| 納付書で納めた保険料 | 「世田谷区介護保険料納付書(領収証書)」 |
| キャッシュレスで納めた保険料 | 「アプリ内の決済履歴」※領収書は発行されません。 |
| 口座振替で納めた保険料 | 「介護保険料口座振替済通知書」(12月下旬に区からお送りします。) |

介護保険のサービス利用料等に伴う税金の控除

○要介護等認定を受けている方の税申告に伴う障害者控除

65歳以上で介護保険の要支援または要介護認定を受けた方が、一定の基準を満たす場合は、身体障害者手帳をお持ちでなくても、本人またはその被扶養者が所得税・住民税申告の際に「障害者控除(障害者・特別障害者)」の対象となります。

【問合せ】住所地の総合支所保健福祉課 (→22頁)

○医療費控除

介護保険サービスの利用料の自己負担分については、医療費控除の対象となる場合があります。詳細は税務署にお尋ねください。

※区のホームページにも掲載しています。

ホーム>目次から探す>福祉・健康>高齢・介護>介護保険のしくみとサービス>介護保険についての区からのお知らせ等>介護保険の利用に伴う医療費控除の取り扱いについて

<https://www.city.setagaya.lg.jp/mokuji/fukushi/001/001/004/d00135542.html>

介護保険料を納めないでいると

普通徴収の保険料については、随時納付相談を承っております。事情があって一括でお支払いが困難な場合は分割して納めていただく方法もありますので、介護保険課資格保険料係（➡75頁）までご相談ください。

●財産などの差押え

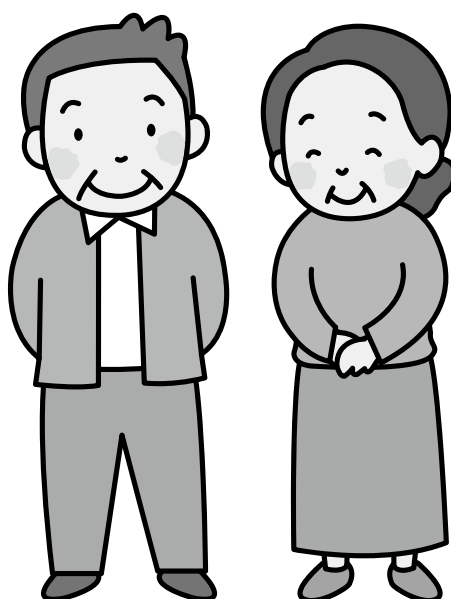
正当な理由なく継続して保険料のお支払いがない場合には、税や健康保険料と同様に、預貯金や年金などの財産を差押える場合があります。

●給付額減額等

納期限から1年以上保険料を納めず納付相談にも応じていただけない方には、介護保険の給付を制限する場合があります。

| | |
|------------------|--|
| 1年以上保険料を滞納すると | 本人が、介護保険サービス費を一旦全額負担することになります。介護保険サービス費を支払った後に、区に対して申請することで9割～7割の保険給付を受けること（償還払い）になります。 |
| 1年6か月以上保険料を滞納すると | 上記に加えて、償還払いの申請をしても、保険給付の一部または全部がすぐには支払われない「一時差止め」となります。一時差止めされた保険給付を、滞納している介護保険料に充てる場合もあります。 |
| 2年以上保険料を滞納すると | 介護保険サービス費の利用者負担が通常の負担割合から3割または4割※まで引上げられたり、高額介護サービス費等が受けられなくなります。 |

※介護保険サービス費の利用者負担の割合が3割に該当する方は、4割に引上げられます。



●延滞金

介護保険料を定められた納期限内に納められなかった場合、納期限の翌日から納付までの日数に応じた延滞金が保険料に加算されます。

◆延滞金の計算式

①納期限の翌日から3か月以内に納付された場合

$$\text{延滞金} = \text{滞納保険料額} \times \text{延滞金の割合} \times \text{日数} \div 365$$

②納期限の翌日から3か月を超えて納付された場合

$$\text{延滞金} = \text{上記①} + (\text{滞納保険料額} \times \text{延滞金の割合} \times 3\text{か月经過後の日数} \div 365)$$

※期別保険料額が2,000円未満であるときは、延滞金はかかりません。

※滞納保険料額に1,000円未満の端数があるときは、その端数を切り捨てます。

※確定した延滞金が1,000円未満であるときは、延滞金はかかりません。

※確定した延滞金に100円未満の端数があるときは、その端数を切り捨てます。

●保険料の減免制度

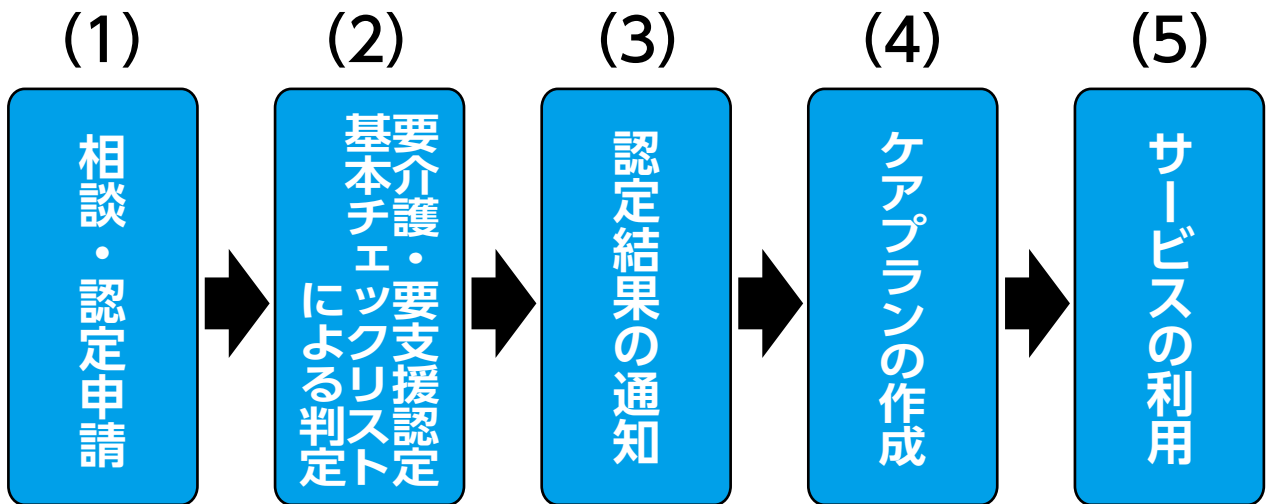
◆保険料の徴収猶予・減免

火災・震災・風水害等により著しい損害を受けた方や、倒産などにより収入が著しく減少した方で、一時的に保険料をお納めいただくことが困難な場合は、保険料を減額・免除、または徴収を猶予する制度があります。

◆区独自減額

保険料段階が第3段階または第4段階の方で、年間の収入が150万円以下（1人世帯）など、収入、資産等の要件を満たす方を対象に、申請により保険料を減額する制度があります。詳しくは、介護保険課資格保険料係（➡75頁）までご相談ください。

2 介護保険サービスを利用するには



(1) 相談・認定申請

●介護保険サービスの利用を希望する方

まず、住所地のあんしんすこやかセンター（➡17頁）、または総合支所保健福祉課（➡22頁）に相談してください。ご本人の状況によっては、要介護・要支援認定の申請ではなく、基本チェックリストによる判定を受けていただき、介護予防・日常生活支援総合事業の利用をお勧めすることもあります。

認定申請は、ご本人またはご家族が、住所地のあんしんすこやかセンター、または総合支所保健福祉課の窓口で行います。

●介護保険サービスを利用できる方

①第1号被保険者（65歳以上の方）

日常生活を送るために介護や支援が必要な方

②第2号被保険者（40歳～64歳で医療保険に加入している方）

特定疾病※により、日常生活を送るために介護や支援が必要な方

※特定疾病

○がん（医師が一般に認められている医学的知見に基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） ○関節リウマチ ○筋萎縮性側索硬化症 ○後縦靭帯骨化症 ○骨折を伴う骨粗しょう症 ○初老期における認知症 ○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 ○脊髄小脳変性症 ○脊柱管狭窄症 ○早老症 ○多系統萎縮症 ○糖尿病性神経障害、糖尿病性腎症及び糖尿病性網膜症 ○脳血管疾患 ○閉塞性動脈硬化症 ○慢性閉塞性肺疾患 ○両側の膝関節又は股関節に著しい変形を伴う変形性関節症

認定申請に必要なもの

- 介護保険被保険者証
 - 健康保険被保険者証（第2号被保険者の場合）
 - マイナンバーカード（個人番号カード）または通知カード（住民票記載内容と相違ない場合のみ）
 - 本人確認書類（マイナンバーカード、健康保険被保険者証、運転免許証など）
- ※第2号被保険者の方は、健康保険被保険者証が必ず必要です。

お電話いただければ申請書を郵送します。
インターネットでダウンロードもできます。

(2) 要介護・要支援認定、基本チェックリストによる判定の実施

●要介護・要支援認定

◆認定調査

区の職員や区が依頼した介護支援専門員（ケアマネジャー）が自宅などを訪問し、心身の状況等について、ご本人や、ご家族から聞き取りなどの調査を行います。調査は全国共通の基準に基づき行います。

◆医師の意見書

心身の状況等について、区が直接主治医に意見書の作成を依頼します。

主治医には、あらかじめ要介護・要支援認定の申請をしていることをお伝えください。

主治医がない場合は、住所地のあんしんすこやかセンター、または総合支所保健福祉課の窓口にご相談ください。

◆審査・判定

認定調査の結果と主治医の意見書をもとに、保健、医療、福祉の専門家による「介護認定審査会」で審査し、要介護・要支援状態区分を判定します。

●基本チェックリストによる判定の実施

あんしんすこやかセンターで基本チェックリスト（➡73頁）による判定を実施し、結果が一定基準に該当した方（事業対象者）は、要支援認定に該当しなくても、介護予防・生活支援サービスを利用できる場合があります。

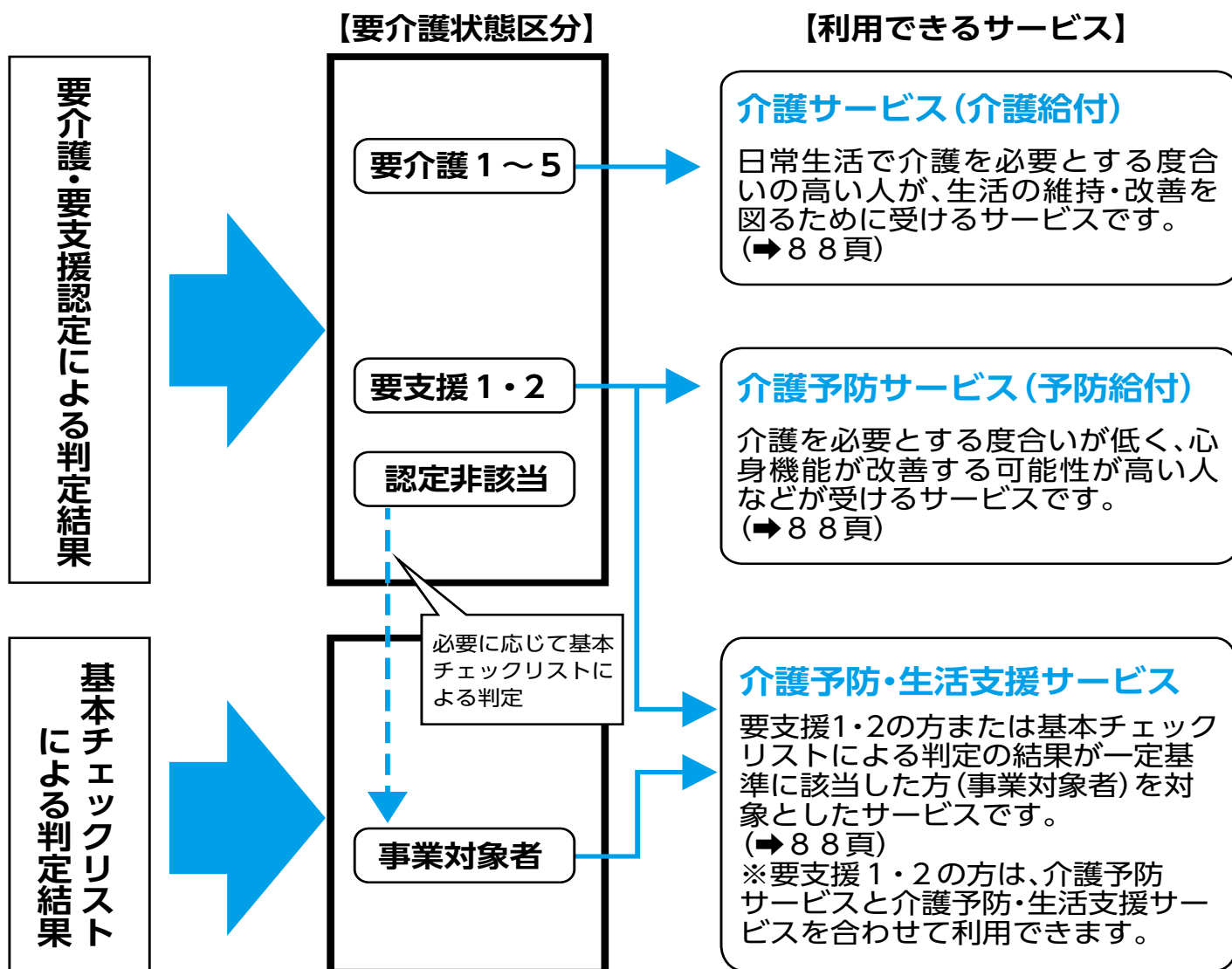
(3) 認定結果の通知

区の介護認定審査会による判定に基づき、認定結果を「認定結果通知書」により通知します。

「介護保険被保険者証」と利用者負担の割合（1割～3割）が記載された「介護保険負担割合証」を同時に交付しますので、内容を確認してください。

在宅生活か施設利用か悩む場合は、あんしんすこやかセンター、総合支所保健福祉課にご相談ください。

●要介護状態区分と利用できるサービス



※65歳以上のすべての方が利用できる「一般介護予防事業」もあります。(→71頁)

Q：要介護認定の申請をしてから、認定まではどのくらいの期間がかかるのですか。

A：要介護・要支援認定は、申請から結果通知までを通常30日以内に行うように定められています。しかし、訪問調査の実施や、主治医意見書の作成の遅れ等により、やむを得ず30日を超えて結果の通知をする場合もあります。

Q：状態が悪くなり、もっとサービスが必要になったときは

A：心身の状況の変化などで、介護や支援を必要とする程度が変わったときは、いつでも区分変更の申請ができます。

Q：認定結果に不服があるときは

A：要介護・要支援認定の結果への疑問や納得できない場合は、まず、住所地の総合支所保健福祉課にご相談ください。その上で納得できない場合は、認定通知を受け取った日の翌日から3か月以内に、東京都に設置されている「介護保険審査会」に審査請求をすることができます。

(4) ケアプランの作成

●在宅サービスを利用するとき

- 訪問を受けて利用するサービス (➡89頁) ○通所して利用するサービス (➡91頁)
- 短期間入所するサービス (➡94頁) ○福祉用具の貸与・購入費、住宅改修費 (➡98頁)

※通い・訪問・宿泊を組み合わせたサービスを利用する場合は、次ページ「入所施設などを利用するとき」をご覧ください。

要介護1～5

- (1) 居宅介護支援事業所のケアマネジャーにケアプラン（居宅サービス計画）の作成を依頼します。
- (2) ケアマネジャーが要介護者のもとを訪問し、ご本人の状況、ご本人やご家族の希望、家族や住宅の状況などを総合的に把握してケアプラン原案を作成し、ご本人、ご家族、専門職で協議してケアプランを決定します。

要支援1・2

住所地のあんしんすこやかセンターに、生活機能改善や向上に向けた介護予防のケアプラン（介護予防サービス計画）の作成を依頼し、相談しながら利用するサービス内容を決めていきます。

事業対象者

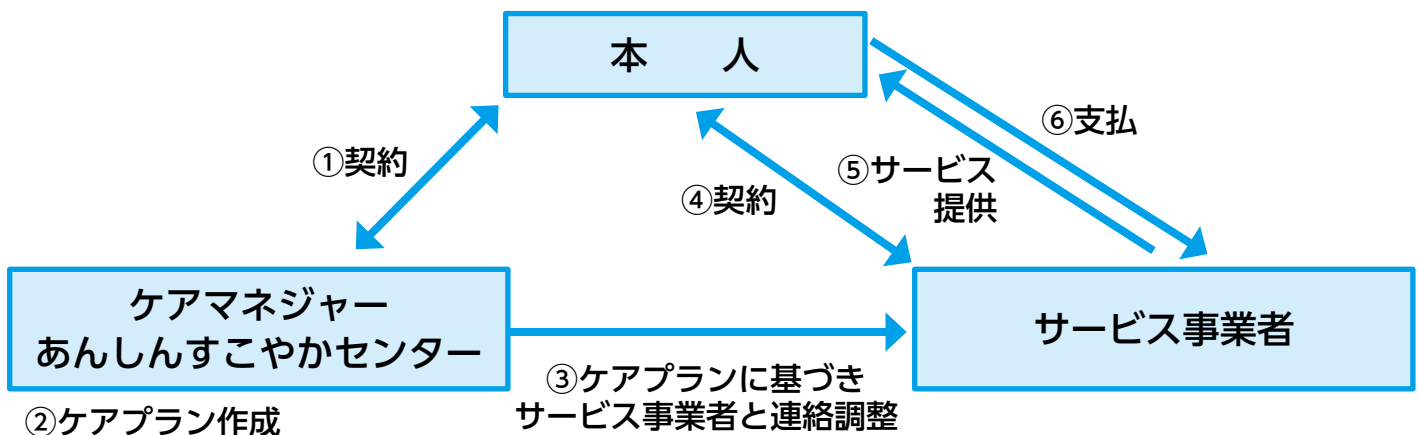
住所地のあんしんすこやかセンターに、必要に応じて介護予防のケアプランの作成を依頼し、相談しながら利用するサービス・内容を決めていきます。ケアプランの作成を依頼した後、「介護保険被保険者証」と「介護保険負担割合証」が交付されます。

※ケアプランの作成には利用者の費用負担はありません。

※ケアプランは利用者ご自身で作成することも可能です。（介護予防のケアプランの一部は除く）自己作成を希望する場合は、住所地の総合支所保健福祉課にお問い合わせください。

◆サービス・内容が決まったら、サービス事業者と利用の契約をします。

◆ケアマネジャー・あんしんすこやかセンターは、ケアプランに基づき提供されるサービスが適切に実施されているかを確認し、修正や変更を行います。



居宅介護支援事業所と介護支援専門員（ケアマネジャー）

居宅介護支援事業所は、介護を必要とする方が、適切な介護サービス等を利用できるように、ケアプラン（居宅サービス計画）の作成を行う介護支援専門員（ケアマネジャー）が所属する事業所です。介護支援専門員（ケアマネジャー）は、保健・医療・福祉・介護などの知識を持ち、ご本人やご家族の意向を聞きながら、ケアプランの作成や見直しを行うとともに、サービス事業所や施設、医療機関との連絡・調整などの業務を行い、給付管理も行います。

●入所施設などを利用するとき

- 施設に入居・入所して利用するサービス（➡95頁）
- 通い・訪問・宿泊を組み合わせて利用するサービス（➡93頁）

入居・入所を希望する施設やサービスの利用を希望する事業所を選び、契約後、施設や事業所のケアマネジャーがケアプランを作成し、ケアプランに基づいて、サービスを利用します。

Q：ケアマネジャーに何を相談したらいいの？

A：ケアプランの作成時や、その後の定期的なモニタリング※の時に、遠慮せずに、ご本人・ご家族の状況や意向などの詳細を伝え、わからないことがあれば何でも質問しましょう。
※ケアプランの実施状況やその効果等を、担当のケアマネジャーが訪問などにより確認すること。

Q：ケアマネジャーとの関係がうまくいかない時は？

A：ケアマネジャーを変更することもできます。

- ①ケアマネジャーが居宅介護支援事業所に変更を申し入れます。
- ②別の居宅介護支援事業所やあんしんすこやかセンターにケアマネジャーの変更の相談をします。

介護サービスの選び方

介護サービスを利用するには、ケアマネジャーやあんしんすこやかセンターの職員がケアプランを作成しますが、利用者本人や家族の皆さんが介護サービス事業所の状況を調べてサービス選択の参考にすることができます。

1. 介護サービス情報公表システム(東京都情報)
<http://www.kaigokensaku.mhlw.go.jp/13/index.php>
事業所の運営方針、サービス内容、設備の状況、利用料、職員数等の情報をインターネットにより確認することができます。
2. とうきょう福祉ナビゲーション <http://www.fukunavi.or.jp>
福祉サービス第三者評価を受審している事業者の第三者評価の結果や事業所の基本情報をインターネットにより確認することができます。

(5) サービスの利用

ケアプランに基づきサービスを利用します。

利用時には、サービス事業者に「介護保険被保険者証」と「介護保険負担割合証」を提示します。ケアプランに基づいてサービスを利用した際、利用者は費用の1割～3割を負担します。負担割合は「介護保険負担割合証」で確認できます。

サービスを利用するときの費用負担については、100頁の「[4](#)サービスを利用するときの費用負担」をご覧ください。

※介護予防・生活支援サービスの費用負担はサービスによって異なります。

認定結果の有効期間と更新手続き

認定の有効期間は新規・区分変更の場合は6～12か月で、認定が更新される場合は6か月～3年間（令和3年度中に6か月～4年間に変更予定）となります。

この有効期間が満了すると、介護保険のサービスは受けられませんのでご注意ください。引き続き介護保険のサービスを利用する見込みである場合は、有効期限満了の日の60日前から満了の日までに、被保険者証を添付して更新の申請をしてください。

心身の状況の変化などで介護や支援を必要とする程度が変わったときは、いつでも区分変更の申請ができます。

【申請・相談窓口】 住所地のあんしんすこやかセンター（⇒17頁）、住所地の総合支所保健福祉課（⇒22頁）

●現在入院中の場合

入院中の場合は、状態が変化しやすいため、正しい調査・認定ができない場合があります。主治医とよく相談して、病状が安定するか、退院の予定が決まった時期に申請してください。

●緊急に介護保険サービスを利用したい時は

住所地のあんしんすこやかセンター、総合支所保健福祉課または居宅介護支援事業所にご相談ください。

要介護・要支援認定の結果が出る前に、介護保険サービスを利用するためには、暫定的な計画をたて、それに基づきサービスを受ける必要があります。要支援1以上の判定結果が出たら、暫定プランを確定させ、介護保険の給付を受けることができます。

なお、要介護、要支援認定の結果が非該当となり、自立と判定された場合は、介護保険からの給付は受けられず全額自己負担となりますので、ご注意ください。

3 介護保険で利用できるサービス

サービスの種類と費用のめやす

要介護・要支援認定、基本チェックリストによる判定の結果、要介護状態区分に応じたサービスを利用することができます。

要介護 要介護 1～5の方が利用できるサービス

要支援 要支援 1・2の方が利用できるサービス

事業対象者 事業対象者の方が利用できるサービス

地域密着型サービス 原則、世田谷区に住所がある方が利用できるサービス

各サービスの費用のめやす・自己負担分

世田谷区内でサービスを利用した際の費用の例です。

掲載している種類・内容・費用は各サービスの一部になります。また、掲載している費用もサービスの提供体制、利用状況等に応じて算定される加算・減算項目があり、その算定によって自己負担分も増減します。なお、居宅サービスおよび地域密着型サービスは、1か月あたりの支給限度基準額（➡100頁）が保険給付の対象となります。

サービスの種類によって、食費や居住（滞在）費、宿泊費等、保険給付の対象とならない費用が別途かかるものがあります。

一定以上の所得のある方は2割または3割負担となりますが、月々の自己負担分が一定の上限額を超えた場合は高額介護サービス費（➡100頁）の支給対象となります。

各サービスの費用めやすには、1割負担の場合の自己負担分も参考に記載しています。

一定以上の所得のある方は、2割または3割負担となるため、自己負担分は約2倍または3倍です。

費用のめやす

自己負担分
(1割負担の場合)

※障害者向けサービスを利用可能な方も、訪問介護などの共通するサービスについては、介護保険のサービスを優先して利用することとなります。

※労災などの介護補償給付費等を受けている方は、介護保険サービスとの調整が必要になりますので、住所地の総合支所保健福祉課にその旨を申し出てください。また、サービスの利用が必要となった理由が第三者行為（交通事故など）による場合も、同様に申し出てください。

訪問を受けて利用するサービス

要介護 訪問介護（ホームヘルプ）

ホームヘルパーが居宅を訪問し、食事・排せつ・入浴などの身体介護や、調理・洗濯などの生活援助を行います。

| サービスの種類 | 利用回数・時間等 | 費用のめやす | 自己負担分 (1割負担の場合) |
|---------|-----------------|--------|--------------------|
| 身体介護中心 | 1回あたり20分未満 | 1,903円 | 191円 |
| | 1回あたり20分以上30分未満 | 2,850円 | 285円 |
| | 1回あたり30分以上1時間未満 | 4,514円 | 452円 |
| 生活援助中心 | 1回あたり20分以上45分未満 | 2,086円 | 209円 |
| | 1回あたり45分以上 | 2,565円 | 257円 |

※早朝・夜間（6～8時、18時～22時）は25%加算、深夜（22時～翌日6時）は50%加算

訪問介護サービスの対象とならないもの（例）

○利用者以外（同居の家族等）のための家事 ○草むしり、花木の水やり
○犬の散歩などのペットの世話 ○大掃除 ○話し相手 ○趣味嗜好にかかる外出介助 など
※詳しくは、サービス事業者、ケアマネジャーにご相談ください。

要支援 事業対象者 介護予防・生活支援サービス（訪問型サービス）

◆介護保険事業者によるサービス

| サービスの種類 | サービス内容 | 費用のめやす | 自己負担分 (1割負担の場合) |
|-------------------------|--|--|--|
| 総合事業訪問介護サービス (従前相当) | ホームヘルパーによる掃除、洗濯、調理、買い物等の生活支援及び、入浴介助などの身体的介助 | 週1回程度利用 13,406円/月 週2回程度利用 26,778円/月 | 週1回程度利用 1,341円/月 週2回程度利用 2,678円/月 |
| 総合事業生活援助サービス (区独自基準) | ホームヘルパー等（一定の研修受講者を含む）による掃除、洗濯、調理、買い物等の60分以内の生活支援 | 2,576円/回 | 258円/回 |

◆住民参加型サービス

| | | |
|----------|--|-----------------------------|
| 支えあいサービス | 住民等が買い物同行、掃除、洗濯・布団干し、調理補助、ごみ出し等の簡易な家事援助を原則30分以内で実施 | 1回 100円 (プラン上、30分超は200円) |
|----------|--|-----------------------------|

◆短期集中型サービス

| | | |
|---------|--|----------------------|
| 専門職訪問指導 | 理学療法士や管理栄養士等が訪問して、生活改善のためのアドバイス等を実施（1回1時間程度） | 1回目 無料 2回目以降 400円 |
|---------|--|----------------------|

要介護

訪問看護

要支援

介護予防訪問看護

看護師などが居宅を訪問し、病状の観察や療養上の世話、診療の補助などを行います。

| サービスの種類 | サービス内容 | 費用のめやす | | 自己負担分 (1割負担の場合) |
|---------------------------|-----------------|--------|--------|--------------------|
| 訪問看護 ステーションから のサービス | 1回あたり30分未満 | 要介護 | 5,358円 | 536円 |
| | 1回あたり30分以上1時間未満 | | 9,359円 | 936円 |
| | 1回あたり30分未満 | 要支援 | 5,130円 | 513円 |
| | 1回あたり30分以上1時間未満 | | 9,028円 | 903円 |
| 病院または診療所 からのサービス | 1回あたり30分未満 | 要介護 | 4,537円 | 454円 |
| | 1回あたり30分以上1時間未満 | | 6,532円 | 654円 |
| | 1回あたり30分未満 | 要支援 | 4,343円 | 435円 |
| | 1回あたり30分以上1時間未満 | | 6,292円 | 630円 |

※早朝・夜間（6～8時、18時～22時）は25%加算、深夜（22時～翌日6時）は50%加算
その他、緊急時の訪問の際に、割増になる場合もあります。

要介護

訪問リハビリテーション

要支援

介護予防訪問リハビリテーション

1回あたり

8 リハビリの専門職（理学療法士・作業療法士等）が居宅を訪問し、リハビリテーションを行います。

| 費用のめやす | 自己負担分 (1割負担の場合) |
|--------|--------------------|
| 3,407円 | 341円 |

要介護

訪問入浴介護

要支援

介護予防訪問入浴介護

1回あたり

介護職員と看護職員が、浴槽を積んだ入浴車で居宅を訪問し、入浴の介助を行います。

| 費用のめやす | | 自己負担分 (1割負担の場合) |
|--------|---------|--------------------|
| 要介護 | 14,364円 | 1,437円 |
| 要支援 | 9,712円 | 972円 |

要介護

居宅療養管理指導

要支援

介護予防居宅療養管理指導

医師、歯科医師、薬剤師、管理栄養士などが居宅を訪問し、療養上の管理や指導、助言等を行います。

| サービスの種類 | サービス内容 | 費用のめやす | 自己負担分 (1割負担の場合) |
|---------|--------------|--------|--------------------|
| 医師 | 1回あたり（月2回限度） | 5,140円 | 514円 |
| 歯科医師 | 1回あたり（月2回限度） | 5,160円 | 516円 |
| 薬局の薬剤師 | 1回あたり（月4回限度） | 5,170円 | 517円 |
| 管理栄養士 | 1回あたり（月2回限度） | 5,440円 | 544円 |
| 歯科衛生士 | 1回あたり（月4回限度） | 3,610円 | 361円 |

※同時に診療や投薬、検査、処置などを受けた場合、別途、医療保険の負担が必要です。

要介護

定期巡回・随時対応型訪問介護看護

地域密着型
サービス

日中・夜間を通じて1日複数回の定期訪問と随時の対応で、介護・看護を一体的に提供します。

| 要介護状態 区分 | 訪問看護を行わない場合 (1か月あたり) ※ | | 訪問看護を行う場合 (1か月あたり) | |
|-------------|---------------------------|--------------------|-----------------------|--------------------|
| | 費用のめやす | 自己負担分 (1割負担の場合) | 費用のめやす | 自己負担分 (1割負担の場合) |
| 要介護1 | 64,945円 | 6,495円 | 94,756円 | 9,476円 |
| 要介護2 | 115,915円 | 11,592円 | 148,029円 | 14,803円 |
| 要介護3 | 192,466円 | 19,247円 | 225,959円 | 22,596円 |
| 要介護4 | 243,469円 | 24,347円 | 278,547円 | 27,855円 |
| 要介護5 | 294,450円 | 29,445円 | 337,451円 | 33,746円 |

※訪問看護事業所と連携してサービスを提供する定期巡回・随時対応型訪問介護看護事業所において、訪問看護サービスを行う場合、訪問看護費用の自己負担（1割負担の場合、要介護1～4は3,368円/月、要介護5は4,280円/月）が別途かかります。

要介護

夜間対応型訪問介護

地域密着型
サービス

夜間の定期巡回や、通報を受けての訪問により、排せつなどの介護その他の日常生活上の世話をを行います。

| | 費用のめやす | 自己負担分 (1割負担の場合) |
|--------------|---------|--------------------|
| 基本料 1か月あたり | 11,685円 | 1,169円 |
| 定期巡回サービス(1回) | 4,400円 | 440円 |
| 随時訪問サービス(1回) | 6,703円 | 671円 |

※22時～翌日6時を含めた時間を、各事業所が対応する時間としてサービスを提供しています。

通所して利用するサービス

要介護

通所介護(デイサービス)

通常規模/7～8時間未満利用(1日あたり)

通所介護施設で、日常生活上の世話や機能訓練などを日帰りで行います。

※費用は施設の規模によって異なります。

| 要介護 状態区分 | 費用のめやす | 自己負担分 (1割負担の場合) |
|-------------|---------|--------------------|
| 要介護1 | 7,139円 | 714円 |
| 要介護2 | 8,425円 | 843円 |
| 要介護3 | 9,766円 | 977円 |
| 要介護4 | 11,096円 | 1,110円 |
| 要介護5 | 12,447円 | 1,245円 |

要介護

地域密着型通所介護(デイサービス)

地域密着型
サービス

7～8時間未満利用（1日あたり）

定員が18人以下の小規模な通所介護施設で、日常生活上の世話や機能訓練などを日帰りで行います。

療養通所介護を行う事業所は、難病等による重度の要介護者等で常時看護師による見守りを必要とする方が対象です。

| 要介護状態区分 | 費用のめやす | 自己負担分 (1割負担の場合) |
|---------|---------|--------------------|
| 要介護1 | 8,175円 | 818円 |
| 要介護2 | 9,668円 | 967円 |
| 要介護3 | 11,205円 | 1,121円 |
| 要介護4 | 12,731円 | 1,274円 |
| 要介護5 | 14,257円 | 1,426円 |

(1か月あたり)

| | | |
|--------|----------|---------|
| 療養通所介護 | 138,331円 | 13,834円 |
|--------|----------|---------|

要支援

事業対象者

介護予防・生活支援サービス(通所型サービス)

◆介護保険事業者によるサービス

| サービスの種類 | サービス内容 | 費用のめやす | 自己負担分 (1割負担の場合) |
|-----------------------|------------------------------|--|--|
| 総合事業通所介護サービス(従前相当) | 日常生活上の支援や機能訓練を行う3時間以上のデイサービス | 週1回程度利用 18,224円/月 週2回程度利用 37,365円/月 | 週1回程度利用 1,823円/月 週2回程度利用 3,737円/月 |
| 総合事業運動器能向上サービス(区独自基準) | 運動器機能訓練を主とした3時間未満のデイサービス | 3,607円/回 | 361円/回 |

◆住民主体型サービス

| | | |
|----------|--|-----------|
| 地域デイサービス | 住民やNPO法人が運営する定期的な「通いの場」で食事や介護予防を目的とした活動を行う | 食事代等の実費負担 |
|----------|--|-----------|

◆短期集中型サービス

| | | |
|-------------|---|------------|
| 介護予防筋力アップ教室 | 民間事業者が運営する短期集中型の教室に通い、筋力向上およびセルフケア等のプログラムを受ける | 1教室 2,400円 |
|-------------|---|------------|

要介護

通所リハビリテーション(デイケア)

要支援

介護予防通所リハビリテーション

医療機関や介護老人保健施設等で、リハビリテーションを日帰りで行います。
※費用は施設の規模によって異なります。

通常規模／3～4時間未満利用（1日あたり）

| 要介護状態区分 | 費用のめやす | 自己負担分 (1割負担の場合) |
|---------|--------|--------------------|
| 要介護1 | 5,361円 | 537円 |
| 要介護2 | 6,227円 | 623円 |
| 要介護3 | 7,081円 | 709円 |
| 要介護4 | 8,191円 | 820円 |
| 要介護5 | 9,279円 | 928円 |

(1か月あたり)

| | | |
|------|---------|--------|
| 要支援1 | 22,788円 | 2,279円 |
| 要支援2 | 44,388円 | 4,439円 |

要介護

認知症対応型通所介護(デイサービス)

地域密着型
サービス

要支援

介護予防認知症対応型通所介護

7～8時間未満利用(1日あたり)

通所介護施設で認知症の方を対象に、日常生活上の世話や機能訓練などを日帰りで行います。

| 要介護 状態区分 | 費用のめやす | 自己負担分 (1割負担の場合) |
|-------------|---------|--------------------|
| 要介護1 | 11,011円 | 1,102円 |
| 要介護2 | 12,210円 | 1,221円 |
| 要介護3 | 13,408円 | 1,341円 |
| 要介護4 | 14,607円 | 1,461円 |
| 要介護5 | 15,806円 | 1,581円 |
| 要支援1 | 9,534円 | 954円 |
| 要支援2 | 10,644円 | 1,065円 |

通い・訪問・宿泊を組み合わせて利用するサービス

サービス利用にあたっての計画は、各事業所の介護支援専門員が作成します(居宅介護支援事業所及びあんしんすこやかセンターのケアマネジャーによるケアプラン等の作成の必要はありません)。利用を希望される場合は、事業所に利用の申し込みをしてください。

要介護

小規模多機能型居宅介護

地域密着型
サービス

要支援

介護予防小規模多機能型居宅介護

1か月あたり

「通い」を中心として、利用者の状況に応じ「宿泊」や「訪問」のサービスを1つの事業所で組み合わせて提供します。

| 要介護 状態区分 | 費用のめやす | 自己負担分 (1割負担の場合) |
|-------------|----------|--------------------|
| 要介護1 | 115,695円 | 11,570円 |
| 要介護2 | 170,029円 | 17,003円 |
| 要介護3 | 247,341円 | 24,735円 |
| 要介護4 | 272,982円 | 27,299円 |
| 要介護5 | 300,998円 | 30,100円 |
| 要支援1 | 38,161円 | 3,817円 |
| 要支援2 | 77,122円 | 7,713円 |

要介護

看護小規模多機能型居宅介護

1か月あたり

小規模多機能型居宅介護と訪問看護を組み合わせサービスを提供します。

| 要介護 状態区分 | 費用のめやす | 自己負担分 (1割負担の場合) |
|-------------|----------|--------------------|
| 要介護1 | 138,061円 | 13,807円 |
| 要介護2 | 193,173円 | 19,318円 |
| 要介護3 | 271,550円 | 27,155円 |
| 要介護4 | 307,991円 | 30,800円 |
| 要介護5 | 348,384円 | 34,839円 |

8

介護保険制度のしくみとサービス

短期間入所するサービス

要介護 短期入所生活介護(ショートステイ)

要支援 介護予防短期入所生活介護

介護老人福祉施設(特別養護老人ホーム)などに短期入所し、日常生活上の世話や機能訓練などを行います。

併設型・多床室の利用(1日あたり)

| 要介護状態区分 | 費用のめやす | 自己負担分 (1割負担の場合) |
|---------|--------|--------------------|
| 要介護1 | 6,615円 | 662円 |
| 要介護2 | 7,381円 | 739円 |
| 要介護3 | 8,180円 | 818円 |
| 要介護4 | 8,946円 | 895円 |
| 要介護5 | 9,701円 | 971円 |
| 要支援1 | 4,950円 | 495円 |
| 要支援2 | 6,160円 | 616円 |

要介護 短期入所療養介護(ショートステイ)

要支援 介護予防短期入所療養介護

介護老人保健施設や介護療養型医療施設などに短期入所し、看護・医学的な管理のもとで、介護やリハビリテーション、必要な医療を行います。

併設型・多床室の利用(1日あたり)

| 要介護状態区分 | 費用のめやす | 自己負担分 (1割負担の場合) |
|---------|---------|--------------------|
| 要介護1 | 9,014円 | 902円 |
| 要介護2 | 9,548円 | 955円 |
| 要介護3 | 10,235円 | 1,024円 |
| 要介護4 | 10,801円 | 1,081円 |
| 要介護5 | 11,390円 | 1,139円 |
| 要支援1 | 6,649円 | 665円 |
| 要支援2 | 8,371円 | 838円 |

8

介護保険制度のしくみとサービス

施設に入居・入所して利用するサービス

サービス利用にあたっての計画は、各施設・事業所のケアマネジャー等が作成します（居宅介護支援事業所及びあんしんすこやかセンターのケアマネジャーなどによるケアプラン等の作成の必要はありません）。利用を希望される場合は、直接施設・事業所に利用の申し込みをしてください。ただし、主に世田谷区内にある介護老人福祉施設（特別養護老人ホーム）及び地域密着型介護老人福祉施設入所者生活介護（地域密着型特別養護老人ホーム）については、申し込み方法が異なります（➡96頁）。

要介護 特定施設入居者生活介護

有料老人ホームなどに入居している方に、日常生活上の世話や介護を提供します。

※施設利用の契約や利用形態により、自己負担する費用は異なります。

※外部サービス利用型の施設を除き、同時に他の介護保険サービス（居宅療養管理指導を除く）を利用することはできません。

要支援 介護予防特定施設入居者生活介護

1日あたり

| 要介護 状態区分 | 費用のめやす | 自己負担分 (1割負担の場合) |
|-------------|--------|--------------------|
| 要介護1 | 5,864円 | 587円 |
| 要介護2 | 6,583円 | 659円 |
| 要介護3 | 7,346円 | 735円 |
| 要介護4 | 8,044円 | 805円 |
| 要介護5 | 8,796円 | 880円 |
| 要支援1 | 1,983円 | 199円 |
| 要支援2 | 3,389円 | 339円 |

要介護 地域密着型特定施設入居者生活介護

地域密着型
サービス

現在、世田谷区には地域密着型特定施設入居者生活介護(定員29人以下の小規模な有料老人ホームなど)はありません。

要介護 認知症対応型共同生活介護(グループホーム)

地域密着型
サービス

要支援 介護予防認知症対応型共同生活介護

※要支援1の方は利用できません。

1日あたり

共同生活をする住居に入居する認知症の方に、日常生活上の世話や機能訓練を行います。

※施設利用の契約や利用形態により、自己負担する費用は異なります。

※同時に利用できる他の介護保険サービスは、居宅療養管理指導のみです。

| 要介護 状態区分 | 費用のめやす | 自己負担分 (1割負担の場合) |
|-------------|--------|--------------------|
| 要介護1 | 8,196円 | 820円 |
| 要介護2 | 8,578円 | 858円 |
| 要介護3 | 8,839円 | 884円 |
| 要介護4 | 9,014円 | 902円 |
| 要介護5 | 9,199円 | 920円 |
| 要支援2 | 8,153円 | 816円 |

要介護

介護老人福祉施設（特別養護老人ホーム）

※原則、要介護3～5の方が対象です。

常時介護が必要で居宅での生活が困難な方が入所する施設で、食事や排せつなど日常生活上の世話や、療養上の世話を行います。

| 要介護 状態区分 | 多床室の利用 1日あたり | | ユニット型個室の利用 1日あたり | |
|-------------|--------------|--------------------|------------------|--------------------|
| | 費用のめやす | 自己負担分 (1割負担の場合) | 費用のめやす | 自己負担分 (1割負担の場合) |
| 要介護3 | 7,760円 | 776円 | 8,643円 | 865円 |
| 要介護4 | 8,502円 | 851円 | 9,395円 | 940円 |
| 要介護5 | 9,232円 | 924円 | 10,126円 | 1,013円 |

要介護

**地域密着型介護老人福祉施設入所者生活介護
(地域密着型特別養護老人ホーム)**

**地域密着型
サービス**

※原則、要介護3～5の方が対象です。

ユニット型個室の利用（1日あたり）

常時介護が必要で居宅での生活が困難な方が入所する定員29人以下の施設で、食事や排せつなど日常生活上の世話や、療養上の世話を行います。

| 要介護 状態区分 | 費用のめやす | 自己負担分 (1割負担の場合) |
|-------------|---------|--------------------|
| 要介護3 | 8,752円 | 876円 |
| 要介護4 | 9,526円 | 953円 |
| 要介護5 | 10,267円 | 1,027円 |

8

介護保険制度のしくみとサービス

特別養護老人ホーム・地域密着型特別養護老人ホームへの入所申し込みについて

【申し込み方法】

- ① 世田谷区内及び、世田谷区外の9施設（➡111頁）については、住所地の総合支所保健福祉課（➡22頁）へご相談のうえ、申し込みをしてください。
- ② ①以外の施設については、入所を希望される施設に直接申し込みをしてください。

要介護

介護老人保健施設(老人保健施設)

多床室の利用（1日あたり）

病状が安定し、病院から退院した方などが在宅生活に復帰できるよう、医学的な管理のもとに、リハビリテーションを中心とした医療ケアを行います。

| 要介護 状態区分 | 費用のめやす | 自己負担分 (1割負担の場合) |
|-------------|---------|--------------------|
| 要介護1 | 8,589円 | 859円 |
| 要介護2 | 9,112円 | 912円 |
| 要介護3 | 9,788円 | 979円 |
| 要介護4 | 10,344円 | 1,035円 |
| 要介護5 | 10,932円 | 1,094円 |

要介護**介護療養型医療施設(療養病床等)**

比較的病状が安定し、長期間の療養が必要な方が入所する医療施設で、医療や看護または介護を行います。

※令和5年度末までの経過措置サービスです。

多床室、療養病床を有する病院の利用(1日あたり)

| 要介護状態区分 | 費用のめやす | 自己負担分 (1割負担の場合) |
|---------|---------|--------------------|
| 要介護1 | 7,477円 | 748円 |
| 要介護2 | 8,512円 | 852円 |
| 要介護3 | 10,703円 | 1,071円 |
| 要介護4 | 11,663円 | 1,167円 |
| 要介護5 | 12,491円 | 1,250円 |

要介護**介護医療院**

日常的に医学管理が必要な方に、長期療養のための医療や看護、日常生活上の世話を行います。

多床室を利用した場合(1日あたり)

| 要介護状態区分 | 費用のめやす | 自己負担分 (1割負担の場合) |
|---------|---------|--------------------|
| 要介護1 | 8,992円 | 900円 |
| 要介護2 | 10,180円 | 1,018円 |
| 要介護3 | 12,763円 | 1,277円 |
| 要介護4 | 13,853円 | 1,386円 |
| 要介護5 | 14,845円 | 1,485円 |

在宅生活に必要な福祉用具の貸与・購入費の支給、住宅改修費の支給

相談窓口

- ①住所地の総合支所保健福祉課（➡22頁）
- ②住所地のあんしんすこやかセンター（➡17頁）

●福祉用具貸与

福祉用具貸与の対象となるもの

○手すり（工事不要なもの） ○スロープ（工事不要なもの） ○歩行器 ○歩行補助つえ
○車いすとその付属品 ○特殊寝台とその付属品 ○床ずれ防止用具 ○体位変換器
○認知症老人徘徊感知機器 ○移動用リフト（つり具を除く） ○自動排泄物処理装置（要介護4以上）
※下線の貸与品目については、要介護1、要支援の方は一定の条件に当てはまる場合のみ対象となります。

◎福祉用具貸与の価格の1割～3割を自己負担とします。（用具の種類、貸与事業者により費用が異なります。）

8

福祉用具貸与について

利用者が適切な商品を選択するために、福祉用具専門相談員が機能や価格帯の異なる複数の商品を利用者に提示することが制度化されています。また、貸与する商品の特徴、貸与価格及び全国平均貸与価格についても、説明を受けることができます。

●福祉用具購入費の支給

福祉用具を指定事業者より購入したとき、要介護認定を受けた被保険者にその費用の9割～7割を支給します。

福祉用具購入費支給の対象となるもの

○腰掛便座（ポータブルトイレ等） ○自動排泄物処理装置の交換可能部品 ○入浴補助用具
○簡易浴槽 ○移動用リフトのつり具の部分

◎福祉用具購入費の支給限度基準額は年間10万円。

※要介護状態区分にかかわらず、4月から翌年3月までで10万円が限度です。

※同じ種目の購入は用途・機能が異なる、破損等、必要と認められる理由がある場合のみできます。

福祉用具購入から支給申請まで

- ①費用の全額を指定販売業者に支払います。（貸付制度もあります。➡101頁参照）
- ②申請書に被保険者本人あての領収書・カタログなどを添えて、住所地の総合支所保健福祉課へ申請します。
- ③支給限度基準額の費用の9割～7割分が申請者へ支給されます。

福祉用具を有効に活用するためには(有効活用ポイント)

福祉用具貸与及び販売事業者には、福祉用具の利用に係るサービス計画書を作成することが義務付けられています。下記のような内容を確認して、福祉用具を有効に活用してください。

- ◆福祉用具の利用目的は何ですか。実際に役立つ用具を選びましたか。
- ◆利用者の身体状況や意欲、介護者の介護方法に適合した用具を選びましたか。
- ◆住宅環境整備や住宅改修の視野に入れた検討をしましたか。

※書類審査とあわせて訪問調査を実施する場合があります。

●住宅改修費の支給

介護認定を受けている被保険者が転倒予防、生活環境整備などのために必要な小規模住宅改修（新築・増築を除く）を行った場合、かかった費用の一部が支給されます。工事着工前に、担当のケアマネジャー等に相談し、区へ事前申請してください。

住宅改修支給の対象となる改修

- 手すりの取付け ○段差の解消
- 滑りの防止、移動の円滑化などのための床または通路面の材料の変更
- 引き戸などへの扉の取替え ○洋式便器などへの便器の取替え
- その他これらの工事に付帯して必要な工事

※屋外の通路（敷地内）などの改修工事も給付の対象となります。

◎住宅改修費の支給限度基準額は20万円。自己負担は1割～3割。

※転居した場合や初めての改修工事から要介護等状態区分が3段階以上高くなった場合は再度支給を受けられます。（要介護等状態区分が3段階以上高くなった場合の再度支給は1回限りです。）

※20万円を超える工事費用は全額自己負担となります。

※20万円に達するまで、少額の工事を複数回行うこともできます。

住宅改修から支給申請まで

- ①担当ケアマネジャー等に相談し、住宅改修理由書の作成を依頼します。
- ②改修事業者へ工事予定の図面と見積書の作成を依頼します。
- ③事前申請書に住宅改修理由書、工事予定図面、工事前の写真、見積書、承諾書などを添えて、住所地の総合支所保健福祉課へ申請します。
- ④介護保険課にて書類の審査を行い、工事着工の事前申請確認通知書を発送します。書類到着後、工事を実施し、改修事業者へ費用の全額を支払います。改修事業者へ給付費の受領を委任する場合は、対象費用の1割～3割を支払います。
- ⑤工事完了報告書兼支給申請書に領収書及び改修前後の写真を添えて、住所地の総合支所保健福祉課へ申請します。
- ⑥対象費用の9割～7割分が申請者か受領委任先の改修事業者へ支給されます。

※書類審査とあわせて訪問調査を実施する場合があります。

4 サービスを利用するときの費用負担

利用者負担と支給限度額

● 居宅サービスおよび地域密着型サービスを利用した場合

利用者の負担額は、かかった費用の1割～3割です。

1か月あたりの利用上限（支給限度基準額）を超えた費用は全額自己負担になります。

◆ 区分支給限度基準額（1か月あたり）

| 要介護状態区分 | 支給限度基準額（利用金額の目安） |
|------------|--------------------|
| 要介護1 | 16,765単位（191,121円） |
| 要介護2 | 19,705単位（224,637円） |
| 要介護3 | 27,048単位（308,347円） |
| 要介護4 | 30,938単位（352,693円） |
| 要介護5 | 36,217単位（412,873円） |
| 要支援1・事業対象者 | 5,032単位（57,364円） |
| 要支援2 | 10,531単位（120,053円） |

※1単位当たりの金額は、サービスを提供する事業所が所在する地域やサービスの種類によって異なります。（世田谷区内でサービスを利用した場合、1単位あたり10～11.40円）

※特定施設入居者生活介護（短期利用は除く）、認知症対応型共同生活介護（短期利用は除く）、地域密着型特定施設入居者生活介護、地域密着型介護老人福祉施設入所者生活介護、居宅療養管理指導、福祉用具購入費、住宅改修費等は、支給限度基準額の算定に用いません。

● 施設サービスを利用した場合

利用者は①施設サービス費の自己負担分（1割～3割）、②居住費、③食費、④日常生活費の合計額を負担します。

※おむつ代は、施設サービス費に含まれています。

利用者負担軽減

● 高額介護サービス費等の支給

居宅サービスや施設サービスの1か月あたりの利用者負担額（保険給付対象額）の合計額（同じ世帯に複数の利用者がある場合は世帯の合計額）が次項の利用者負担上限額を超えた場合、超えた額を高額介護サービス費等として支給し利用者の負担を軽減します。

1か月の利用者の
負担額合計

—

利用者負担
上限額

=

高額介護
サービス費等支給額

■自己負担上限額（1か月あたり）

| 高額介護サービス費等の対象となる方 | | 利用者負担上限額 |
|--|--|--------------|
| 現役並み所得者 | 課税所得690万円以上(年収約1,160万円以上) | 140,100円(世帯) |
| | 課税所得380万円～690万円未満 (年収約770万円～約1,160万円未満) | 93,000円(世帯) |
| | 課税所得145万円～380万円未満 (年収約383万円～約770万円未満) | 44,400円(世帯) |
| 住民税課税者がいる世帯(現役並み所得者がいる世帯を除く) | | 44,400円(世帯) |
| 世帯全員が住民税非課税 | | 24,600円(世帯) |
| ①年金収入額と合計所得金額※1(年金に係る雑所得金額を除く) の合計が80万円以下の方 ②老齢福祉年金受給者 | | 15,000円(個人) |
| 生活保護を受給している方 | | 15,000円(個人) |

※1 合計所得金額の詳細は、78頁の「合計所得金額とは」を参照。

高額介護サービス費等の対象とならないもの

- 福祉用具購入費および住宅改修費の1割～3割負担分
- 施設サービス費等の食費・居住(滞在)費や日常生活費、介護保険の給付象外の利用者負担分
- 支給限度基準額を超える利用者負担

●申請方法

該当すると見込まれる方には、サービス利用のおおむね3か月後にお知らせと申請書をお送りしますので、介護保険課へ申請してください。なお、一度申請していただくと、その後の申請は不要です。(振込先の口座を変更するときは、再度申請が必要です。)

※支給までの貸付制度(下記参照)もあります。

【問 合 せ】 介護保険課 保険給付係 (➡75頁)

現金給付(償還払い)される介護保険サービスの資金貸与(区の制度)

介護保険で現金給付されるサービスについて、一時的に本人が立て替えるための経費の一部を貸し付けます。

【貸付の対象】・・・高額介護サービス費等、福祉用具購入費、住宅改修費

【貸付限度額】・・・高額介護サービス費等・・・利用者負担額を超えた額の一部
福祉用具購入費、住宅改修費・・・現金給付される額の一部

【問 合 せ】・・・介護保険サービスについて

介護保険課保険給付係 ☎ 5432-2646 FAX 5432-3042

資金の貸付について

国保・年金課管理係 ☎ 5432-2328 FAX 5432-3038

【申 込 み】・・・住所地の総合支所保健福祉課(➡22頁)

●高額医療合算介護（介護予防）サービス費の支給

介護保険と医療保険の両方を利用し、合算した年間（8月～翌年7月分）の自己負担額が医療保険における世帯単位で限度額を超えた場合、超えた額を申請により支給します。

（支給申請先は各医療保険者となります。）

◆高額医療合算介護（介護予防）サービス費の算定基準額（限度額）

【70歳未満の方】

【70歳以上の方】

| 区 分 | | 負担限度額 (年間) | 区 分 | | 負担限度額 (年間) |
|------------------|----------------|---------------|--------------------|--|---------------|
| 基準 総所得額 ※1 | 901万円超 | 212万円 | 課税所得690万円以上現役並所得者Ⅲ | | 212万円 |
| | 600万円超～901万円以下 | 141万円 | 課税所得380万円以上現役並所得者Ⅱ | | 141万円 |
| | 210万円超～600万円以下 | 67万円 | 課税所得145万円以上現役並所得者Ⅰ | | 67万円 |
| | 210万円以下 | 60万円 | 一般（住民税課税世帯） | | 56万円 |
| 住民税非課税世帯 | | 34万円 | 低所得者Ⅱ（住民税非課税世帯） | | 31万円 |
| | | | 低所得者Ⅰ（住民税非課税世帯）※2 | | 19万円 |

※1 基準総所得額＝前年度の総所得金額等－基礎控除33万円。

※2 低所得Ⅰとは、世帯全員が住民税非課税でかつ年金収入が80万円以下で、その他の所得がない方又は老齢福祉年金受給者です。なお、給付を受けるには市区町村への申請が必要です。

8

●特定入所者介護（介護予防）サービス費の支給（食費・居住（滞在費）の軽減）

介護保険施設の入所・ショートステイ利用の際に、低所得者の方の負担が過重とならないよう、一定の要件を満たす方は、申請により交付される「介護保険負担限度額認定証」を施設に提示することにより、食費・居住（滞在）費の自己負担が軽減されます。なお、軽減される金額は、本人の年金収入額等に応じて異なります。

令和3年8月より対象となる要件等が103頁の表のように変更されます。なお、非該当の方（利用者負担段階第4段階）は、国が定めた基準費用額を参考に施設との契約により決まります。

◆対象サービス

- 介護老人福祉施設 ○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 ○短期入所療養介護 ○介護予防短期入所生活介護
- 介護予防短期入所療養介護 ○地域密着型介護老人福祉施設入所者生活介護

◆対象者

以下の条件を全て満たす方が対象となります。

- ①住民税非課税世帯（世帯全員が住民税非課税）であること
- ②配偶者がいる場合は、別世帯であっても配偶者の住民税が非課税であること
- ③預貯金・有価証券等の金額が一定額以下であること

※預貯金・有価証券等の要件については、その方の所得に応じて異なった金額が設定されます。

詳しくは103頁の表（資産に関する要件）をご覧ください。

◆利用者負担段階区分ごとの対象者と費用負担額一覧表

| 区分 | 対象者 | | 1日あたりの居住費（滞在費） | | | | 1日あたりの食費 ()はショートステイの場合 |
|-----------|--|---------------------------------|----------------|-----------------|------------------|--------------|----------------------------|
| | 所得に関する要件 | 資産に関する要件 | 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 | 住民税世帯非課税の老齢福祉年金受給者又は生活保護受給者 | なし | 820円 | 490円 | 490円 320円 | 0円 | 300円 (300円) |
| 第2段階 | 住民税世帯非課税で合計所得金額 (年金に係る雑所得金額を除く) 及び年金収入額の合計 | 650万円以下 (夫婦の場合 1,650万円以下) | 820円 | 490円 | 490円 420円 | 370円 | 390円 (600円) |
| | | 年間80万円以下 | | | | | |
| 第3段階 ① | 年間80万円超 120万円以下 | 550万円以下 (夫婦の場合 1,550万円以下) | 1,310円 | 1,310円 | 1,310円 820円 | 370円 | 650円 (1,000円) |
| 第3段階 ② | 年間120万円超 | 500万円以下 (夫婦の場合 1,500万円以下) | 1,310円 | 1,310円 | 1,310円 820円 | 370円 | 1,360円 (1,300円) |
| 第4段階 | 非該当の方 (基準費用額) | | 2,006円 | 1,668円 | 1,668円 1,171円 | 377円 855円 | 1,445円 (1,445円) |

※第2号被保険者の方の資産に関する要件は、1,000万円以下(夫婦の場合は2,000万円以下)です。

※合計所得金額の詳細は、78頁の「合計所得金額とは」を参照。

※従来型個室および多床室の各利用者負担段階別の金額(2段書き)について

上段…介護老人保健施設、介護療養型医療施設、介護医療院、短期入所療養介護、介護予防短期入所療養介護の各サービスを利用した場合の負担額

下段…介護老人福祉施設、短期入所生活介護、介護予防短期入所生活介護、地域密着型介護老人福祉施設入所者生活介護の各サービスを利用した場合の負担額

【問合せ】 介護保険課 保険給付係(⇒75頁)

●生計困難者等に対する利用者負担額軽減事業(さくら証)

所得が低く、下記の要件を満たす対象者の方に対して、介護サービス等利用時のご本人負担分の一部を軽減します。軽減を受けるには、区に申請して「生計困難者等に対する利用者負担額軽減確認証(さくら証)」の交付を受け、サービス利用時に事業者へさくら証を提示する必要があります。

◆対象者

住民税が非課税世帯で、次の要件をすべて満たす方

- ①世帯の収入が150万円以下(単身世帯。1人増すごとに50万円追加)
- ②世帯の預貯金等の額が350万円以下(単身世帯。1人増すごとに100万円追加)
- ③日常生活に供する資産以外に活用できる資産がない
- ④負担能力のある親族等に扶養されていない
- ⑤介護保険料を滞納していない

◆軽減内容

あらかじめ区へ軽減実施の申し出を行った事業者のサービスのみ対象です。サービスの種類や事業者により軽減率が異なりますので、サービスを利用する前に事業者にご確認ください。介護サービス費を60%または50%軽減、事業者によっては加えて食費・居住（滞在）費を25%軽減します。

なお、生活保護受給者は、短期入所生活介護（介護予防含む）、地域密着型介護老人福祉施設入所者生活介護、介護福祉施設サービスの個室の居住（滞在）費が対象です。

◆対象サービス（介護予防含む）

- 訪問介護 ○通所介護 ○短期入所生活介護 ○訪問入浴介護 ○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
- 定期巡回・随時対応型訪問介護看護 ○夜間対応型訪問介護 ○地域密着型通所介護
- 認知症対応型通所介護 ○小規模多機能型居宅介護
- 地域密着型介護老人福祉施設入所者生活介護 ○看護小規模多機能型居宅介護
- 介護福祉施設サービス（特別養護老人ホーム） ○総合事業訪問介護サービス
- 総合事業生活援助サービス ○支えあいサービス ○総合事業通所介護サービス
- 総合事業運動器機能向上サービス ○介護予防筋力アップ教室

【問合せ・申込み】 住所地の総合支所保健福祉課(➡22頁)

5 高齢福祉・介護サービスの苦情・相談

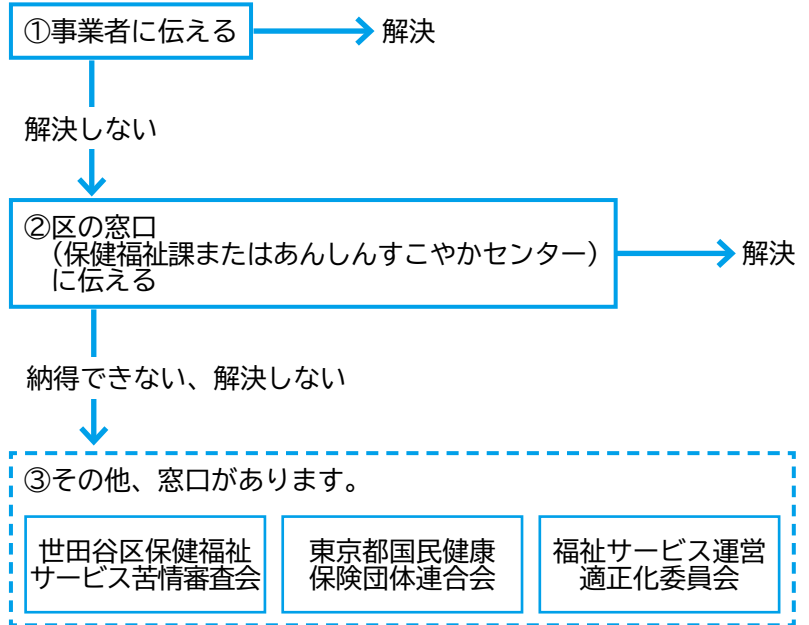
高齢福祉・介護サービスの苦情・相談

①まず、サービスを提供している事業者にお伝えください。

- ・担当者や苦情受付担当者に言う。
- ・利用者懇談会、投書箱、手紙などで伝える。
- ・苦情解決のための「第三者委員」に相談する。

※事業者には、①苦情受付担当者、②苦情解決責任者、③第三者委員を置いて、苦情解決にあたることが求められ、これらは利用契約書（重要事項説明書）に記載されることになっています。

高齢者福祉・介護サービスの苦情・相談の流れ



②それでも解決できない、事業者に直接言いにくい、区が提供しているサービスの場合は、お住まいの住所地を担当している総合支所の保健福祉課地域支援担当またはあんしんすこやかセンターまでご相談ください。

③上記に相談したけど…納得できない、解決しない場合は、次の窓口があります。

世田谷区保健福祉サービス苦情審査会

苦情審査会は、外部委員（弁護士、医師、大学教授、社会福祉士等）で構成されており、第三者の立場から中立公正な審査を行い、区長に意見を述べます。区長は苦情審査会の意見を尊重し、サービス等の改善に努めます。

苦情の申立ては、本人や家族、民生委員などができます。専門の調査員（事務局職員）が苦情内容を伺い、申立て手続きをお手伝いします。なお、内容によっては申立てに応じられない場合がありますので、まずはご相談ください。

【問合せ】 保健福祉サービス苦情審査会事務局
(保健福祉政策部 保健福祉政策課指導・サービス向上担当)
☎ 5432-2605 FAX 5432-3017

【受付時間】 午前8時30分～午後5時（土・日・祝日、12月29日～1月3日を除く）

東京都国民健康保険団体連合会

～介護サービスで不満や苦情があるとき～

介護保険サービス及び、区市町村が実施する「介護予防・日常生活支援総合事業」のサービスに関する苦情について、区市町村において対応困難な場合や、利用者の方が希望する場合は、必要に応じて公正・中立な立場で指定居宅サービス事業者等に対し、調査を行い、事業者が提供しているサービスに改善の必要があると思われるときは、苦情処理委員会の意見を聞いたうえで、指導・助言を行っています。

【問合せ】 ☎ 6238-0177 (苦情相談窓口専用)

〒102-0072 千代田区飯田橋3-5-1 東京都区政会館10階

【受付時間】 午前9時～午後5時 (土・日・祝日、12月29日～1月3日を除く)

福祉サービス運営適正化委員会

～地元では相談したくない、対応してもらったがまだ不満、という場合～

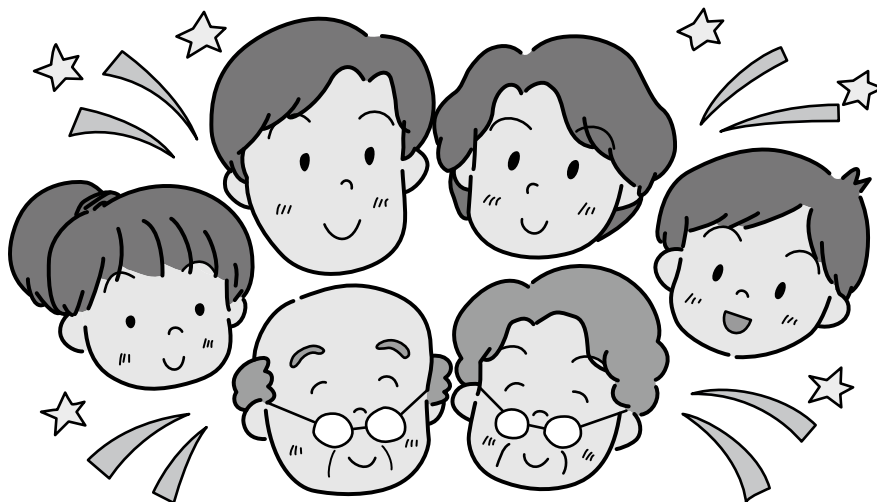
(福) 東京都社会福祉協議会に設置されている第三者機関で社会福祉や法律、医療などの専門知識を備えた委員が公正・中立な立場から、解決のための相談、助言、調査、あっせんを行っています。

※介護保険制度の対象となる介護保険サービスの苦情は、介護保険制度(区市町村、東京都国民健康保険団体連合会)で対応することが基本となりますが、運営適正化委員会に申し出ることもできます。ただし、苦情対応の対象となる福祉サービスは、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、指定介護老人福祉施設のサービスに限られます。

【問合せ】 ☎ 5283-7020 FAX 5283-6997

〒101-0062 千代田区神田駿河台1-8-11 東京YWCA会館3階

【受付時間】 午前9時～午後5時 (土・日・祝日、12月29日～1月3日を除く)



9. 後期高齢者医療制度等

75歳以上の方（一定の障害がある方は65歳以上）を対象とする医療制度です（生活保護受給者を除く）。保険料の決定、療養費の給付など、制度の運営は東京都後期高齢者医療広域連合が行い、世田谷区はみなさんの窓口になります。

【対象者】 75歳以上の方が対象です。75歳になる方は誕生日から自動的に対象になり、加入手続きは不要です。ただし、一定の障害のある方は65歳から、ご希望により加入することができます。被保険者証は75歳の誕生日前月に簡易書留で郵送します。

【利用方法】 医療機関で診療を受ける際は後期高齢者医療被保険者証を提示してください。

【一部負担金】 住民税の課税標準額に応じて次の額を負担します。

①現役並み所得者

住民税の課税標準額が145万円以上の被保険者やその方と同じ世帯にいる被保険者

→医療費の3割負担

②一般

同じ世帯にいる被保険者全員の住民税の課税標準額が145万円未満の被保険者

→医療費の1割負担

【収入による再判定】 住民税の課税標準額により3割負担に該当した方の中で、収入合計額が次の基準に該当する場合は、申請を行い認定されることで自己負担額が変わります。（原則として申請月の翌月から）

○75歳以上の世帯員の収入合計が520万円未満（75歳以上の方が一人のみの場合は383万円未満）の場合は1割負担になります。

○75歳以上の方の収入が383万円以上の場合で、同じ世帯の70～74歳の方との収入合計が520万円未満の場合も1割負担になります。

【高額療養費の支給】 健康保険の適用される治療については、1か月の一部負担金は限度額までです。限度額を超えた場合は払い戻します。

対象となる方には、初めて該当したときのみ、診療の月の3～4か月後に申請書をお送りします。

2回目からの該当分については、申請書を省略して払い戻します。

医療費の自己負担限度額（月額）

| | 医療費の自己負担限度額（月額） | |
|---------------------------|---|------------------------|
| | 外来の限度額 （個人ごとに計算） | 外来+入院 （世帯ごとに計算） |
| 現役並み所得所Ⅲ （課税所得690万以上） | 252,600円+(10割分の医療費-842,000円)×1% 〈140,100円※2〉 | |
| 現役並み所得者Ⅱ （課税所得380万以上） | 167,400円+(10割分の医療費-558,000円)×1% 〈93,000円※2〉 | |
| 現役並み所得者Ⅰ （課税所得145万円以上） | 80,100円+(10割分の医療費-267,000円)×1% 〈44,400円※2〉 | |
| 一般 | 18,000円 （144,000円※1） | 57,600円 〈44,400円※2〉 |
| 低所得Ⅱ | 8,000円 | 24,600円 |
| 低所得Ⅰ | | 15,000円 |

※1 1年間(毎年8月1日～翌年7月31日)の外来の自己負担額の合計額に、年間144,000円の上限額があります。

※2 過去12か月に4回以上高額療養費に該当した場合の4回目以降から適用になる限度額(多数回該当)。ただし「一般」の方については、「外来(個人ごと)の限度額」による支給は多数回該当の回数に含みません。

【入院時の食事代負担額】 1食あたり

| | | |
|--------------|------------------------|------|
| 現役並み所得者および一般 | | 460円 |
| 低所得Ⅱ | 入院90日 | 210円 |
| | 入院91日以上（長期入院該当を申請した場合） | 160円 |
| 低所得Ⅰ | | 100円 |

低所得の方が医療費の自己負担限度額または、入院時の食事代負担額の適用を受ける場合は、事前に「限度額適用・標準負担額減額認定証」の提示が必要となります。必要な方は申請をお願いします（原則として申請した月から有効）。

※療養病床に入院する場合の食費・居住費は下記の表になります。

【療養病床入院時の食事代・居住費・負担額】

| 所得区分 | 1食あたりの食費 | | 1日あたりの居住費 |
|---------------------|-----------------------|-------------------------------------|-----------|
| | 入院医療の必要性が低い方 | 入院医療の必要性が高い方 | |
| 現役並み所得者 および一般 | 460円 (医療機関により420円) | 460円 (医療機関により420円) | 370円 |
| 低所得Ⅱ | 210円 | 210円 (入院91日以上で長期 入院該当申請時160円) | |
| 低所得Ⅰ | 130円 | 100円 | |
| 低所得Ⅰ (老齢福祉年金受給者) | 100円 | 100円 | 0円 |

【特定疾病療養受療証】 後期高齢者医療被保険者証をお持ちの方で、人工透析を実施している慢性腎不全、血友病、血液凝固剤の投与に起因するHIV感染症の方は、一部負担金が1か月10,000円に減額されます。該当となる方は申請をお願いします（原則として申請した月から有効）。

【問合せ・申込み】 国保・年金課 後期高齢者医療
☎ 5432-2390 FAX 5432-3020

後期高齢者医療制度・療養費の支給

後期高齢者医療被保険者証をお持ちの方が次の医療費を支払った場合、その一部または全部の払い戻しが受けられる場合があります。なお、支給金額が減額されたり、支給されない場合があります。

○一般診療

やむを得ない理由で後期高齢者医療被保険者証を持たずに診療を受けたとき

○治療用装具（補装具）

医師が治療上必要と認めたコルセット等の補装具代を払ったとき

○柔道整復（接骨等）

柔道整復師に骨折・脱臼などで治療を受けたとき（医療機関と同じ一部負担金で施術を受けた場合を除きます。）

○はり、きゅう、あん摩・マッサージ・指圧

医師が治療上必要と認めたはり、きゅう、あん摩・マッサージ・指圧の施術費用を払ったとき

○移送費

移動困難な重病人が医師の指示で治療上の必要から緊急的にやむを得ず転院したときなど（患者、家族、病院の事情や希望によるものは支給されません。）

【問合せ・申込み】 詳しい支給要件および手続きはお問合せください。

国保・年金課 後期高齢者医療

☎ 5432-2390 FAX 5432-3020

後期高齢者医療制度・保険料

後期高齢者医療の加入者は、個人ごとに保険料を負担します。保険料は、加入者が同じ額を負担する均等割額と、所得に応じて負担する所得割額の合計です。

○保険料の金額（令和3年度）

1年間の保険料額＝均等割額44,100円＋（所得金額－住民税の基礎控除額430,000円（合計所得金額が2,400万円以下の場合））×8.72%

上記の計算式による金額が1年間の個人ごとの保険料になります。

1年間の保険料額の上限は、おひとり64万円です。

①均等割額の軽減（令和3年度）

| 総所得金額等の合計が下記に該当する世帯 | 軽減割合 |
|---|------|
| 43万円＋（公的年金または給与所得者の合計数－1）×10万円以下 | 7割 |
| 43万円＋（公的年金または給与所得者の合計数－1）×10万円＋28.5万円×（被保険者数）以下 | 5割 |
| 43万円＋（公的年金または給与所得者の合計数－1）×10万円＋52万円×（被保険者数）以下 | 2割 |

※65歳以上（令和3年1月1日時点）の方の公的年金所得については、その所得からさらに15万円（高齢者所得控除）を差し引いた金額で判定します。

※世帯主が被保険者でない場合でも、世帯主の所得は軽減を判定する対象となります。

※軽減判定は、当該年度の4月1日（年度途中で東京都で資格取得した方は資格取得時）における世帯状況により行います。

②被扶養者だった方の軽減

後期高齢者医療制度の対象となった日の前日まで会社の健康保険など（国保・国保組合は除く）の被扶養者だった方の保険料を軽減しています。

| | 加入から2年を経過する月まで | 加入から2年経過後 |
|------|----------------|-----------|
| 均等割額 | 5割軽減 | 軽減なし |
| 所得割額 | 負担なし | |

なお、低所得による均等割額の軽減（上記①）に該当する場合は、軽減割合の高い方が優先されます。

③所得割額の軽減

| 所得金額－43万円の額 | 軽減割合 |
|-------------|------------|
| 15万円以下 | 所得割額を50%減額 |
| 20万円以下 | 所得減額を25%減額 |

○保険料は、原則として、年6回、公的年金から天引きされます（特別徴収）。

○ただし、次の方は天引きしません。

- ・年金額が年額18万円未満の方
- ・介護保険料と後期高齢者医療保険料を合わせた額が、対象となる年金（介護保険料が天引されている年金）の1回あたりの支給額の2分の1を超えてしまう方（ほかにも天引きできない場合があります）

天引きできない方は、納付書や口座振替で納めていただきます（普通徴収）。

○7月下旬に、保険料の決定通知をお送りします。

○年金天引きを取りやめたい方は、特例として口座振替に変更できますので、お申し出ください。

○保険料を滞納すると延滞金が加算されたり、短期被保険者証（有効期限の短い保険証）に切り替わる場合があります。

【問合せ・申込み】 国保・年金課 後期高齢者医療 ☎ 5432-2390 FAX 5432-3020

高額介護合算療養費

9 同一世帯の被保険者において、医療保険と、介護保険の両方の自己負担が発生している場合、年間（前年8月～7月末）の自己負担額を合計して、限度額を超えたときに、その超えた部分の金額をお返しします。限度額は、所得区分によって異なります。後期高齢者医療制度または世田谷区の国民健康保険に加入の該当者にはお知らせします。

【問合せ・申込み】

後期高齢者医療制度に加入の方

国保・年金課 後期高齢者医療 ☎ 5432-2390 FAX 5432-3020

国民健康保険に加入の方

国保・年金課 保険給付係 ☎ 5432-2349 FAX 5432-3038

高齢受給者証による医療

【対象者】 70歳の誕生日の翌月（1日が誕生日の方はその月）から75歳の誕生日の前日までの方。ただし、後期高齢者医療制度加入者を除く。

【利用方法】 医療機関で診察を受ける際は健康保険証と高齢受給者証をともに提示してください。なお、健康保険の種類によっては1枚のカードになっている場合もあります。加入している健康保険によって一部負担金の負担割合の判定や手続きが異なります。

【問合せ】 手続きおよび給付内容はお問い合わせください。

○世田谷区の国民健康保険に加入している方

証の発行について 国保・年金課 資格賦課 ☎ 5432-2331 FAX 5432-3038

給付内容について 国保・年金課 保険給付係 ☎ 5432-2349 FAX 5432-3038

○世田谷区の国民健康保険以外の公的医療保険に加入している方

加入している健康保険証の発行元へ

10. 施設一覧

区内介護保険施設等

●介護老人福祉施設（特別養護老人ホーム） ※短期入所生活介護（ショートステイ）有

| 施設名 | 郵便番号 | 住 所 | 電 話 | ファックス |
|---------------|-----------|------------|-----------|-----------|
| ときわぎ世田谷 ※ | 〒154-0002 | 下馬2-3-10 | 6413-8571 | 6413-8572 |
| 下馬の家 | 〒154-0002 | 下馬2-25-8 | 6805-5620 | 6805-5805 |
| フレンズホーム ※ | 〒154-0002 | 下馬2-21-11 | 3422-7211 | 3422-7227 |
| さくらほうむ ※ | 〒154-0016 | 弦巻3-3-17 | 6809-7603 | 6809-7604 |
| きたざわ苑 ※ | 〒155-0031 | 北沢5-24-18 | 5453-5620 | 5453-5621 |
| 世田谷希望丘ホーム ※ | 〒156-0055 | 船橋6-25-25 | 5316-5388 | 5316-5387 |
| 有隣ホーム | 〒156-0055 | 船橋2-15-38 | 3484-0600 | 3484-5503 |
| 第2有隣ホーム ※ | 〒156-0055 | 船橋2-15-38 | 3482-3911 | 3483-3938 |
| 上北沢ホーム ※ | 〒156-0057 | 上北沢1-28-17 | 3306-5155 | 3306-1222 |
| 寿満ホームかみきたざわ | 〒156-0057 | 上北沢1-32-11 | 6824-9080 | 3302-5520 |
| 久我山園 ※ | 〒157-0061 | 北烏山2-14-14 | 3309-3211 | 3326-6054 |
| フォーライフ桃郷 ※ | 〒157-0061 | 北烏山7-8-11 | 3300-1600 | 3300-1607 |
| 芦花ホーム ※ | 〒157-0063 | 粕谷2-23-1 | 5317-1094 | 5317-1093 |
| せたがや給田乃杜 ※ | 〒157-0064 | 給田5-3-5 | 5384-7277 | 5384-2011 |
| 千歳敬心苑 ※ | 〒157-0064 | 給田5-9-5 | 3307-1165 | 3307-1140 |
| 東京敬寿園 ※ | 〒157-0065 | 上祖師谷7-1-1 | 5313-0008 | 3308-0303 |
| エリザベト成城 ※ | 〒157-0066 | 成城8-27-24 | 3789-8100 | 3789-8144 |
| 成城アルテンハイム ※ | 〒157-0066 | 成城6-13-17 | 3483-8001 | 3483-8002 |
| ハートハウス成城 | 〒157-0066 | 成城3-2-9 | 3416-5820 | 3416-5821 |
| 喜多見ホーム ※ | 〒157-0067 | 喜多見7-20-26 | 5727-1161 | 5727-1164 |
| 博水の郷 ※ | 〒157-0077 | 鎌田3-16-6 | 5491-0340 | 5491-0343 |
| 砧ホーム ※ | 〒157-8575 | 砧3-9-11 | 5429-6239 | 3416-3494 |
| 深沢共愛ホームズ ※ | 〒158-0081 | 深沢1-32-21 | 5760-6331 | 5760-6821 |
| 等々力共愛ホームズ ※ | 〒158-0082 | 等々力1-24-11 | 5706-6588 | 5706-6597 |
| 等々力の家 ※ | 〒158-0082 | 等々力8-26-16 | 5752-0030 | 5752-0029 |
| ラベニ子玉川 ※ | 〒158-0095 | 瀬田4-5-5 | 6805-6678 | 6805-6621 |
| ラ・ストーリーア馬事公苑※ | 〒158-0098 | 上用賀4-15-12 | 6804-4835 | 6804-4836 |

●区に申し込む区外の介護老人福祉施設（特別養護老人ホーム）

| 施設名 | 郵便番号 | 住 所 | 電 話 | ファックス |
|------------|-----------|-------------------|--------------|--------------|
| 日の出紫苑 | 〒190-0181 | 西多摩郡日の出町大久野231-1 | 042-597-1941 | 042-597-1949 |
| 藤香苑 | 〒190-0181 | 西多摩郡日の出町大久野3588-1 | 042-597-7222 | 042-597-7225 |
| 栄光の杜 | 〒190-0182 | 西多摩郡日の出町平井3052 | 042-597-1536 | 042-597-1920 |
| ファミリーマイホーム | 〒192-0012 | 八王子市左入町373-1 | 042-692-1121 | 042-692-1152 |
| 愛全園 | 〒196-0014 | 昭島市田中町2-25-3 | 042-541-3100 | 042-546-8284 |
| 第2サンシャインビル | 〒197-0011 | 福生市福生3244-10 | 042-553-3701 | 042-553-3715 |
| ヨコタホーム | 〒197-0011 | 福生市福生2300-4 | 042-553-6633 | 042-553-6686 |
| 大洋園 | 〒198-0023 | 青梅市今井5-2440-141 | 0428-31-3666 | 0428-31-3642 |
| 神明園 | 〒205-0023 | 羽村市神明台4-2-2 | 042-579-2712 | 042-579-6868 |

●短期入所生活介護（ショートステイ）単独型施設

| 施設名 | 郵便番号 | 住 所 | 電 話 | ファックス |
|----------------|-----------|----------|-----------|-----------|
| ケアプラスホテル 瀬田ステイ | 〒158-0095 | 瀬田1-25-4 | 5491-7017 | 5491-7018 |

●介護療養型医療施設（介護療養病床）

短期入所療養介護（医療ショートステイ）

| 施設名 | 郵便番号 | 住 所 | 電 話 | ファックス |
|--------|-----------|------------|-----------|-----------|
| 青葉病院 | 〒154-0004 | 太子堂2-15-2 | 3419-7111 | 3419-7114 |
| 三軒茶屋病院 | 〒154-0024 | 三軒茶屋1-21-5 | 3410-7321 | 3410-7325 |

●介護老人保健施設

短期入所療養介護（医療ショートステイ）

| 施設名 | 郵便番号 | 住 所 | 電 話 | ファックス |
|------------|-----------|--------------------------|-----------|-----------|
| ビバ・フローラ | 〒154-0017 | 世田谷1-16-2 | 3420-7115 | 3420-3690 |
| ホスピア三軒茶屋 | 〒154-0024 | 三軒茶屋1-16-13 | 5430-5963 | 3419-7162 |
| 梅ヶ丘 | 〒156-0043 | 松原6-37-1（東京リハビリセンター世田谷内） | 6379-0427 | 6379-0428 |
| ろうけんくがやま | 〒157-0061 | 北烏山2-14-20 | 3309-8546 | 3309-8547 |
| ホスピア喜多見 | 〒157-0067 | 喜多見3-4-30 | 5494-5963 | 5494-5967 |
| うなね杏霞苑 | 〒157-0068 | 宇奈根3-12-29 | 5494-5566 | 5494-5567 |
| ホスピア玉川 | 〒157-0068 | 宇奈根2-2-5 | 5494-5963 | 5494-5967 |
| サンセール世田谷大蔵 | 〒157-0074 | 大蔵1-3-22 | 5727-9535 | 5727-9530 |
| ふかさわ | 〒158-0081 | 深沢1-9-3 | 3701-1164 | 3701-1181 |
| 玉川すばる | 〒158-0095 | 瀬田4-1-14 | 5797-5525 | 5797-5530 |

●認知症対応型共同生活介護（認知症高齢者グループホーム）

| 施設名 | 郵便番号 | 住 所 | 電 話 | ファックス |
|--------------------|-----------|-------------|-----------|-----------|
| 優っくりグループホーム 池尻 | 〒154-0001 | 池尻2-3-45 | 5779-9133 | 5432-9021 |
| 優っくりグループホーム 下馬 | 〒154-0002 | 下馬2-25-8 | 6805-5627 | 6805-5727 |
| グループホーム きらら世田谷野沢 | 〒154-0003 | 野沢2-6-8 | 5787-0067 | 3487-0125 |
| クローバーハウス駒沢 | 〒154-0012 | 駒沢2-3-5 | 3410-1868 | 3410-1865 |
| 愛の家グループホーム 桜新町 | 〒154-0016 | 弦巻4-23-17 | 5426-2630 | 5426-2640 |
| グループホーム チューレンポート | 〒154-0017 | 世田谷1-4-3 | 5451-3282 | 5451-3282 |
| クローバーハウス若林 | 〒154-0023 | 若林2-22-14 | 6453-2239 | 6453-2238 |
| グループホーム ウェルファー | 〒155-0033 | 代田4-4-6 | 5355-3700 | 5355-3771 |
| PAO 経堂 | 〒156-0052 | 経堂5-37-3 | 5799-3070 | 5799-3071 |
| グループホーム さくらの家 | 〒156-0054 | 桜丘4-7-17 | 5477-2171 | 5477-2179 |
| グループホーム つどい島田家 | 〒156-0056 | 八幡山3-24-7 | 5374-1330 | 5374-1332 |
| 木下の介護 グループホーム烏山 | 〒157-0061 | 北烏山9-9-7 | 5384-7037 | 3307-5871 |
| 木下の介護 グループホーム千歳烏山 | 〒157-0061 | 北烏山3-16-10 | 5315-7518 | 5313-0621 |
| 烏山グループホーム くつろぎ | 〒157-0062 | 南烏山4-28-3 | 5384-2571 | 5384-2597 |
| せらび芦花公園 | 〒157-0063 | 粕谷2-7-16 | 6304-6541 | 6304-6622 |
| グループホーム かたらい | 〒157-0065 | 上祖師谷6-7-23 | 3308-0155 | 5314-2570 |
| グループホーム 成城さくらそう | 〒157-0065 | 上祖師谷4-20-10 | 5315-5270 | 3326-5271 |
| 喜多見グループホーム かつらの木 | 〒157-0067 | 喜多見7-20-11 | 5429-6191 | 5429-6192 |
| 優っくりグループホーム 喜多見 | 〒157-0067 | 喜多見3-10-15 | 5727-0641 | 5727-0645 |
| グループホーム いきいきの家二子玉川 | 〒157-0068 | 宇奈根1-25-11 | 5494-8831 | 5494-8832 |
| グループホーム たのしい家宇奈根 | 〒157-0068 | 宇奈根1-34-12 | 5727-9521 | 3415-1921 |
| グループホーム ひかり世田谷宇奈根 | 〒157-0068 | 宇奈根1-18-6 | 5716-3660 | 5716-3661 |

| | | | | |
|---------------------------|-----------|---------------------------------|-----------|-----------|
| ハイムガーデン世田谷 | 〒157-0068 | 宇奈根2-26-7 | 6411-1290 | 6411-1291 |
| 花物語せたがや南 | 〒157-0068 | 宇奈根1-3-6 | 5727-9487 | 5727-9512 |
| ツクイ世田谷宇奈根 グループホーム | 〒157-0068 | 宇奈根2-15-18 | 5727-2255 | 5727-2266 |
| グループホーム あかり | 〒157-0071 | 千歳台3-26-15 | 6411-2301 | 5429-1212 |
| グループホーム ちとせ | 〒157-0071 | 千歳台4-2-1 | 5490-7080 | 5490-7081 |
| グループホーム 千歳台さくらそう | 〒157-0071 | 千歳台5-20-4 | 3483-3730 | 3483-3731 |
| グループホーム ももちゃん | 〒157-0071 | 千歳台5-22-1 千歳台はなクリニック3階 | 5490-7063 | 5490-7064 |
| グループホームちいさな手 ふれあいの街世田谷 | 〒157-0072 | 祖師谷4-30-18 | 5490-6565 | 5490-6565 |
| 花物語せたがや西 | 〒157-0072 | 祖師谷6-5-31 | 5490-7287 | 5490-7288 |
| マザアスホーム だんらん世田谷 | 〒157-0073 | 砧1-34-5 | 6411-0361 | 6411-0362 |
| グループホーム 砧茶の花 | 〒157-0073 | 砧7-3-10 | 5727-0730 | 3417-0733 |
| グループホーム 花みず木 | 〒157-0076 | 岡本3-19-9 | 5429-6245 | 3416-6503 |
| 優っくりグループホーム 鎌田 | 〒157-0077 | 鎌田3-31-19 | 5491-5897 | 5491-5898 |
| グループホーム ノテ深沢 | 〒158-0081 | 深沢7-17-20 | 6432-3890 | 6432-3896 |
| 花物語とどろき | 〒158-0082 | 等々力5-28-2 | 5758-1317 | 5758-1318 |
| グループホーム 奥沢・共愛 | 〒158-0083 | 奥沢7-50-13 | 5706-7811 | 5706-7813 |
| グループホーム きらら奥沢 | 〒158-0083 | 奥沢3-2-17 | 5754-5262 | 3728-1501 |
| 中町グループホーム ふるさと | 〒158-0091 | 中町3-29-2 | 5758-2003 | 5706-7026 |
| グループホーム たのしい家上野毛 | 〒158-0093 | 上野毛1-21-14 | 5752-1631 | 3701-6821 |
| グループホーム やまぼうし | 〒158-0094 | 玉川4-13-7-101 シティコート二子玉川7号棟1階 | 5716-6950 | 5716-6952 |
| ニチイケアセンター用賀 | 〒158-0097 | 用賀3-9-12 | 5491-5172 | 5491-5173 |
| グループホーム ソラスト上用賀 | 〒158-0098 | 上用賀3-13-12 | 5491-7071 | 5491-2011 |

●小規模多機能型居宅介護

| 施設名 | 郵便番号 | 住所 | 電話 | ファックス |
|-------------------------------------|-----------|-------------------------|-----------|-----------|
| 優っくり小規模多機能介護 池尻 | 〒154-0001 | 池尻2-3-45 | 5779-9134 | 5432-9022 |
| 優っくり小規模多機能介護 下馬 | 〒154-0002 | 下馬2-25-8 | 6805-5623 | 6805-5753 |
| 小規模多機能ホーム 三宿 | 〒154-0005 | 三宿1-8-19 亀井ビル3階 | 5787-8753 | 3795-1133 |
| 小規模多機能型居宅介護 ノテ梅丘 | 〒154-0022 | 梅丘1-2-18 | 6413-9385 | 6413-9386 |
| 世田谷希望丘コラボケアセンター | 〒156-0055 | 船橋6-25-25 | 5316-5385 | 5316-5387 |
| 小規模多機能 つどい八幡山 | 〒156-0056 | 八幡山3-24-7 | 5374-1333 | 5374-1332 |
| パナソニックエイジフリーケアセンター 世田谷南烏山・小規模多機能 | 〒157-0062 | 南烏山2-19-1 | 5969-1522 | 3326-8031 |
| 小規模多機能ホーム みんなんち | 〒157-0071 | 千歳台4-2-1 | 5490-7601 | 5490-7602 |
| 小規模多機能型居宅介護 ノテ深沢 | 〒158-0081 | 深沢7-17-20 | 6432-3891 | 6432-3895 |
| 小規模多機能 深沢の杜 | 〒158-0081 | 深沢1-32-21 | 5760-6721 | 5760-6751 |
| 愛・小規模多機能 等々力 | 〒158-0082 | 等々力2-8-5 フェリーチェ等々力1階 | 5758-7430 | 5758-7417 |
| 優っくり小規模多機能介護 奥沢 | 〒158-0083 | 奥沢2-23-1 | 5726-9560 | 5726-9561 |
| 小規模多機能 きらら奥沢 | 〒158-0083 | 奥沢3-2-17 | 5754-5261 | 3728-1501 |

●看護小規模多機能型居宅介護

| 施設名 | 郵便番号 | 住所 | 電話 | ファックス |
|--------------------------------|-----------|------------------------|-----------|-----------|
| 優っくり看護小規模多機能介護 三軒茶屋 | 〒154-0024 | 三軒茶屋2-32-14 | 6453-2451 | 6453-2452 |
| 優っくり看護小規模多機能介護 喜多見 | 〒157-0067 | 喜多見3-10-15 | 5727-0642 | 5727-0645 |
| 看多機かえりえ用賀 | 〒158-0097 | 用賀3-6-3 | 5491-6321 | 5491-6323 |
| 医療法人社団プラタナス ナースケア・リビング世田谷中町 | 〒158-0091 | 中町5-9-9 コミュニティプラザ4階 | 6411-6422 | 6411-6433 |

区内高齢者施設等

●養護老人ホーム

| 施設名 | 郵便番号 | 住 所 | 電 話 | ファックス |
|-------|-----------|---------|-----------|-----------|
| 友愛ホーム | 〒157-8575 | 砧3-9-11 | 3416-3164 | 3416-5782 |

●都市型軽費老人ホーム

| 施設名 | 郵便番号 | 住 所 | 電 話 | ファックス |
|------------|-----------|------------|-----------|-----------|
| ケアハウス赤堤 | 〒156-0044 | 赤堤5-33-7 | 5355-1666 | 5355-1650 |
| 夢のみずうみ村新樹苑 | 〒156-0056 | 八幡山3-18-27 | 6379-9822 | 6379-9829 |
| 緑風 | 〒157-0066 | 成城8-27-24 | 3789-8100 | 3789-8144 |
| ケアハウス宇奈根 | 〒157-0068 | 宇奈根2-23-24 | 6411-8761 | 6411-8771 |
| 愛の家世田谷鎌田 | 〒157-0077 | 鎌田3-24-13 | 5491-6400 | 5491-6401 |
| ケアハウス世田谷船橋 | 〒156-0055 | 船橋5-34-2 | 5316-5507 | 3304-8808 |
| セントラル世田谷桜 | 〒156-0053 | 桜3-29-8 | 6413-1751 | 6413-1753 |
| ケアハウス共愛 | 〒158-0081 | 深沢1-32-21 | 5760-6731 | 5760-6751 |
| トラスト希望丘 | 〒156-0055 | 船橋6-25-25 | 5316-5377 | 5316-5387 |
| ケアハウス世田谷大蔵 | 〒157-0074 | 大蔵5-2-7 | 6411-0781 | 6411-0782 |

●高齢者利用施設

| 施設名 | 郵便番号 | 住 所 | 電 話 | ファックス |
|------------|-----------|----------------|---|-----------|
| せたがや がやがや館 | 〒154-0001 | 池尻2-3-11 3F・4F | 6450-7908 | 3410-6940 |
| ひだまり友遊会館 | 〒154-0023 | 若林4-37-8 | 3419-2341 | 3413-9444 |
| 土と農の交流園 | 〒156-0045 | 桜上水2-11-1 | 電話番号・FAX 5374-1291 | |
| 上馬高齢者集会所 | 〒154-0011 | 上馬4-36-9 | 市民活動・生涯現役推進課 電話 6304-3176 FAX 6304-3597 | |
| 桜高齢者集会所 | 〒156-0053 | 桜1-2-19 | | |
| 北烏山東敬老会館 | 〒157-0061 | 北烏山2-2-6 | | |

●しごと

| 施設名 | 郵便番号 | 住 所 | 電 話 | ファックス |
|---------------------------------|-----------|-------------------------|-----------|-----------|
| 三茶おしごとカフェ (世田谷区三軒茶屋就労支援センター) | 〒154-0004 | 太子堂2-16-7 世田谷産業プラザ2階 | 3411-6604 | 3411-6690 |
| ワークサポートせたがや (世田谷区ふるさとハローワーク) | 〒154-0004 | 太子堂2-16-7 世田谷産業プラザ2階 | 3413-8609 | 3411-6690 |
| 公益社団法人 世田谷区 シルバー人材センター宮坂本部 | 〒156-0051 | 宮坂1-24-6 宮坂区民センター2階 | 3426-9211 | 3426-9506 |
| 公益社団法人 世田谷区 シルバー人材センター烏山支部 | 〒157-0063 | 粕谷1-7-34 | 5316-1371 | 5316-1372 |

●救急医療機関

| 施設名 | 郵便番号 | 住所 | 電話 |
|--------------|-----------|------------|-----------|
| 自衛隊中央病院 | 〒154-8532 | 池尻1-2-24 | 3411-0151 |
| 古畑病院 | 〒154-0001 | 池尻2-33-10 | 3424-0705 |
| 三軒茶屋病院 | 〒154-0024 | 三軒茶屋1-21-5 | 3410-7321 |
| 三軒茶屋第一病院 | 〒154-0024 | 三軒茶屋1-22-8 | 5787-2211 |
| 世田谷中央病院 | 〒154-0017 | 世田谷1-32-18 | 3420-7111 |
| 駒沢病院 | 〒154-0012 | 駒沢2-2-15 | 3424-2515 |
| 奥沢病院 | 〒158-0083 | 奥沢2-11-11 | 5701-7788 |
| 東京明日佳病院 | 〒158-0083 | 奥沢3-33-13 | 3720-2151 |
| 関東中央病院 | 〒158-8531 | 上用賀6-25-1 | 3429-1171 |
| 玉川病院 | 〒158-0095 | 瀬田4-8-1 | 3700-1151 |
| 国立成育医療研究センター | 〒157-8535 | 大蔵2-10-1 | 3416-0181 |
| 都立松沢病院 | 〒156-0057 | 上北沢2-1-1 | 3303-7211 |
| 世田谷北部病院 | 〒157-0062 | 南烏山2-9-17 | 3308-5221 |
| 久我山病院 | 〒157-0061 | 北烏山2-14-20 | 3309-1111 |
| 至誠会第二病院 | 〒157-8550 | 上祖師谷5-19-1 | 3300-0366 |

●保険・年金

| 施設名 | 郵便番号 | 住所 | 電話 | FAX |
|----------|-----------|---|-----------|-----------|
| 世田谷年金事務所 | 〒158-8515 | 玉川2-21-1 二子玉川ライズ・オフィス10階 (令和4年3月移転予定) | 6880-3456 | 6880-3490 |

あ 行

| | |
|--------------------|----|
| あんしんすこやかセンター | 16 |
| あんしんすこやかセンター案内図 | 18 |
| あんしんすこやかセンター一覧 | 17 |
| あんしん事業(地域福祉権利養護事業) | 51 |
| あんしん法律相談 | 53 |
| 一般介護予防事業 | 71 |
| お口の元気アップ教室 | 72 |

か 行

| | |
|------------------|----|
| 介護医療院 | 97 |
| 介護者の会・家族会 | 66 |
| 介護保険制度のしくみ | 74 |
| 介護保険サービスを利用するには | 82 |
| 介護保険で利用できるサービス | 88 |
| 介護保険に加入する方 | 75 |
| 介護に関する入門的研修 | 42 |
| 介護保険被保険者証の交付 | 75 |
| 介護保険負担割合証の交付 | 76 |
| 介護保険料の納め方(65歳以上) | 78 |
| 介護保険料を納めないでいると | 80 |
| 介護マーク | 66 |
| 介護予防居宅療養管理指導 | 90 |
| 介護予防・生活支援サービス | |
| (訪問型サービス) | 89 |
| (通所型サービス) | 92 |
| 介護予防小規模多機能型居宅介護 | 93 |
| 介護予防短期入所生活介護 | 94 |
| 介護予防短期入所療養介護 | 94 |
| 介護予防通所リハビリテーション | 92 |
| 介護予防特定施設入居者生活介護 | 95 |
| 介護予防・日常生活支援総合事業 | 38 |
| 介護予防認知症対応型共同生活介護 | 95 |
| 介護予防認知症対応型通所介護 | 93 |
| 介護予防訪問看護 | 90 |
| 介護予防訪問入浴介護 | 90 |
| 介護予防訪問リハビリテーション | 90 |
| 介護療養型医療施設(療養病床等) | 97 |

介護老人福祉施設

| | |
|------------------|-----|
| (特別養護老人ホーム) | 96 |
| 介護老人保健施設(老人保健施設) | 96 |
| 会食サービス | 57 |
| かかりつけ医を持ちましょう | 36 |
| 家具転倒防止器具取付支援 | 65 |
| 家事支援・生活支援・外出支援 | 62 |
| 家族介護慰労金 | 67 |
| 家族介護教室 | 66 |
| 家族のためのところが楽になる相談 | 66 |
| 紙おむつの支給・おむつ代の助成 | 54 |
| がん検診等 | 29 |
| がん相談コーナー | 26 |
| 看護小規模多機能型居宅介護 | 93 |
| 北烏山東敬老会館 | 48 |
| 基本チェックリスト | 73 |
| 救急医療機関 | 115 |
| 居宅療養管理指導 | 90 |
| 緊急一時宿泊 | 56 |
| 緊急通報システム | |
| (愛のペンダント)の貸与 | 59 |
| 区民歯科相談 | 30 |
| くらしの多彩なニーズに | |
| お応えします | 63 |
| 車椅子の貸し出し | 56 |
| 区役所・総合支所案内図 | 23 |
| 慶祝品 | 41 |
| 健康診査 | 28 |
| 健康手帳 | 31 |
| 高額医療合算介護(介護予防) | |
| サービス費の支給 | 102 |
| 高額介護合算療養費 | 110 |
| 高額介護サービス費等の支給 | 100 |
| 後期高齢者医療制度等 | 107 |
| 後期高齢者医療制度・保険料 | 109 |
| 後期高齢者医療制度・療養費の支給 | 108 |
| 高齢者安心コール | 25 |
| 高齢者安心電話 | 25 |

| | | |
|-------------------|-------------------|-----|
| 地域密着型介護老人福祉施設 | はり・きゅう・マッサージサービス | 36 |
| 入所者生活介護 | 福祉サービス運営適正化委員会 | 106 |
| (地域密着型特別養護老人ホーム) | 福祉電話訪問 | 60 |
| 長寿健診 | 福祉の相談窓口 | 25 |
| 通所介護(デイサービス) | 福祉用具購入費の支給 | 98 |
| 通所リハビリテーション(デイケア) | 福祉用具貸与 | 98 |
| 土と農の交流園 | 不動産担保型生活資金の貸付 | 27 |
| 定期巡回・随時対応型訪問介護看護 | ふれあいサービス協力会員 | 46 |
| 電磁調理器・自動消火装置 | ふれあいサービス事業 | 62 |
| ガス安全システムの給付 | 文化施設・スポーツ施設の利用 | 49 |
| 電話料金の助成 | 訪問介護(ホームヘルプ) | 89 |
| 東京都国民健康保険団体連合会 | 訪問看護 | 90 |
| 糖尿病予防教室 | 訪問口腔ケア事業 | 30 |
| 特定健診 | 訪問入浴介護 | 90 |
| 特定施設入居者生活介護 | 訪問リハビリテーション | 90 |
| 特定疾病 | 訪問理美容サービス | 54 |
| 特定入所者介護(介護予防) | 保健センター | 34 |
| サービス費の支給 | | |
| (食費・居住(滞在)費の軽減) | ま 行 | |
| 特別養護老人ホーム | まるごと介護予防講座 | 71 |
| (介護老人福祉施設) | 民生委員・児童委員への相談 | 26 |
| 都市型軽費老人ホーム | もの忘れチェック相談会 | 5 |
| 都営、区営・区立などの | | |
| 高齢者向け住宅の入居 | や 行 | |
| | 夜間対応型訪問介護 | 91 |
| な 行 | 有料老人ホーム | 70 |
| 入浴券の支給 | 養護老人ホーム | 69 |
| 認知症カフェ | | |
| 認知症講演会 | ら 行 | |
| 認知症初期集中支援チーム事業 | リフト付タクシー | 55 |
| 認知症対応型通所介護 | 65歳以上の方(第1号被保険者)の | |
| (デイサービス) | 介護保険料 | 76 |
| 認知症対応型共同生活介護 | | |
| (グループホーム) | | |
| 認知症本人交流会 | | |
| 「楽しく語ろうつどいの会」 | | |
| | は 行 | |
| | はつらつ介護予防講座 | 71 |
| | ひだまり友遊会館 | 47 |

高齢者安心コール

お困り事はありませんか？

3つのサービスで安心をお届けいたします。

1

電話相談サービス いつでもご利用可能・無料

お困り事の相談を、24時間365日電話でお受けいたします。高齢者の見守りに関するご相談も受け付けます。

対象者／世田谷区内在住の65歳以上の方
またはそのご親族やご近所の方

2

電話訪問による見守りサービス 事前登録制・無料

定期的にお電話をして、お体の具合や日常生活におけるお困りごとなどの相談をお受けいたします。

対象者／世田谷区内在住の65歳以上の方

●ひとりでお住まいの方 ●高齢者だけでお住まいの方

訪問回数／月1回、週1回または週2回

3

ボランティアによる訪問援助サービス 事前登録制・実費相当分負担

登録ボランティアがお宅を訪問し、簡単なお手伝いをいたします。

対象者／世田谷区内在住の65歳以上の方

●ひとりでお住まいの方 ●高齢者だけでお住まいの方 ●日中おひとりである方

1・2は無料、3は実費相当分（例えば電球の交換をした場合の電球の代金など）を負担していただきます。

お気軽にお電話でご相談ください。

高齢者安心コール

☎ **5432-1010**

※聴覚に障がいがある方へFAXによるご相談も承ります。

FAX 5432-1030

せたがやシルバー情報

令和3年8月 発行／世田谷区（広報印刷物登録番号 No. 1965）

〒154-8504 世田谷区世田谷4丁目21番27号

編集／高齢福祉課 ☎（03）5432-2397 FAX（03）5432-3085

印刷／株式会社 アライ印刷

「せたがや高齢・介護応援アプリ」を配信しています

令和5年3月で運用を終了しました。



高齢者や介護者の皆様に区の福祉・介護サービスや介護施設の情報、地域の様々な活動等の高齢者向け情報をお届けし、認知症や健康の簡易チェックが行えるスマートフォン・タブレット用アプリ「せたがや高齢・介護応援アプリ」を配信しています。

アプリケーションのダウンロード方法

無料で
利用できます

お持ちのスマートフォン・タブレット端末より、『App Store』（iphone）または「Googleplay」（Android）からダウンロードしてください。

(iphone)



(Android)



アプリで何ができるの？

- ◎相談窓口の検索
- ◎福祉・介護サービスの検索
- ◎地域情報（イベント、介護予防、ボランティア）の検索
- ◎認知症の気づきチェック
- ◎セルフ健康チェック など

【問合せ】 高齢福祉課 管理係 ☎ 5432-2397

区のおしらせ「せたがや」をスマートフォン等に配信しています

毎月1日・15日（1月15日を除く）・25日に発行の区のおしらせ「せたがや」をスマートフォンやタブレット等でご覧いただけます。

いずれのアプリもダウンロードは無料です。ぜひ、ご利用ください。

【問合せ】 広報広聴課 ☎ 5432-2009

カタログ ポケット



多言語による自動翻訳、音声読上げ機能のほか、本文をタップすると文字を拡大表示する機能があります。



カタログ
ポケット

マチイロ



区のおしらせ「せたがや」の紙面だけではなく、区のホームページの新着情報もご覧いただけます。

(iphone)



(Android)

