



21年度版

福祉サービス一覧表

21. 5. 12 諏訪市福祉のまちづくり市民協議会

老いがすすむと様々な助けが必要になります。自分にあった福祉サービスを見つけてうまく利用すれば自宅で暮らし続けられます。詳しい内容は遠慮なく電話でお問い合わせ下さい。

A 介護保険の認定者が利用できるサービス

- 認定の申し込みや利用の問い合わせは市役所 [52-4141] 介護保険係へ
- サービス費用の1割が利用者負担になります。
- 要介護1~5の認定者の介護サービスを載せましたが、要支援1, 2の認定者にも下記とほぼ同じ内容の介護予防サービスがあります。

家庭への訪問サービス

- A-1 訪問介護（ホームヘルプ）** 割り増しになりますが夜間も利用できます。
ホームヘルパーが家庭を訪問し、日常生活の手助けを行うサービスです。
★**身体介護**：食事、排泄の介護や更衣の介助など、 ★**生活援助**：炊事、洗濯、買物、掃除など、 ★**通院のための乗車又は降車の介護（介護タクシー）**
利用者負担は30~59分が身体介護で約402円、生活援助で約208円です。
- A-2 夜間対応型訪問介護**
夜間にホームヘルパーが自宅を訪問し、排泄、入浴、食事等の世話をを行います。
- A-3 訪問入浴介護**
浴槽を積んだ入浴車が家庭を訪問し、入浴の介助をします。負担は1回約1250円。
- A-4 訪問看護** 看護師や保健師が訪問して、主治医と連絡をとりながら病状を観察したり、床ずれの手当てなどを行います。
- A-5 訪問リハビリテーション**
理学療法士や作業療法士などが訪問し、自立を助ける機能回復訓練を行います。
- A-6 居宅療養管理指導**
医師や歯科医師、薬剤師などが訪問し、療養の管理や指導を行います。

施設への通所(デイサービス)や、短期入所(ショートステイ)

- A-7 通所介護** 宅老所やデイサービスセンター(日帰り介護施設)で、入浴や食事の提供、日常動作訓練、レクリエーションなどのサービスを行ないます。
負担は介護度や施設規模によって異なりますが、日額約700~1400円です
- A-8 認知症対応型通所介護** 認知症の高齢者がデイサービスセンターなどでサービスを受けます
- A-9 通所リハビリテーション** 老健や医療施設に通い、入浴、食事、機能訓練などを受けます
- A-10 小規模多機能型居宅介護** 通いを中心に利用者の選択に応じ訪問や短期入所を組み合わせる
- A-11 短期入所生活介護** 特養や老健に短期間宿泊して、日常生活上の介護を受けます
- A-12 短期入所療養介護** 特養や老健に短期間宿泊して、療養上のケアを含む介護を受けます

その他

- A-13 福祉用具貸与**
特殊ベッドや車いすなど12品目の福祉用具につき、レンタル料が保険給付されます
- A-14 福祉用具購入費の支給**
レンタルに向かない5品目について、年間10万円以内で購入できます。
- A-15 住宅改修費の支給**
自宅での手すりの取り付けや段差の解消などの住宅改修工事の費用の一部を支給。改修費の上限額は20万円(1割負担)。対象となる改修の種類は決まっています。

B 諏訪市独自の 福祉サービス



○困ったことがあったり、介護保険について相談したいときは、市役所

[52-4141] の高齢者福祉係(地域包括支援センター)へお問い合わせください。

B-0 在宅介護支援センター

—介護予防教室の実施も—

在宅で生活する高齢者とその家族などに対し、介護の悩みや方法の相談を 24 時間対応で行っています。各種の福祉サービスの利用相談や申請手続きの代行も行ないます。

★ 在宅介護支援センター「かりんの里」(諏訪中学校区と東部地区など) [57-5533]

★「聖母在宅介護支援センター」(東部地区などを除く上諏訪中学校区) [52-3512]

★ 在宅介護支援センター「湯の里」(諏訪南中学校区) [57-1000]

★ 在宅介護支援センター「西山の里」(諏訪西中学校区) [56-1000]

B-1 緊急通報システムの設置

ひとり暮らし高齢者、高齢者世帯

緊急通報システムを貸し出し、緊急通報があるとセンターから近隣協力員に通報がいく 24 時間体制の通報システムです。防水ペンダント型子機付属、センサーによる安否確認、医師などへの無料相談もできます。貸出料月額 300 円、通話料は自己負担。

B-2 徘徊高齢者位置情報検索システム

加入金や機器購入費への補助、月額利用料 500 円

B-3 ひとり暮らし高齢者安心コール(市社協扱い)

定期的(週 2 回)に電話で安否確認をし、孤独感の解消もはかります。(無料)

B-4 介護用具の貸与(市社協扱い)

電動ベッドだけは要支援 1~要介護 1 で所得制限あり

車椅子、エアーマット、電動ベッドを貸与します。ただしベッドは移送料 12000 円。

車いすは移送消毒料 2000 円負担ですが幅広く利用できます。エアーマットは無料

B-5 日常生活用具の給付(個人負担あり)

ひとり暮らし、寝たきり高齢者のいる世帯

火の心配ある高齢者に火災警報機、自動消火器、電磁調理器を給付します。

B-6 住宅改修に対するアドバイス

高齢者が暮らしやすくするための居宅改良に、専門の住宅改良アドバイザーを派遣し、相談やアドバイスを無料で行います。

B-11 ぬくもり配食サービス

住民税所得割非課税世帯などの所得制限あり

食事づくりが困難な高齢者や障害者の世帯に、昼食・夕食のどちらかを 1 食、栄養バランスのとれた食事を毎日でも業者が自宅に配達し、あわせて安否確認を行います。補助があり 1 食の利用者負担は 300 円。業者は指定 3 業者より選択します。

B-12 高齢者タクシー利用料金の助成

所得制限などあり

75 歳以上のバス利用が極めて困難な方の通院のみが対象で、1 回 880 円を補助。

1 年間に 24 回まで。一時的に困難な場合は 65 歳以上。

B-13 福祉電話の貸与

所得制限あり

ひとり暮らし高齢者に、電話機を無料で架設貸与します。通話料は自己負担

B-14 住宅改良に対する補助

所得制限あり、介護保険の非該当者

虚弱な高齢者の自立支援や、介護予防、居住環境の改善等のため、手すりの取付、段差の解消等の工事費用に対し 10 万円(1 割自己負担)までの補助があります。

B-21 生活管理指導員派遣事業

地域包括支援センターの選定した特定高齢者

介護保険認定外の高齢者の家庭を訪問し、ホームヘルパーが調理、洗濯、買物などの家事援助を行います。1 時間 300~600 円の費用負担。

B-22 閉じこもり予防事業

地域包括支援センターの選定した特定高齢者

家に閉じこもりがちなひとり暮らし高齢者に、介護予防のため週 1 回程度、送迎、入浴、食事、介護予防支援などのサービスを老人福祉センターなどで行います。

B-31 寝たきり高齢者理美容サービス

寝たきり高齢者台帳登録者、要介護 4・5

訪問理美容サービスの自宅への出張手数料を助成。1 回 1500 円で年 5 回まで。

B-32 寝たきり高齢者等の住宅改良に対する補助

介護保険の認定者

居室や浴室等を改造について工事費用の一部を介護保険の給付とあわせ最高 70 万円まで補助します(1 割自己負担)。電動リフトや温水ルームヒーターなどが対象です。

上記の他に介護者支援などの福祉サービスがあります。市役所[52-4141]高齢者福祉係へ



C 社協(諏訪市社会福祉協議会)で利用できるサービス

申し込みや問い合わせは総合福祉センター(いきいき元気館)の社協事務局 [52-2508]

C-1 安心くらしのオレンジサービス ——在宅有償福祉サービス——

高齢者や障害者に対する助け合い活動として、家事援助(1時間 800円)、介護支援(1時間 1000円)+(交通費[5km] 100円)の調整をしています。買物や掃除、外出時の介助などの相談にのります。

C-2 まごころ弁当事業

毎週水曜日に、安否確認等を目的に昼食用の弁当をお届けします。ひとり暮らしや、家族と同居していても日中一人になる65歳以上の高齢者を対象に、1食 350円でボランティアが配送しています。諏訪給食センターで調理。

C-3 社協の「安心くらし総合相談」

▽ 心配ごと相談 第1、第3の金曜日、午後1~4時、元気館にて、民生児童委員が担当

▽ 法律相談 第2、第4の水曜日、午後1時~3時、元気館にて、事前予約が必要です
弁護士や司法書士が担当しています。

▽ 金銭管理・財産保全の相談 平日の午前9時~午後5時、元気館にて、社協職員が担当

C-4 社協の「日常生活自立支援事業(金銭管理・財産保全サービス)」

軽い認知症高齢者や知的障害者でも安心して自立した生活が送れるように、生活に関わる相談、日常的な金銭管理、書類等の預かりサービスを実施しています。

C-5 ひとり暮らし高齢者の連絡相談員の委嘱 安否確認と孤立化の防止のため1人ずつ委嘱

C-6 暮らしの資金や生活福祉資金について貸付を含めて生活(生活費など)の相談

自立に向けて貸付を含めた生活の相談を行っています。

※ 貸付には様々な種類があり所得制限や年齢制限などの条件もあります。

C-7 ボランティアの支援を望まれる方への相談や紹介 (例 傾聴ボランティア)

ボランティア・市民活動センター [54-7715]にて、ボランティアの調整を実施。

D シルバー人材センターに依頼できる作業

諏訪市シルバー人材センター [57-1388]

電話で依頼すれば、家の内外の仕事を引き受けてくれます。重労働や危険な仕事は頼めませんので詳細は電話で問い合わせてください。1時間単位の料金で、取り扱う仕事によって約900円から1500円位の単価です。

- * 自動車の運転
- * 障子やふすまの貼り替え、修繕などの簡単な大工仕事、水道蛇口などの補修
- * 植木の剪定や刈り込み、草取り、草刈り(片つけ・車・燃料は別途料金)
- * 墓地清掃・花壇の水やりなどの屋外諸作業、ペンキ塗装など

E 地区の民生委員の活動と、地域の支え合い活動

地区の民生児童委員には困っている問題や悩みについて親身になって相談にのってもらえますので気軽にご相談下さい。必要な支援について関係機関と連絡をとりながら、適切な窓口の紹介や福祉サービスを受けられるよう支援してくれます。

高齢者は公的な福祉サービスでは手が届きにくい、地震などの災害時の避難や安否確認、見守りや蛍光灯の取替え、家前道路や玄関先の雪かきのような一寸した助け合いの支援があれば、自宅で安心していつまでも住み続けることができます。近隣や区・自治会で助け合いの仕組みづくりがすすんでいる所では支援を受けることができます。



食事作りや買い物が困難なとき

食事への配慮

(健康維持や介護予防)

★ 食材が豊富で、栄養バランスのとれた食事

★ 塩分や食事の量を控えめ

★ 健康状態への配慮

利用できる業者の宅配サービス (例) 詳細は電話で



高齢者向け配食業者のお弁当宅配

普通食、カロリー食、糖尿病食など多彩なメニューがあり、日替わりメニューで毎日配食されます。宅配のときに安否確認のサービスをする業者も。

- ◆「諏訪市のぬくもり配食」市役所 52-4141
1日1食の配食で、補助金があり1食300円、所得制限など条件があります。指定の“JA信州諏訪、諏訪給食、フレイシア”の3業者から選択。
- ◆「総合給食会社 フレイシア」中州 57-2171
昼夜食を1食から宅配、1食配達料込みで630円。緊急時も対応。低カロリー等メニューもあり～800円。
- ◆「タイハイファミリーセット諏訪出張所」四賀 58-0285
冷蔵調理済みメニュー、冷凍調理済みメニュー、食材メニューの3種あり、金額も各種。配達料は無料。
- ◆「宅配クック123諏訪岡谷店」川岸東 22-6788
1食525～798円で、1食から無料で宅配
和食中心で、おかゆや刻み食にも無料に対応
- ◆「セブンイレブンのお食事配達」0120-736-414
お弁当、惣菜、食材など1日200種類のメニュー、商品受取りは宅配と店頭から選択でき宅配料200円

スーパー、コンビニや個人商店

惣菜店、持ち帰り弁当店などで購入

高齢者向けの、小分けした惣菜や低価格のお弁当などの品揃えが豊富になりました。

レトルト食品や冷凍食品も味がよくなり、多種多様の食品が並んでいます。

生鮮食材や冷蔵食品の宅配

生鮮品から冷蔵・冷凍・レトルトなどあらゆる食材を扱い、カタログで前の週に注文します。高齢者への個別宅配もあります。

- ◆「JA信州諏訪(農協)」 湖南 57-2690
週に2回の個別宅配で配達料は無料、料金はJAの個人口座から引き落とされます。
- ◆「生協 コープながの」ちの 0120-121-341
週に1回グループ単位で配達していますが、高齢者だけの世帯には1回105円で個別宅配しています。
- ◆「生活クラブ生協」 岡谷市赤羽 24-0222
週に1回班単位で配達しており、それを班の会員が分けている。高齢者への個別宅配はありません。

通信販売による加工食品の宅配

高齢者向けの通信販売が全国的に盛んになった。パソコン注文の他に、送られてきたカタログで電話やFax注文もできます。惣菜、食材、弁当や介護食などに豊富なメニューがあります。

- ◆「キューピーアヲハタネットショップ」 0120-0365-18
歯ぐきや舌でつぶせる、かまないでよいなど介護食に多くのメニューがあり、5000円以上配送料無料。
- ◆「ニチレイフーズダイレクト」 0120-86-2101
カロリーバランスを考慮した惣菜セットを中心に多様なメニューがあり、冷凍配送料650円、通常配送料450円。
- ◆上記の他にも多くの業者があります

買い物や炊事のお手伝い

買い物や業者への注文のお手伝い

- ☆ 近くや遠隔地に住む家族が注文などをお手伝い
- ☆ ご近所や知人、ボランティアの支援
- ☆ 市の生活管理指導員派遣 (特定高齢者のみ)
所得により1時間300～600円の利用者負担
- ☆ 介護保険の訪問介護の生活援助サービス
ホームヘルパーの支援を受けられます。

炊事のお手伝い

- ☆ 市の生活管理指導員派遣 (特定高齢者のみ)
所得により1時間300～600円の利用者負担
- ☆ 介護保険の訪問介護の生活援助サービス
ホームヘルパーの支援を受けられます。
- ☆ 有償で介護事業所のホームヘルパーに依頼
- ☆ 有償ボランティア (社協オレンジサービス)