

高齢者在宅福祉サービス等 のご案内

高齢者在宅福祉サービスとは…

在宅で生活している高齢者への支援と、介護をしているご家族の負担を軽減するためのサービスです。

このパンフレットでは、その他にも在宅生活で役立つさまざまな情報をまとめましたので、ぜひご活用ください。



©八潮市

高齢者在宅福祉サービス等のご案内 目次

1. 高齢者に関する心配ごとの相談窓口

- ・地域包括支援センター…………… P 3

2. 高齢者在宅福祉サービス

- (1) 救急医療情報キット配布…………… P 5
- (2) 紙おむつの給付サービス…………… P 6
- (3) 緊急時通報システム…………… P 7
- (4) 訪問理美容サービス…………… P 8
- (5) 配食・安否確認サービス…………… P 9
- (6) 家具転倒防止器具等取付サービス…………… P 10
- (7) 日常生活用具の給付・貸与…………… P 11

3. 認知症の方やそのご家族への支援

- (1) オレンジカフェ…………… P 12
- (2) 徘徊高齢者家族支援サービス…………… P 13
- (3) 高齢者支援ネットワーク…………… P 15
- (4) 徘徊高齢者早期発見ネットワーク…………… P 15
- (5) 認知症サポーター養成講座…………… P 15

4. 介護予防と生きがづくり

- (1) 一般介護予防事業…………… P 16
- (2) 八潮いこい体操…………… P 17
- (3) 高齢者ふれあいの家支援事業…………… P 18
- (4) 介護支援ボランティア事業…………… P 19
- (5) 老人福祉センター事業…………… P 19
- (6) 老人クラブ…………… P 20

5. その他のお役立ち情報

- (1) 権利擁護相談 P 2 1
- (2) 成年後見制度 P 2 1
- (3) 住まいの支援
 - ① 高齢者居室等整備資金融資制度..... P 2 2
 - ② 高齢者世帯等住み替え住宅家賃助成 P 2 3
- (4) 社会福祉協議会の各種サービス
 - ① ひとり暮らし高齢者の見守り活動..... P 2 4
 - ② 福祉車両貸出事業..... P 2 4
 - ③ 車椅子貸出事業 P 2 5
 - ④ ふれあいサロン事業費の補助 P 2 5
 - ⑤ 福祉サービス利用援助事業（あんしんサポートねっと）… P 2 5
 - ⑥ 不動産担保型生活資金（リバースモーゲージ） P 2 6
- (5) 高齢者の税制控除等
 - ① 所得税障害者控除..... P 2 7
 - ② おむつ使用証明書..... P 2 7
 - ③ 特別障がい者手当..... P 2 7
- (6) その他のサービス
 - ① 介護マークの配布..... P 2 8
 - ② まごころ収集 P 2 8
- (7) 問い合わせ先一覧 P 2 9

1. 高齢者に関する心配ごとの相談窓口

○地域包括支援センター

地域包括支援センターは、高齢者とその家族の総合相談窓口です。

「悩み」、「疑問」、「困ったこと」などがありましたら、各担当地区の地域包括支援センターへご連絡ください。

<例えばこんな相談>

- 要支援1、要支援2の認定や、介護予防・生活支援サービス事業対象者と判定された方のケアプランの作成
- 高齢者の方が自分の生活で相談したいことがある
- 支援が必要と思われる高齢者を知っている
- 近所のひとり暮らしの高齢者について相談したいことがある

地域包括支援センターの職員は、主任介護支援専門員、社会福祉士、保健師（または経験のある看護師）を中心に構成されています。



主任介護支援専門員
(介護の専門家)



社会福祉士等
(福祉の専門家)



保健師等
(健康・医療の専門家)

協力し合って地域の高齢者の支援をしています！

名 称	所在地 電話番号	担当区域
東部地域包括支援センター やしお苑	南川崎 210-1	二丁目、木曽根、南川崎、伊勢野 八潮一丁目～四丁目・六丁目
	048-998-8895	
西部地域包括支援センター ケアセンター八潮	鶴ヶ曽根 1184-4	小作田、松之木、上馬場、中馬場、西 袋、柳之宮、南後谷、中央一丁目～四 丁目、八潮七丁目・八丁目、緑町一丁 目・二丁目・四丁目
	048-994-5562	
南部地域包括支援センター 埼玉回生病院	大原 455	大瀬、古新田、圀、大原、大曽根、浮 塚、八潮五丁目、大瀬一丁目～六丁 目、茜町一丁目
	048-999-7717	
北部地域包括支援センター やしお寿苑	八條 294-4	八條、鶴ヶ曽根、伊草、新町、緑町三 丁目・五丁目、伊草一丁目・二丁目
	048-930-5123	



● 地域包括支援センターに関するお問い合わせ先

長寿介護課 地域包括ケア推進係

2. 高齢者在宅福祉サービス

高齢者在宅福祉サービスは、在宅での生活に支援が必要な高齢者と、そのご家族を支援するサービスです。

※在宅で生活する方を対象としたサービスのため、以下に該当する方は利用できません。

- ・病院または診療所に入院中の方
- ・介護保険施設(特別養護老人ホーム、介護老人保健施設等)に入所中の方
- ・介護付き有料老人ホーム、サービス付き高齢者向け住宅、グループホーム、軽費老人ホーム等に入居中の方

(1) 救急医療情報キット配布

持病やかかりつけの医療機関など、医療情報を参考に、救急隊員が迅速で適切な救急対応を行うため、ひとり暮らし高齢者等に配布します。

対象となる方	市内に住所を有し、健康上不安があり、次のいずれかに該当する方。 ① 65歳以上でひとり暮らしの方 ② 65歳以上の高齢者のみの世帯に属する方 ③ 心身に障がいのあるひとり暮らしの方 ④ 65歳以上の方又は心身に障がいのある方で、長時間ひとり暮らしと同様（日中、家でひとりで過ごすなど）の状態にある方
利用方法	筒型の保管容器（救急医療情報キット）の中に、かかりつけの医療機関、身体状況（持病・障がいの状態など）、服薬内容、緊急時の連絡先等を記入した医療情報用紙を入れ、冷蔵庫に保管します。緊急時に駆けつけた救急隊員が救急医療情報キットを冷蔵庫から取り出し、医療情報用紙を参考に迅速な対応をします。
費用	無料
問い合わせ	長寿介護課 地域包括ケア推進係

救急医療情報キット



医療情報用紙

医療情報用紙を
容器（救急医療情報キット）
の中に入れて保管します。

(2) 紙おむつの給付サービス

毎月1回1種類、決められた枚数を給付します。毎月25日までの申請分は、申請月の翌月から給付となり、毎月中旬ごろ八潮市薬剤師会に加盟している薬局店がご自宅にお届けします。(26日から月末までの申請分は、翌々月からの給付になります。) ※年末や大型連休前等は、25日より前に申請を締め切ることがあります。

対象となる方	<p>市内に住所を有する65歳以上で本人が住民税非課税であり、申請日時点で次のいずれかに該当し、常時紙おむつの使用を必要とする方。</p> <p>①要介護4又は5と認定された方</p> <p>②6か月以上、次のいずれかの状態が続いている方</p> <p>ア. 要介護3と認定され、疾病等により常時失禁状態にある</p> <p>イ. 常時寝たきり状態にあると認められる</p> <p>ウ. 重度の認知症により常時排泄の介助を必要とする</p>																																				
給付内容	<p>次のうち、希望する1種類を給付。(1月あたり)</p> <table border="1" data-bbox="419 1003 1415 1937"> <thead> <tr> <th>種類</th> <th>サイズ</th> <th>枚数</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td rowspan="3">テープ止めタイプ(単品)</td> <td>S</td> <td>66枚</td> </tr> <tr> <td>M</td> <td>60枚</td> </tr> <tr> <td>L</td> <td>52枚</td> </tr> <tr> <td rowspan="2">テープ止めタイプ+尿取りパッド(60枚)</td> <td>M</td> <td>40枚</td> </tr> <tr> <td>L</td> <td>34枚</td> </tr> <tr> <td rowspan="5">リハビリパンツ(パンツタイプ)</td> <td>S</td> <td>44枚</td> </tr> <tr> <td>M</td> <td>40枚</td> </tr> <tr> <td>L</td> <td>36枚</td> </tr> <tr> <td>LL</td> <td>32枚</td> </tr> <tr> <td>3L</td> <td>28枚</td> </tr> <tr> <td rowspan="3">尿取りパッド</td> <td>2回分吸収</td> <td>180枚</td> </tr> <tr> <td>4回分吸収</td> <td>120枚</td> </tr> <tr> <td>7回分吸収</td> <td>63枚</td> </tr> <tr> <td>フラットタイプ</td> <td>2回分吸収</td> <td>120枚</td> </tr> </tbody> </table>	種類	サイズ	枚数	テープ止めタイプ(単品)	S	66枚	M	60枚	L	52枚	テープ止めタイプ+尿取りパッド(60枚)	M	40枚	L	34枚	リハビリパンツ(パンツタイプ)	S	44枚	M	40枚	L	36枚	LL	32枚	3L	28枚	尿取りパッド	2回分吸収	180枚	4回分吸収	120枚	7回分吸収	63枚	フラットタイプ	2回分吸収	120枚
種類	サイズ	枚数																																			
テープ止めタイプ(単品)	S	66枚																																			
	M	60枚																																			
	L	52枚																																			
テープ止めタイプ+尿取りパッド(60枚)	M	40枚																																			
	L	34枚																																			
リハビリパンツ(パンツタイプ)	S	44枚																																			
	M	40枚																																			
	L	36枚																																			
	LL	32枚																																			
	3L	28枚																																			
尿取りパッド	2回分吸収	180枚																																			
	4回分吸収	120枚																																			
	7回分吸収	63枚																																			
フラットタイプ	2回分吸収	120枚																																			
費用	無料																																				
問い合わせ	長寿介護課 地域包括ケア推進係																																				

(3) 緊急時通報システム

緊急通報端末機（緊急通報電話機、ペンダント型無線発信機）の貸与と、身に付けられる見守りキーホルダーを配布します。

対象となる方	<p>市内に住所を有する65歳以上で、現に電話回線を有するひとり暮らしの方もしくは高齢者世帯に属する方、又はこれに準ずる世帯に属する方で、次のいずれかに該当する方。</p> <ul style="list-style-type: none">①常時寝たきり状態又は身体機能の低下がみられる方②発作性の疾患等がある方③言語機能、聴覚機能等に障がいがある方
サービス内容	<p>急病などの緊急時に緊急通報電話機の緊急ボタン及びペンダント型無線発信機を押すと、通報センターが状況に応じて消防署等へ通報し、迅速な救助活動を行います。緊急時以外でも、緊急通報電話機の相談ボタンを押すことで、通報センターに日常生活等に関して相談することができます。また、毎月1回通報センターより安否確認を行います。</p> <p>見守りキーホルダーには、緊急時通報システムの登録番号と市役所の連絡先が記載されています。屋外で支援が必要な状態になった時等、救助活動を行う方が市役所に登録番号を伝え、緊急連絡先の確認等を行います。</p> <p>※ペンダント型無線発信機は、防水機能付きです。屋内のみの利用となります。</p>
注意事項	<p>※緊急通報電話機とペンダント型無線機は1世帯に1つ貸与します。</p> <p>※回線使用料（基本料金）、屋内配線使用料および通話料や、機器等破損・紛失の場合は自己負担となります。</p> <p>※電話の種類や契約会社によっては、利用できないこともありますので事前にご相談ください。</p>
費用	無 料
問い合わせ	長寿介護課 地域包括ケア推進係



見守りキーホルダー



緊急通報電話機



ペンダント型無線発信機

(4) 訪問理美容サービス

八潮市内の理容店の理容師又は美容店の美容師が、利用者の自宅を訪問し、カットなどの理美容サービスを提供します。

対象となる方	市内に住所を有する65歳以上で本人が住民税非課税であり、常時寝たきり状態で理美容店に出向くことが困難な方。											
サービス内容	理容は調髪、顔剃り、美容はパーマ、カット、ヘアカラーのいずれかに化粧とマニキュア及び眉カット											
利用回数	<p>年4回 ※福祉理美容券の交付枚数は、申請月で異なります。</p> <table border="1" style="margin-left: 20px;"> <thead> <tr> <th>申請月</th> <th>交付枚数</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>7月～9月</td> <td>4枚</td> </tr> <tr> <td>10月～12月</td> <td>3枚</td> </tr> <tr> <td>1月～3月</td> <td>2枚</td> </tr> <tr> <td>4月～6月</td> <td>1枚</td> </tr> </tbody> </table>		申請月	交付枚数	7月～9月	4枚	10月～12月	3枚	1月～3月	2枚	4月～6月	1枚
申請月	交付枚数											
7月～9月	4枚											
10月～12月	3枚											
1月～3月	2枚											
4月～6月	1枚											
費用	無料											
問い合わせ	長寿介護課 地域包括ケア推進係											



(5) 配食・安否確認サービス

昼食又は夕食のいずれかを自宅へお届けし、利用者の安否を確認します。

対象となる方	<p>市内に住所を有する65歳以上で、日常的に食事の確保が困難な状態であり、安否確認を必要とする次のいずれかに該当する方。</p> <ul style="list-style-type: none"> ① ひとり暮らしの方 ② 高齢者世帯に属する方 ③ ①②に準ずる世帯に属する方 															
サービス内容	<p>昼食又は夕食の配達を行うとともに、利用者の安否確認を行い、異常があるときは、配食業者が関係機関へ連絡等を行います。また、普通食に加えて、病気療養中などで栄養価の調整が必要な方には、カロリーや塩分を調整した食事を配達します。</p>															
利用回数	<p>利用者1人につき、1日1回、週7回まで。</p> <p>※利用者の状況等により、利用可能な回数は異なります。</p>															
配食業者	<p>市と協定を結んだ業者の中から、1社を選択。</p> <p><令和6年度 配食・安否確認サービス事業者一覧> (五十音順)</p> <table border="1" data-bbox="383 1097 1420 1545"> <thead> <tr> <th>配食業者名</th> <th>所在地</th> <th>連絡先</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>株式会社 MILLS 宅配クック123東埼玉店</td> <td>草加市八幡町 695-1 キューブ新田 A</td> <td>048-916-0100</td> </tr> <tr> <td>スカイアットシー株式会社 メディミール 三郷八潮支店</td> <td>八潮市中央 4-11-38 セトルビル 103 1階</td> <td>048-997-7005</td> </tr> <tr> <td>株式会社 ミサト スタイルアップデリ</td> <td>草加市中央 2-12-43</td> <td>048-954-4920</td> </tr> <tr> <td>株式会社 ベにはな配食</td> <td>草加市八幡町 695-1 キューブ新田 A</td> <td>048-916-0100</td> </tr> </tbody> </table>	配食業者名	所在地	連絡先	株式会社 MILLS 宅配クック123東埼玉店	草加市八幡町 695-1 キューブ新田 A	048-916-0100	スカイアットシー株式会社 メディミール 三郷八潮支店	八潮市中央 4-11-38 セトルビル 103 1階	048-997-7005	株式会社 ミサト スタイルアップデリ	草加市中央 2-12-43	048-954-4920	株式会社 ベにはな配食	草加市八幡町 695-1 キューブ新田 A	048-916-0100
配食業者名	所在地	連絡先														
株式会社 MILLS 宅配クック123東埼玉店	草加市八幡町 695-1 キューブ新田 A	048-916-0100														
スカイアットシー株式会社 メディミール 三郷八潮支店	八潮市中央 4-11-38 セトルビル 103 1階	048-997-7005														
株式会社 ミサト スタイルアップデリ	草加市中央 2-12-43	048-954-4920														
株式会社 ベにはな配食	草加市八幡町 695-1 キューブ新田 A	048-916-0100														
費用	<p>配食業者やメニューにより異なります。</p>															
注意事項	<ul style="list-style-type: none"> ○食事は原則として手渡しとなります。 ○デイサービスやヘルパー等の利用日は、サービスを使えません。 ○申請時の状況により、地域包括支援センターの事前調査を行う場合があります。 ○配食業者を変更したい場合、毎月20日までに市へ届け出る必要があります。また、同一月内に業者を変更することはできません。 															
問い合わせ	<p>長寿介護課 地域包括ケア推進係</p>															

(6) 家具転倒防止器具等取付サービス

たす、食器棚などの家具が地震などにより転倒するのを防ぐために、家具の転倒防止に有効な器具などを取り付けます。

対象となる方	<p>次のすべての要件に該当する世帯。</p> <ul style="list-style-type: none"> ①市内に住所を有し、生計中心者の住民税が非課税である世帯 ②世帯員による家具転倒防止器具などの取り付けが困難な世帯 ③次に掲げる方のみで構成される世帯 <ul style="list-style-type: none"> ア. 65歳以上の方 イ. 身体障害者手帳1～3級を有する方 ウ. 療育手帳A～Bを有する方 エ. 精神障害者保健福祉手帳1級を有する方
サービス内容	家具の転倒防止に有効な器具などを1世帯につき3棹まで取り付け
注意事項	<p>※取り付けは、原則としてくぎ・ネジを使用するため、居住者と家屋の所有者が異なる場合、大家・管理人などの承諾書が必要となります。</p> <p>取り外す場合は、ご自身で取り外してください。</p>
費用	無 料
問い合わせ	<ul style="list-style-type: none"> ●対象となる方が「ア」の場合 長寿介護課 地域包括ケア推進係 ●対象となる方が「イ」、「ウ」、「エ」の場合 障がい福祉課 障がい者支援係

(7) 日常生活用具の給付・貸与

65歳以上の低所得者に対して、火災警報器等の日常生活用具を給付又は貸与します。

	品目	性能又は機能	対象となる方
給付	○火災警報器	屋内の火災を煙又は熱により感知し、音又は光を発し、屋外にも警報ブザーで知らせる機器。	寝たきり状態の方 等
	○自動消火器	自動的に消火液を噴出し、初期火災を消火する機器。	
	○電磁調理器	電磁による調理器であって、高齢者が安心して使用できる機器。	心身機能又は認知機能の低下に伴い、防火等の配慮が必要なひとり暮らしの方 等
貸与	○電話加入権	電話の加入権。	ひとり暮らしの方 等

●全品目共通

費用	所得税課税状況により、無料～全額負担の7階層
問い合わせ	長寿介護課 地域包括ケア推進係

3. 認知症の方やそのご家族への支援策

(1) オレンジカフェ

オレンジカフェ（認知症カフェ）は、認知症の方やそのご家族、地域の方、専門職の方などがどなたでも参加できる集いの場です。お茶を飲みながら情報交換や交流ができます。

◎オレンジカフェ◎
日時：毎月第3金曜日 午前9時30分～午前11時30分
場所：やしお寿苑または八條公民館
【お問い合わせ】北部地域包括支援センター
やしお寿苑 Tel048-930-5123

◎ヤシオンカフェ◎
日時：毎月第1日曜日 午後1時～午後3時
場所：介護老人保健施設ケアセンター八潮
【お問い合わせ】西部地域包括支援センター
ケアセンター八潮 Tel048-994-5562

◎はなももカフェやしお苑◎
日時：毎月第3日曜日 午前10時～正午
場所：高齢者福祉施設やしお苑
【お問い合わせ】東部地域包括支援センター
やしお苑 Tel048-998-8895

◎思い出喫茶◎
日時：毎月第4日曜日 午前10時～正午
場所：埼玉回生病院(通所リハビリ室)
【お問い合わせ】南部地域包括支援センター
埼玉回生病院 Tel048-999-7717

○参加費は各会場1人100円です。

○申込みは不要。出入り自由です。お気軽にご参加ください！

※日程・会場は変更される場合があります。

詳しい日程等は、各オレンジカフェのチラシ、市のホームページをご確認ください。

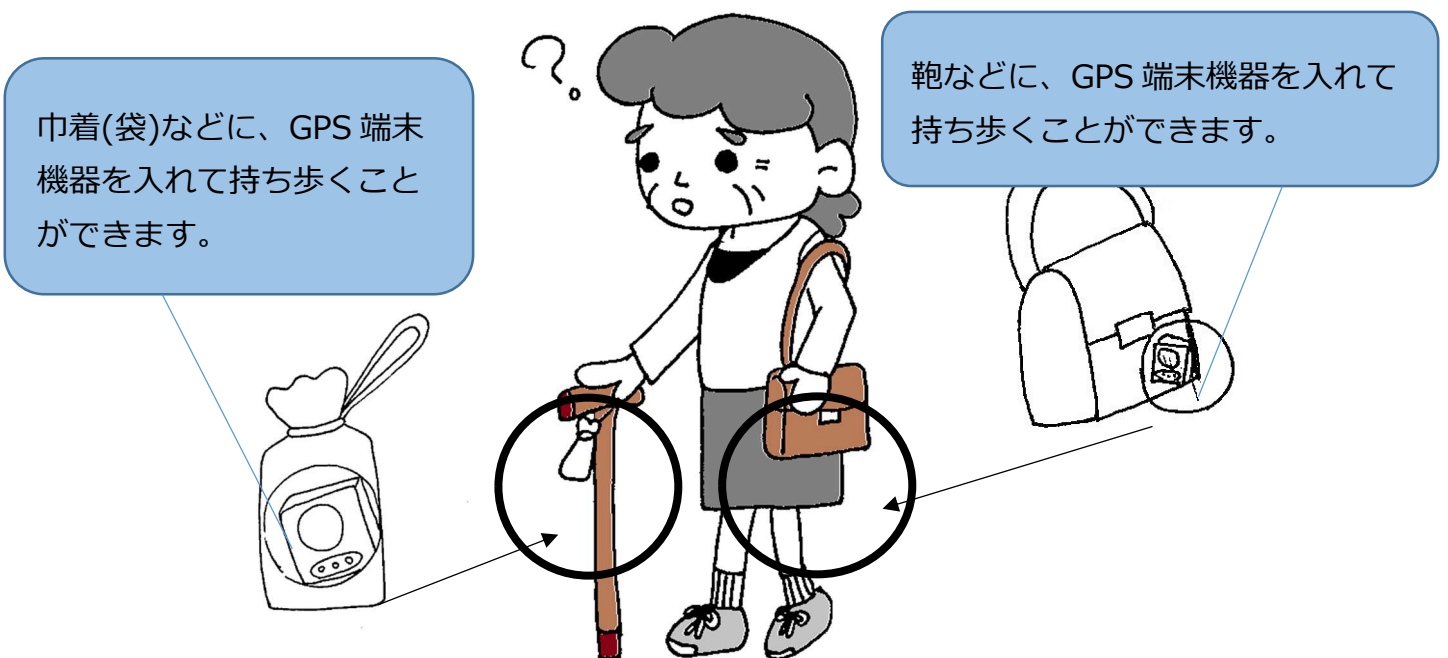
(2) 徘徊高齢者家族支援サービス

対象となる方	徘徊の症状が見られる認知症高齢者を介護する家族（ご本人及びご家族は、市内に住所を有する方に限ります。）
--------	---

ア. GPS 端末機器による位置探索システムの利用料助成

徘徊の症状が見られる認知症高齢者を早期に発見するために、位置探索システムを利用している家族の利用料の負担軽減を図ります。

内 容	<p>○GPS 端末機器の利用にかかる毎月の利用料金を助成。</p> <p>※助成の対象となるのは、機器の利用料金のみです。また、助成額には上限があります。</p> <p>○警察への情報提供について同意をいただいた場合には、あらかじめ利用者の情報を草加警察署へ提供します。</p>
費 用	<p>毎月の機器の利用料金を市で負担。（助成額の上限あり）</p> <p>※ただし、利用開始に係る費用や、機械等の破損・紛失の場合は自己負担となります。</p>
問 い 合 わ せ	長寿介護課 地域包括ケア推進係

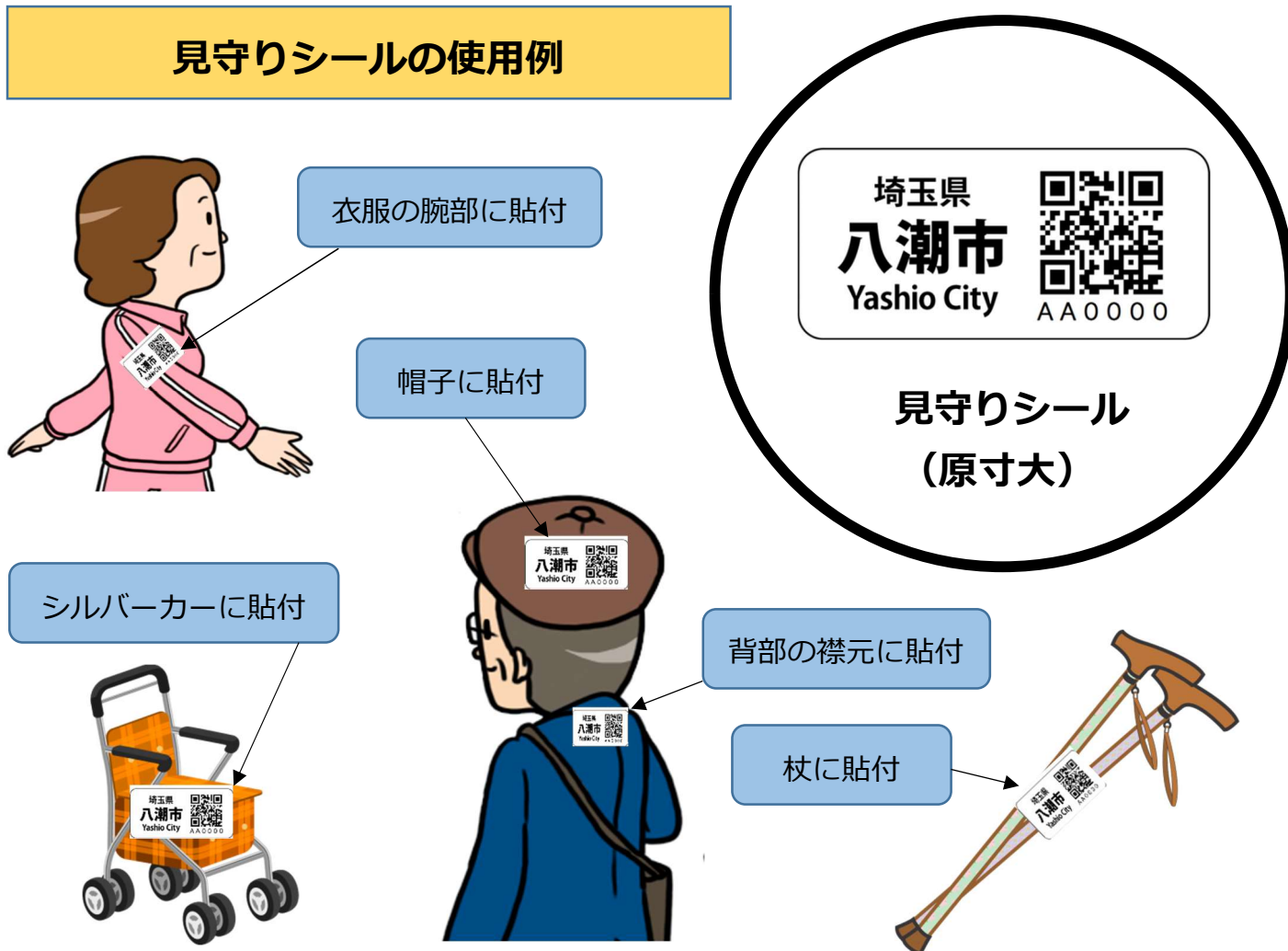


イ. 見守りシールの配布


登録した情報を携帯電話などで読み取ることができる二次元コードが印字された「見守りシール」を配布します。

内 容	<p>○高齢者等が徘徊した際に、あらかじめ衣服などに貼っておいた見守りシールの二次元コードを発見者が読み取ると、家族にメールで知らせが届きます。発見者とのやりとりはインターネット上の伝言板を通じて行うため、双方の個人情報が相手にわかることはありません。</p> <p>○見守りシールは、対象者1名につき40枚セットを配布します。 (アイロン貼付型30枚、シール貼付型10枚)</p>
費 用	<p>無 料</p> <p>※ただし、インターネット上の伝言板への通信にかかる費用などは、<u>利用者負担となります。</u></p>
問 い 合 わ せ	長寿介護課 地域包括ケア推進係

見守りシールの使用例



(3) 高齢者支援ネットワーク

<p>内 容</p>	<p>高齢者の方々が、住み慣れたまちで安心して暮らし続けられるよう、地域のみなさんが、日々の活動の中で行う見守り体制です。</p> <p>協力事業所等(※)が気にかかる高齢者を見かけた場合に、市や地域包括支援センターへ連絡し、支援につなげています。</p> <p>(※)協力事業所等…地域を巡回している事業所や、高齢者が立ち寄る商店等。</p> <p>※高齢者支援ネットワークの協力事業所を募集しています。</p> <p>協力事業所には、ステッカーを配布します。</p> <div style="text-align: right;">  <p>ステッカー</p> </div>
<p>問い合わせ</p>	<p>長寿介護課 地域包括ケア推進係</p>

(4) 徘徊高齢者早期発見ネットワーク

<p>対象となる方</p>	<p>市内に住所を有し、認知症により徘徊の症状が見られる高齢者</p>
<p>内 容</p>	<p>徘徊の心配のある高齢者の情報をあらかじめ市に登録することにより、徘徊発生時に、市から協力事業所等にメールを送信し、発見の協力依頼を行います。</p> <p>※協力事業所等への発見協力を依頼したい場合には、下記の問い合わせ先にご連絡ください。</p> <p><u>(受付は、平日の午前8時30分～午後5時15分)</u></p>
<p>問い合わせ</p>	<p>長寿介護課 地域包括ケア推進係</p>

(5) 認知症サポーター養成講座

<p>内 容</p>	<p>認知症を正しく理解し、認知症の人や家族を温かく見守る応援者になっていただくための講座です。市の生涯学習まちづくり出前講座のメニューで利用する場合には、5人以上でお申し込みください。</p>
<p>費 用</p>	<p>無 料</p>
<p>問い合わせ</p>	<p>長寿介護課 地域包括ケア推進係</p>

4. 介護予防と生きがいづくり

(1) 一般介護予防事業

65歳以上の方を中心とした、心身の機能向上を図り、介護予防の充実を目指すための事業です。(原則費用無料。一部材料費をいただく教室があります。)

事業名	内 容
若返るぞ！シニア体操教室 介護予防体操教室	市内公共施設等で、専門の指導員による運動の実技指導や、自宅でできる運動の紹介と実技、運動継続のアドバイスを行います。(1コース14回)
ころばん介護予防教室	女性を対象とした骨折予防のための筋力トレーニングや栄養講話などを行います。(1コース14回)
俺の体操教室	男性を対象とした筋力トレーニングやストレッチ、栄養講話などを行います。(1コース14回)
フレイル予防教室	専門の指導員によるフレイル予防のための体操や認知症予防の脳トレを行います。(1コース7回)
オーラルフレイル予防教室	歯科衛生士による噛む力や飲み込む力など、口腔機能低下を予防するお口の体操や歯磨き指導などを行います。(年4回)
おいしく食べよう栄養教室 俺の料理教室	管理栄養士によるバランスのよい食事についての講話、簡単で栄養満点な食事作り(調理実習)を行います。(年12回・男性を対象とした俺の料理教室は、年2回)
介護予防講演会	専門家(医師、歯科医師、健康運動指導士等)による、健康づくりやこころの健康等の介護予防をテーマとした講演会です。
フレイルチェック測定会	市内公共施設で、フレイル予防の講座や筋肉量などの測定を行います。

●問い合わせ 長寿介護課 介護支援係

(2) 八潮いこい体操

運動に親しみ、仲間と楽しく運動することで、より健康になりませんか！全身の曲げ伸ばしが中心で、無理なくマイペースにできる体操です。ご近所の知り合いの方が集まれば、地区担当の保健師がお手伝いします。お気軽にご相談ください。現在、市内39団体で行われています。

住民主体の通いの場

八潮いこい体操

地域で介護予防の仲間づくり

はじめてみませんか？
楽しく体を動かす運動習慣

“八潮いこい体操”とは

1. 市民が企画・運営し、仲間と楽しみながら健康づくりを行うグループ活動です。
2. 参加者が負担のない範囲で活動し、「自分たちの手で健康をつくる」ところが大きな魅力です。
3. 日々の活動により生活習慣病予防や介護予防につながります。
4. 保健師が定期的に面白い、ホットな健康情報をお届けします。
5. 自分に合った健康づくりをするために、専門家のアドバイスを受けられます。

“八潮いこい体操”を始めるには
ご近所の仲間が集まれば、地区担当の保健師がお手伝いいたします。
お気軽に保健センターまでお問い合わせください。

毎週楽しく
参加しています!!

02 実践編 産って行う体操

1 認知症予防・足・手・腕・首の血行を良くする運動

- 1 足首を回す、足の道をたく
- 2 手の運動
- 3 指の運動
- 4 手の運動
- 5 手・腕の運動
- 6 手・ひじの運動
- 7 首の運動
- 8 首の運動
- 9 首の運動

2 老眼を予防する運動

- 10 目の運動
- 11 肩への刺激
- 12 肩の運動
- 13 肩・腕・背中の運動
- 14 肩・腕・背中の運動
- 15 肩・背中の運動
- 16 肩・背中の運動
- 17 足の運動
- 18 ひざの運動
- 19 ひざ・背中の運動
- 20 ひざ・背中の運動
- 21 肩・背中の運動
- 22 背中・腰の運動
- 23 背中・腰の運動
- 24 全身のリラクゼーション
- 25 全身のストレッチ

3 末梢の血行を良くする運動

4 肩こりを予防する運動

5 転倒を予防する運動

6 ひざを予防する運動

7 全身の血行を良くする運動

8 ストレスを解消する運動 寝って行う体操

03 整理体操

- 1 体を伸ばし縮みさせる
- 2 首をゆるめる
- 3 肩を回す
- 4 手・腕・肩・腰・足のマッサージ
- 5 膝を回す
- 6 股門をしめる
- 7 体をふる
- 8 深呼吸

04 応用編

- 1 スクワット
- 2 踵上げ
- 3 壁際立て伏せ
- 4 背骨を予防する運動
- 5 股関節を予防する運動
- 6 体幹の筋力を鍛える運動

9 腰痛を予防する運動

- 26 腰・ひざ・足の運動
- 27 腰・ひざ・足の運動
- 28 腰・足の運動
- 29 背中・腰・ひざの運動
- 30 腰・ひざ・足の運動
- 31 腰・足の運動
- 32 腰の運動
- 33 腰・ひざ・足の運動
- 34 腰・ひざ・足の運動
- 35 腰・ひざの運動
- 36 背中・足の運動
- 37 腰・足の運動

10 ストレスを解消する運動

- 38 全身のリラクゼーション
- 39 腹筋・呼吸機能をきたえる運動
- 40 腹筋マッサージ
- 41 深呼吸

12 便秘を予防する運動

03 整理体操

- 1 体を伸ばし縮みさせる
- 2 首をゆるめる
- 3 肩を回す
- 4 手・腕・肩・腰・足のマッサージ
- 5 膝を回す

●問い合わせ 八潮市立保健センター Tel 048-995-3381
長寿介護課 介護支援係

(3) 高齢者ふれあいの家支援事業

高齢者の心身の健康維持及び介護予防のため、市内において空き家などを活用した地域での交流（ふれあい）の場として開設している「高齢者ふれあいの家」に、運営費等の支援を行っています。

●問い合わせ 長寿介護課 地域包括ケア推進係

<高齢者ふれあいの家の紹介>

◎カフェさくら

日時：毎週木曜 午後1時30分～午後3時30分
場所：中央一丁目24番地11
費用：1回100円

◎たんぽぽカフェ

日時：毎週火曜 午後1時～午後3時（祝日を除く）
毎週木曜 午前10時～午後3時（祝日を除く）
場所：八条2835番地15
費用：1回100円

◎高齢者ふれあいの家 茶乃間

日時：毎週水曜・金曜（祝日を除く）
午後1時～午後3時
場所：中央一丁目5番地13
費用：1回100円

◎カフェしおどめ

日時：毎週月曜・水曜
午後1時～午後4時（祝日を除く）
場所：伊勢野257番地
八潮市シルバー人材センター内
費用：1回100円

◎ポコカフェ ばあ～ばの家

日時：毎週月曜・木曜・最終金曜（祝日を除く）
午前10時～午後3時30分
場所：八潮六丁目8番地12
費用：1回100円

◎ふれんど

日時：毎週月曜・金曜 午前10時～正午
場所：大曾根452番地5
費用：1回100円

◎こうゆう

日時：毎週金曜 午後2時～午後4時
場所：垢17番地
費用：1回100円

◎よりそい処 H₂O（エイチツーオー）

日時：毎週水曜 午前10時～午前12時
場所：中央四丁目1番地13（イトー寿薬局内）
費用：1回100円

◎よりそい処 H₂O 南後谷

日時：毎週水曜 午前10時～午前12時
場所：南後谷754番地12（やしお薬局内）
費用：1回100円

出入りは自由で、どなたでも
ご参加いただけます。
お気軽にお越しください！



(4) 介護支援ボランティア事業

65歳以上の方が介護保険施設などでボランティア活動を行うことにより、自身の健康増進や介護予防の促進を図るとともに、社会参加及び地域貢献を奨励し、支援することでいきいきと暮らす地域社会をつくることを目的としています。

市内の介護保険施設などでボランティア活動を行って集めた評価ポイントを、年間最大5,000円に換えることができます。

介護支援ボランティアに参加できる方	市内在住の65歳以上の方
活動内容	<ul style="list-style-type: none"> ・レクリエーション等の参加支援 ・施設及び事業所内における配膳等の補助 ・施設及び事業所内の移動等の補助 ・催事に関する手伝い（模擬店、会場設営、芸能披露 等） ・話し相手 ・その他施設等の職員とともに行う軽微かつ補助的な活動 ・介護予防体操等の参加支援 ・フレイルチェック測定会のフレイルサポーター活動 ・オレンジカフェ
活動場所	市が指定した介護保険施設、市が実施する活動 など
問い合わせ	長寿介護課 介護支援係 八潮市社会福祉協議会 TEL 048-995-3636

(5) 老人福祉センター事業

高齢者の生きがいづくりや憩いの場、交流の場として、60歳以上の方を対象に教養の向上やレクリエーション、健康に関する相談および入浴サービス等を実施しています。また、八潮市寿大学校や趣味の教室などの各事業の充実に努めています。

ア. 浴 場 下記時間内に自由にご利用いただけます。

曜 日	月曜日～金曜日
時 間	午前11時～午後2時30分
場 所	老人福祉センター 寿楽荘・すえひろ荘

イ. 保健指導 看護師が健康に関する相談をうけます。

場 所	寿楽荘	すえひろ荘
曜 日	第1・第3木曜日	第2・第4金曜日

ウ. 健康相談 医師と看護師が健康に関する相談をうけます。

場 所	寿楽荘	すえひろ荘
曜 日	第1・第3火曜日	第2・第4月曜日

エ. カラオケ開放

曜 日	土曜日
時 間	午前10時～午後4時
場 所	老人福祉センター 寿楽荘・すえひろ荘

オ. 寿大学、書道教室

場 所	老人福祉センター 寿楽荘
問い合わせ	TEL 048-995-2847

カ. 趣味の教室、ヨガ教室

場 所	老人福祉センター すえひろ荘
問い合わせ	TEL 048-936-9181

※変更の可能性がありますので、詳しくは各施設にお問い合わせください。

(6) 老人クラブ

老人クラブでは、趣味やスポーツによる健康づくりなどの自主的な活動や、地域での社会活動をはじめ、各クラブにおける事業活動の充実や活性化を図っています。

また、「演芸大会」や「ゲートボール大会、グラウンドゴルフ大会」等を開催し、レクリエーション活動の拡大に努めています。

ア. 演芸大会 (カラオケ大会)

開催場所	寿楽荘 (木曽根322番地)
開催時期	毎年10月頃開催 (老人クラブ会員のみ対象となります)
問い合わせ	老人福祉センター寿楽荘 TEL 048-995-2847

イ. ゲートボール大会、グラウンドゴルフ大会

	ゲートボール (年1回程度)	グラウンドゴルフ (年2回程度)
開催場所	すえひろ荘 ゲートボール場	鶴ヶ曾根運動広場(エイトアリーナ隣)
開催時期	毎年春と秋に開催 (老人クラブ会員のみ対象となります)	
問い合わせ	老人福祉センター寿楽荘 TEL 048-995-2847	

5. その他のお役立ち情報

(1) 権利擁護相談

認知症高齢者が不当な扱いや不利な扱いを受けないよう、生活・法律等の相談を行っています。

相談内容	認知症高齢者やその家族の生活上の様々な問題について、専門の相談員が相談を受け解決に向け支援します。
受付時間	月曜日～金曜日 午前9時～午後16時 (祝日・年末年始除く)
相談機関	権利擁護センター（埼玉県社会福祉協議会内） TEL 048-822-1204

(2) 成年後見制度

認知症や障がいにより高齢者が財産の取引などの各種手続や契約を行う際、一方的に不利益な契約を結ばないよう、本人の権利や財産を守ることを目的とした制度です。

成年後見制度について相談したいとき	
○成年後見センター (八潮市社会福祉協議会)	TEL 048-995-3636 午前8時30分～午後5時15分 ※土日祝日、年末年始を除く
○成年後見センター・リーガルサポート 埼玉支部	TEL 050-5527-9897 毎週木曜日 午後1時～午後16時
○埼玉弁護士会	TEL 048-710-5666
○法テラス	TEL 050-3383-5375 0570-078374
法定後見制度を利用するとき	
○さいたま家庭裁判所越谷支部	TEL 048-910-0123
任意後見制度を利用するとき	
○越谷公証役場	TEL 048-962-2796
問い合わせ	
社会福祉課 福祉企画係	内線316
長寿介護課 地域包括ケア推進係	内線448
障がい福祉課 障がい者支援係	内線428

(3) 住まいの支援

① 高齢者居室等整備資金融資制度

高齢者の専用居室等を増築又は改築するために必要な資金を融資する制度です。

対象となる方	八潮市に引き続き2年以上住所を有する方で、満60歳以上の親族と同居している方または同居しようとする方										
対象経費	高齢者の居室、浴室、便所等の増築、改築又は改造工事										
内 容	<table border="1"> <tr> <td data-bbox="421 528 624 602">融資限度額</td> <td data-bbox="624 528 1410 602">最高200万円</td> </tr> <tr> <td data-bbox="421 602 624 676">利子</td> <td data-bbox="624 602 1410 676">無利子（市が負担）</td> </tr> <tr> <td data-bbox="421 676 624 750">償還期限</td> <td data-bbox="624 676 1410 750">10年以内</td> </tr> <tr> <td data-bbox="421 750 624 824">償還方法</td> <td data-bbox="624 750 1410 824">元金均等月賦償還</td> </tr> <tr> <td data-bbox="421 824 624 947">保証人</td> <td data-bbox="624 824 1410 947">市内に2年以上住所を有すること等、要件を満たした2名以上の保証人が必要</td> </tr> </table>	融資限度額	最高200万円	利子	無利子（市が負担）	償還期限	10年以内	償還方法	元金均等月賦償還	保証人	市内に2年以上住所を有すること等、要件を満たした2名以上の保証人が必要
融資限度額	最高200万円										
利子	無利子（市が負担）										
償還期限	10年以内										
償還方法	元金均等月賦償還										
保証人	市内に2年以上住所を有すること等、要件を満たした2名以上の保証人が必要										
必要書類	<ul style="list-style-type: none"> ○高齢者居室等整備計画書 ○工事見積書 ○土地及び家屋の登記事項証明書 （自己の所有でないときは、所有者の承諾書） ○戸籍謄本及び住民票の写し ○連帯保証人の住民票の写し等 										
問い合わせ	長寿介護課 地域包括ケア推進係										

②高齢者世帯等住み替え住宅家賃助成

民間賃貸住宅へ転居する高齢者世帯に対し、転居前と転居後の家賃の差額を助成します。

対象となる方	次のすべてに該当する世帯 ○民間賃貸住宅の取壊しなどにより民間賃貸住宅へ転居した世帯 ○八潮市に引き続き2年以上住所を有している、65歳以上の方のみの世帯 ○生計中心者の当該年度分の市民税が非課税で、生活保護を受けていない世帯 ○転居後の賃貸借契約から2年以内の世帯
内 容	転居前後の家賃の差額30,000円を限度に助成します ※転居後の家賃が60,000円を超えた部分は対象外となります
必 要 書 類	○住宅の取り壊しに関する証明書 ○世帯全員の住民票の写し ○転居前の住宅の賃貸借契約書の写し及び家賃の領収書の写し ○転居後の住宅の賃貸借契約書の写し ○生計中心者の当該年度分市民税非課税証明書等
問 い 合 わ せ	長寿介護課 地域包括ケア推進係

(4) 社会福祉協議会の各種サービス

社会福祉協議会では、ひとり暮らし高齢者の見守り活動や車椅子貸出事業、ふれあいサロン事業費の補助など、様々な事業を行っています。

①ひとり暮らし高齢者の見守り活動

対象となる方	八潮市内在住の65歳以上のひとり暮らし高齢者 ※原則として、同一敷地内にご家族が居住する場合は、対象になりません。
内 容	ア. 近隣たすけあい見守り活動
	近隣住民の方に見守り協力員になっていただき、日常の中で見守る活動です。
	イ. 友愛電話活動
	ボランティアによる週1回（毎週火曜日）の電話交流を通じた見守り活動です。
	ウ. 乳製品配達サービス
	業者による、週1回の乳製品（ヤクルト）の配達を通じた見守り活動です。年間利用料1,000円。
	エ. 民生委員カレンダー配付活動
民生委員による月1回の訪問（カレンダー配付）を通じた見守り活動です。カレンダーには、生活に役立つ様々な情報を掲載しています。	

②福祉車両貸出事業

日常生活を営むうえで移動することが困難な方のために、車椅子のまま乗り降りができる福祉車両の貸出をします。

対象となる方	市内在住の方で、車椅子を使用している方や歩行することが困難な方 ※他にも運転者等の要件があります
費 用	無 料（燃料費等実費負担が発生する場合があります）

③車椅子貸出事業

対象となる方	市内在住で、移動に困難があり、一時的に車椅子を必要とする方
費 用	無 料

④ふれあいサロン事業費の補助

ふれあいサロンは、ひとり暮らし高齢者や家に閉じこもりがちな高齢者等が、地域の中で健康でいきいきと暮らしていけるように、仲間づくりや生きがいづくりをする場です。地域住民が自主的・主体的に運営する町会・自治会等に対し、活動費を一部補助します。

⑤福祉サービス利用援助事業（あんしんサポートねっと）

判断能力が不十分な方が安心して地域での生活が送れるように、契約に基づき、福祉サービスの利用等のサポートをする、福祉サービス利用援助事業を実施しています。

対象となる方	認知症の高齢者の方や知的障がい、精神障がいなどがあり、判断能力が不十分な方								
内 容	<p>基本サービスに加え、ア～ウの選択サービスがあります。</p> <p>○基本サービス</p> <table border="1" data-bbox="427 1055 1417 1193"> <tr> <td data-bbox="435 1066 1409 1122">福祉サービス利用援助</td> </tr> <tr> <td data-bbox="435 1133 1409 1189">福祉サービスの利用のお手伝い。</td> </tr> </table> <p>○選択サービス</p> <table border="1" data-bbox="435 1272 1417 1682"> <tr> <td data-bbox="443 1283 1409 1339">ア. 日常生活上の手続き援助</td> </tr> <tr> <td data-bbox="443 1350 1409 1406">日常の暮らしに必要な事務手続きのお手伝い。</td> </tr> <tr> <td data-bbox="443 1417 1409 1473">イ. 日常的金銭管理</td> </tr> <tr> <td data-bbox="443 1485 1409 1541">日常の暮らしに必要なお金の出し入れのお手伝い。</td> </tr> <tr> <td data-bbox="443 1552 1409 1608">ウ. 書類等預かりサービス</td> </tr> <tr> <td data-bbox="443 1619 1409 1675">大切な書類などのお預かり。</td> </tr> </table>	福祉サービス利用援助	福祉サービスの利用のお手伝い。	ア. 日常生活上の手続き援助	日常の暮らしに必要な事務手続きのお手伝い。	イ. 日常的金銭管理	日常の暮らしに必要なお金の出し入れのお手伝い。	ウ. 書類等預かりサービス	大切な書類などのお預かり。
福祉サービス利用援助									
福祉サービスの利用のお手伝い。									
ア. 日常生活上の手続き援助									
日常の暮らしに必要な事務手続きのお手伝い。									
イ. 日常的金銭管理									
日常の暮らしに必要なお金の出し入れのお手伝い。									
ウ. 書類等預かりサービス									
大切な書類などのお預かり。									
費 用	サービスにより異なります。※相談は無料です。								

⑥不動産担保型生活資金（リバースモーゲージ）

一定の居住用不動産を有し、将来にわたりその住居に住み続けることを希望する高齢者世帯に対して、当該不動産を担保として生活費を貸付する制度です。

対象となる方

制度の利用にあたっては、借入申込み者の属する世帯が低所得かつ高齢者のみの世帯であること、概ね評価額が1,500万円以上の土地を所有していることや、推定相続人の中から1名の連帯保証人が必要等の条件があります。

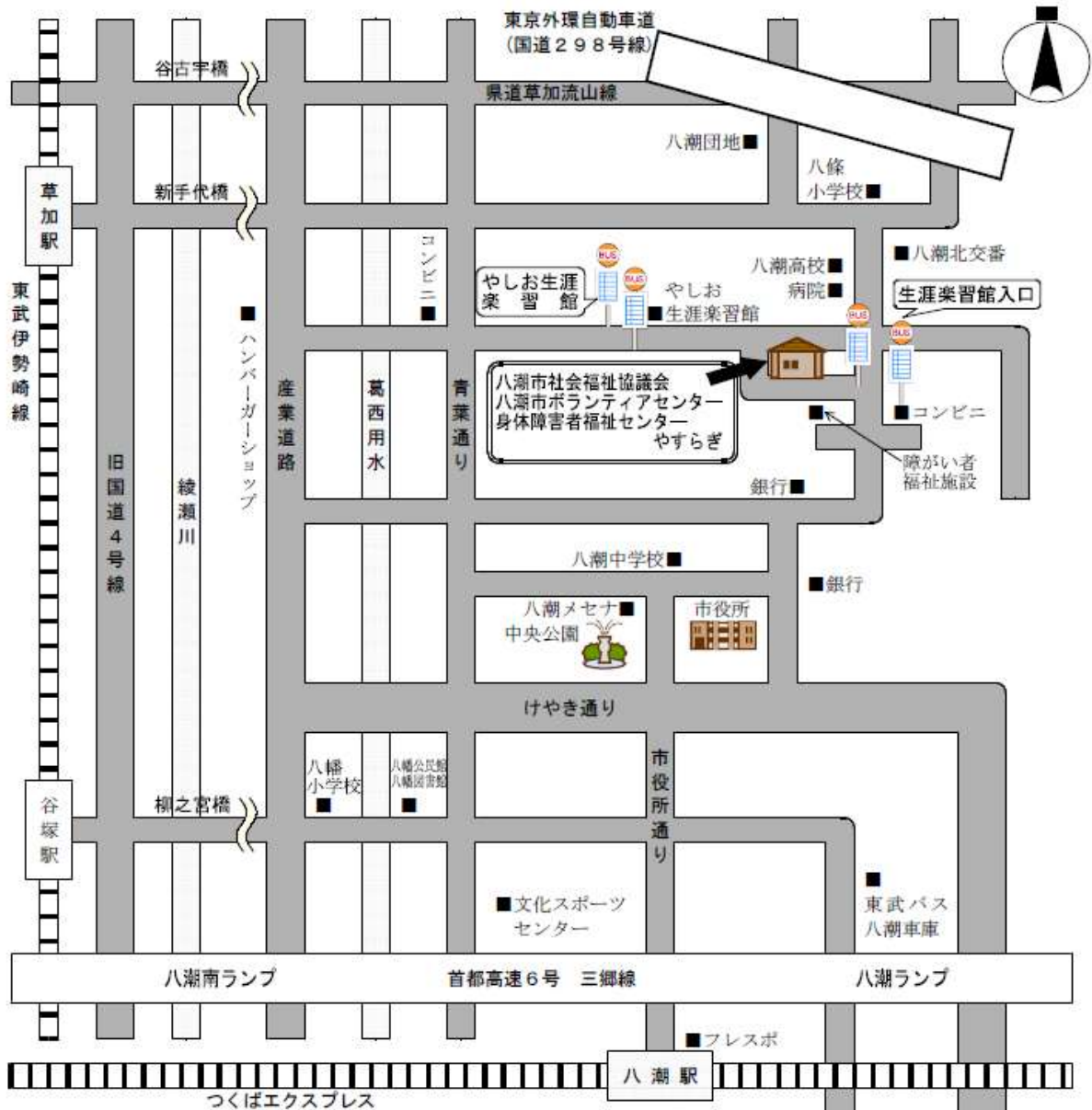
※要保護状態の高齢者世帯を対象とした「要保護世帯向け不動産担保型生活資金」（概ね評価額が500万円以上の不動産を所有していること等が条件）もあります。

○これらのサービスを利用する場合は、申請手続きが必要になります。

問い合わせ

八潮市社会福祉協議会

住所：鶴ヶ曾根414-1 TEL048-995-3636



(5) 高齢者の税制控除等

① 所得税障害者控除

所得税法や地方税法では、本人または扶養親族が障がい者（または特別障がい

者)に該当する場合「障害者控除」として一定金額を所得から控除する制度があります。

- ※1 介護度が要介護1～要介護5の方がこの認定の対象となります。(要支援の場合は対象となりません。)
- ※2 所得税、市・県民税が非課税の人(本人又は扶養義務者)又は、身体障害者等手帳を所持しており同等の控除が受けられる人は、この申請は必要ありません。
- ※3 障がいの程度が低い身体障害者等手帳を所持している人で、原則として要介護4以上の人は、特別障害者控除の適用を受けられますので、この申請が必要です。

●問い合わせ 長寿介護課 介護支援係

②おむつ使用証明書

おむつ代が医療費控除の対象と認められるためには、医師が発行する「おむつ使用証明書」が必要となります。「おむつ使用証明書」の用紙は長寿介護課にあります。なお、おむつ代の医療費控除が2年目以降の要介護認定を受けている方で、その認定内容が一定の条件に該当するときは、医師が発行した「おむつ使用証明書」に代えて、市が交付するおむつ使用を確認した書類により、医療費控除を受けられる場合があります。

●問い合わせ 長寿介護課 介護支援係

③特別障がい者手当

20歳以上であって、精神又は身体の重度の障害により日常生活において常時特別の介護を要する状態にある方に対し手当を支給します。(施設に入所中の方、3カ月以上入院している方は除きます。)

詳しくは、お問合せください。

●問い合わせ 障がい福祉課 障がい給付係

(6)その他のサービス

①介護マークの配布

認知症などの方の介護者は周囲に介護していることがわかりにくいとため、誤解や

偏見をもたれてしまうことがあります。そこで、介護中であることを周囲の方に理解していただくために「介護マーク」を配布しています。

対象となる方	<input type="checkbox"/> 認知症高齢者を介護している方 <input type="checkbox"/> 要介護者等の介護をしている方
使用方法	<input type="checkbox"/> 介護していることを周囲にさりげなく知ってもらいたいとき <input type="checkbox"/> 外出先のトイレで付き添うとき <input type="checkbox"/> 男性介護者が女性用下着を購入するときなど
配布場所	<input type="checkbox"/> 八潮市役所 長寿介護課 <input type="checkbox"/> 八潮市社会福祉協議会 <input type="checkbox"/> 老人福祉センター（寿楽荘、すえひろ荘） <input type="checkbox"/> 八潮市東部地域包括支援センターやしお苑 <input type="checkbox"/> 八潮市西部地域包括支援センターケアセンター八潮 <input type="checkbox"/> 八潮市南部地域包括支援センター埼玉回生病院 <input type="checkbox"/> 八潮市北部地域包括支援センターやしお寿苑
問い合わせ	長寿介護課 介護支援係



②まごころ収集

家庭から発生するごみを自ら集積所へ持ち出すことが困難な方のみで構成されている世帯を対象に、週1回訪問し、ごみを収集します。ごみが出ていない場合は、緊急連絡先に連絡します。

対象となる方	<input type="checkbox"/> 65歳以上であること <input type="checkbox"/> 介護保険の要介護又は要支援の認定を受けていること <input type="checkbox"/> 身体障害者手帳、精神障害者保険福祉手帳又は療育手帳の交付を受けていること
問い合わせ	環境リサイクル課

(7) 問い合わせ先一覧

●八潮市役所

所在地	八潮市中央一丁目2-1
-----	-------------

電 話 番 号	0 4 8 - 9 9 6 - 2 1 1 1		
	長寿介護課	地域包括ケア推進係	内線 4 4 8
		介護支援係	内線 4 4 9
		高齢者政策係	内線 4 4 7
	障がい福祉課		内線 4 2 8
	社会福祉課		内線 3 1 6
環境リサイクル課		内線 2 3 5	
開 庁 時 間	平日 午前 8 時 30 分～午後 5 時 15 分		

●老人福祉センター

	寿楽荘	すえひろ荘
所 在 地	八潮市木曽根 3 2 2	八潮市八條 6 6 5
電 話 番 号	0 4 8 - 9 9 5 - 2 8 4 7	0 4 8 - 9 3 6 - 9 1 8 1
開 所 時 間	午前 1 0 時～午後 4 時	
休 館 日	日・祝日、年末年始	

●社会福祉協議会

所 在 地	八潮市鶴ヶ曽根 4 1 4 - 1
電 話 番 号	0 4 8 - 9 9 5 - 3 6 3 6
開 所 時 間	平日 午前 8 時 30 分～午後 5 時 15 分

●シルバー人材センター

所 在 地	八潮市伊勢野 2 5 7
電 話 番 号	0 4 8 - 9 9 5 - 5 8 1 7
業 務 時 間	平日 午前 8 時 30 分～午後 5 時 15 分

●地域包括支援センター

名 称	東部地域包括支援センター やしお苑
所 在 地	八潮市南川崎 2 1 0 - 1

電話番号	048-998-8895
担当区域	二丁目、木曾根、南川崎、伊勢野、八潮一丁目～四丁目・六丁目

名称	西部地域包括支援センター ケアセンター八潮
所在地	八潮市鶴ヶ曽根1184-4
電話番号	048-994-5562
担当区域	小作田、松之木、上馬場、中馬場、西袋、柳之宮、南後谷、 中央一丁目～四丁目、八潮七丁目・八丁目、緑町一丁目・二丁目・四丁目

名称	南部地域包括支援センター 埼玉回生病院
所在地	八潮市大原455
電話番号	048-999-7717
担当区域	大瀬、古新田、圀、大原、大曽根、浮塚、八潮五丁目、大瀬一丁目～六丁目、茜町一丁目

名称	北部地域包括支援センター やしお寿苑
所在地	八潮市八條294-4
電話番号	048-930-5123
担当区域	八條、鶴ヶ曽根、伊草、新町、緑町三丁目・五丁目、 伊草一丁目・二丁目



住みやすさナンバー1のまち 八潮



高齢者在宅福祉サービス等のご案内 令和6年4月発行

編集・発行 八潮市長寿介護課

八潮市中央1丁目2番地1

電話 048-996-2111