

1) 高齢者の福祉制度（介護保険サービス以外） *概要です。

■給食サービス（お弁当形式で食事を提供し安否確認をする）

65 歳以上の調理困難なひとり暮らしの高齢者や、高齢者のみの世帯で調理困難者や栄養改善が必要な方に対して、週 1~2 回、栄養バランスの取れた食事を提供し、同時に安否確認を兼ねた訪問を行います。利用料は 1 食 300 円です。

対象 65 歳以上要援護単身世帯、70 歳以上の単身世帯、80 歳以上高齢者のみの世帯、これに準ずる世帯

※受給資格等の調査があります。

援助してくださる方がいる場合は、ご利用できないことがあります。

■寝具乾燥消毒サービス（布団類を消毒乾燥する）

65 歳以上の虚弱な高齢者や、寝たきりの高齢者に対して、寝具類の乾燥消毒を月 1 回 (270 円) 行います。

対象 概ね 65 歳以上の者で、寝具類の衛生管理が困難と認められる者

※受給資格等の調査があります。

■軽度生活援助サービス（家事などの援助）

65 歳以上の一人暮らしの高齢者や、高齢者のみの世帯（要介護認定を受けた人は除く）に対して、次のサービスを行います。

利用料は時間に応じて 1 回 200 円~290 円です。

1. 食事の支度、衣服の洗濯、簡単な修繕(蛍光灯の交換など)、食料品や生活必需品の買い物
2. 清掃・整理、健康管理、栄養管理などの相談や助言

対象 概ね 65 歳以上の単身世帯の者又は高齢者のみの世帯の者で、日常生活上の援助が必要と認められる者

※利用者の代わりにするのではなく、利用者を補助するサービスです。

大掃除や窓拭き、使用していない部屋の掃除、草取りや植木の剪定、薬の受取り、お金の引落とし、ペットの世話などはできません。

※受給資格等の調査があります。

■生活管理指導短期宿泊サービス（短期入所）

65 歳以上の人で、生活習慣の改善や日常生活の指導支援を必要とする人に対して、養護老人ホーム「やまゆり荘」に短期間宿泊し、日常生活上の指導を行います。

利用料は 1 日当たり 1,905 円です。

対象 概ね 65 歳以上の社会適応が困難な高齢者。(介護保険法の認定を受けた者を除く。)

※受給資格等の調査があります。

■紙おむつ等購入費助成（紙おむつの購入費助成）

65 歳以上の要介護・要支援認定を受けている人で適切な排泄が行えず、常時紙おむつを使用している人に対して、紙おむつ等を購入するための一定額を助成します。助成額は毎年 6 月に確定する世帯の市民税課税状況（4～6 月分は前年度の課税状況）と対象者の要介護度により決定します。（以下参照）

- ・市民税非課税世帯で要介護 4 及び要介護 5 の方は月額 5,000 円
- ・市民税非課税世帯で要支援 1 から要介護 3 の方は月額 3,000 円
- ・市民税課税世帯で要支援 1 から要介護 5 までの方は月額 2,000 円

※施設入所や入院中の人は対象になりません。

対象 65 歳以上の要介護・要支援認定を受けている人で適切な排泄が行えず、常時紙おむつを使用している人、又はこれらの者と同等の状態でも市長が認める者
※受給資格等の調査があります。

■家族介護慰労事業（慰労金の支給）

高齢者等を介護している家族の身体的、精神的及び経済的負担の軽減を図るとともに、要介護高齢者等の在宅生活の継続及び向上を図ることを目的として慰労金（年額 10 万円）を贈呈します。

対象者は、要介護区分 4 または 5 に相当する当該年度分市民税非課税世帯の在宅高齢者で、過去 1 年間介護サービスを受けなかった人を現に介護している家族です。

対象 要介護 4 又は 5 に相当し、当該年度分市民税非課税世帯の在宅で介護を受けている者であって、過去 1 年間介護保険サービス(年間 1 週間程度のショートステイの利用を除く。)を受けなかった者を現に介護している家族（家族が対象者と同居していない場合であっても、隣地に居住していて事実上同居に近い形で介護に当たっていると認められる世帯を含む）。ただし、4 月から 6 月までの申請については、前年度分市民税非課税世帯とする。

※受給資格等の調査があります。

■介護手当の支給（手当の支給）

65 歳以上の在宅寝たきりおよび認知症の高齢者を常時介護している人に対して、月額 3,000 円を支給します。ただし、介護を受けている高齢者が特別障害者手当、障害年金等を受給している場合は重複して受給することはできません。

対象 65 歳以上の者で 3 か月以上寝たきり又は認知症等で日常生活動作が困難、かつ、この状態が継続すると認められる者と同居し、介護を行っている者。

※受給資格等の調査があります。

■外国人高齢者福祉手当（助成金）

国籍により厚生年金その他公的年金の受給をしていない外国人高齢者（大正 15 年 4 月 1 日以前に生まれた方）に対し、月額 10,000 円を支給します。

※受給資格等の調査があります。

■老人日常生活用具給付事業（火災予防のための用具の購入補助）

65 歳以上の虚弱なひとり暮らしの高齢者や高齢者のみの世帯で、火器の取扱について不安ある方に対して、日常生活上の便宜を図るため、自動消火器、電磁調理器、火災警報器を給付します。費用は生計中心者の前年中の所得税課税状況に応じて負担があります。

対象 概ね 65 歳以上の低所得である一人暮らし老人、寝たきり老人など
※受給資格等の調査があります。

■緊急通報装置の貸与

要配慮高齢者や重度障害者等で構成される世帯に対し、緊急通報本体装置・ペンダント型装置・安否センサー・火災警報器の一式を無料で貸与します。

1. ひとり暮らしの要配慮高齢者
2. ひとり暮らしの重度障害者
3. 75 歳以上の要配慮高齢者のみで構成する世帯
4. 要配慮高齢者および重度障害者のみで構成する世帯

※要配慮高齢者…日常生活における基本的な動作が困難で他の者の介助を要し、緊急時に適切な対応が困難と認められる高齢者

※重度障害者…身体障害者手帳 1 級または 2 級のもの
療育手帳 A のもの
精神障害者保健福祉手帳 1 級のもの

■外出支援サービス（タクシー等の料金の補助）

移動時車いすを必要とする人又は寝たきりの人で、要介護認定を受けた 65 歳以上の高齢者に対し、車いす等対応車両の利用券（1 枚基本料金相当 630 円～690 円分）を年 24 枚交付します。（1 回の乗車で何枚でも使用できますが、おつりは出ません。）

対象 要介護認定を受け身体が不自由な方、かつ移動時車椅子を必要とする方

■高齢者等除雪援助事業（除雪費用の補助）

65 歳以上の単身世帯や高齢者のみの世帯、障がい者世帯などであって、老齢、病弱のため除雪作業ができず、また、援助してくれる人もなく除雪費用の調達もできない世帯に対して、屋根雪の除雪費用を援助します。

援助額は、作業員の賃金補助として、1 回につき 10,000 円、年 3 回までを上限とします。社会福祉協議会に委託をしています。

対象 上記の要件のほか、市民税非課税又は市民税均等割課税であること

※受給資格等の調査があります。

■高齢者向け住宅整備費補助（バリアフリー化などの改修工事費の助成）

65 歳以上の高齢者で介護認定を受けた人が、身体状況に応じた住宅改造等を行うときに、経費の一部または全部を補助します。（所得制限あり、工事費 10 万円未満は除く、最高補助限度額 30 万円、世帯の収入状況により、補助額が変わります。）

対象 65 歳以上の高齢者で介護認定を受けた者で世帯収入が 600 万円未満の方
※受給資格等の調査があります。

2) 介護予防、健康増進

①介護予防事業

65歳以上の方を対象に、下記のような介護予防事業を開催しています。
からだも心も健康に、いつまでも自分らしい生活が送れるようお手伝いをします。

■転倒予防教室

身近な町内・集落の集会所等で行われる運動をメインとした教室です。

【開催期間・会場】月1回～2回 各町内・集落の集会所

【講師】健康運動指導士・運動指導員

【参加費】1回無料

■元気クラブ

簡単なレクリエーションや竹太鼓で脳を活性化し、物忘れや閉じこもりを防ぎます。

【開催期間・会場】1コースにつき6～12か月間、月2回の開催

【定員】20名程度（送迎が必要な方は要相談）

【講師】指導員等

【参加費】1コース 1,000円程度

■水中運動教室

プールでからだを動かし、筋力をつけます。

【開催期間】年間1コース 毎週火曜日の午前中（8月を除く）

【会場】朝日きれい館

【定員】25名程度（送迎なし）

【講師】健康運動指導士

【参加費】1回1,000円（きれい館会員は無料）

■男前健康運動教室

男性だけの運動教室です。

【開催期間】年間1コース 毎週金曜日の午後

【会場】村上体育館

【定員】先着20名程度（送迎なし）

【講師】健康運動指導士・運動指導員

【参加費】無料（トレーニングマシンの講習会を受けていない方は、
講習料1,000円必要・調理実習の材料費は別途必要）

■元氣応援教室卒業生の教室

元氣応援教室終了後の運動継続のための教室です。

【開催期間】数ヵ月～通年

【会場】村上地区・荒川地区・朝日地区

【対象】過去に元氣応援教室を終了した方

【定員】20名程度

【講師】健康運動指導士・運動指導員

【参加費】1コース無料～2,000円程度

各地区ごとの名称

・村上「しゃっきり教室」

・荒川「はばたき会」

・朝日「元氣もりもり教室」

■ゆーとぴあむらかみ（村上地区の事業）・いこいの茶の間（神林地区の事業）

生きがいをづくりと介護予防が合わされた事業です。軽体操やゲームなどにより心身の機能低下を予防するとともに、みんなで食事をしたり、利用者相互の交流を行います。

【開催期間】村上地区：毎週水曜日・木曜日・金曜日 神林地区：月曜日～金曜日

【会場】村上地区：あかまつ荘 神林地区：神林いこいの家

【講師】レクリエーション指導員

【参加費】1回 無料～350円

②健康増進（主要なものを紹介します。）

■高齢者の介護予防と保健指導の一体化事業

身近な地域の通いの場などに地域担当保健師や栄養士が回り、フレイル予防の普及啓発と実態把握を行います。

- ・フレイル予防の健康講話
- ・後期高齢者質問票による実態把握
- ・健康相談
- ・ハイリスク高齢者を関係機関につなぐ

■歩こうむらかみProject

ウォーキングは、だれでも手軽に行える「運動」であり、生活習慣病や高齢者の認知症の予防、身体機能の維持などに効果があるとされています。

ウォーキングで運動習慣を身につけ、健幸な生活を送る人を増やすための事業です。

（この事業に申し込んだ65歳以上の方は、体育館走路利用料1回100円を申請により免除することができます。詳しくは、各体育館、本庁介護高齢課または各支所地域福祉室にお問い合わせください。）

■ボランティアポイント事業

ボランティア活動の活性化と高齢者の生きがいをづくりや社会参加等を進めるため、平成30年度から実施しています。この事業に登録した方が、対象となるボランティア活動に参加することにより、一回の活動につき1ポイントを付与し、5ポイントでプリペイドカード（商品券）と交換することができます。

3) 安否確認・見守り活動など

■安否確認事業

概ね 80 歳以上の一人暮らし高齢者と高齢者世帯（介護認定を受けたもの及び市の福祉サービス利用者は除く）を定期的に訪問し安否を確認し、閉じこもりや ADL 機能低下者を見つけだし、適切なサービスにつなげるための事業です。

■地域支え合い活動（友愛活動）

各地区の老人クラブを中心とした組織で、その地区の見守りや安否確認が必要と思われる単身高齢者、高齢者のみの世帯などに積極的に訪問、声かけ等の活動を行うことで、安否の確認や傾聴ボランティアや簡単な生活支援活動を行う事業です。

■高齢者見守りネットワーク（街中お年寄り愛所）

高齢者見守りネットワーク「街中お年寄り愛所（まちなかおとしよりあいじょ）」は次のことを行える事業所です。

- (1)高齢者のコミュニティスペースの提供
- (2)傾聴支援や相談支援
- (3)緊急時の保護や支援
- (4)高齢者の行方不明支援

令和 2 年 4 月 1 日現在で、市内の介護施設や郵便局、小売店など 89 の事業所が参加しています。

事業所は、「街中お年寄り愛所」のステッカーを店舗や事業所の入り口などに表示し、高齢者にやさしい店舗であることを分かり易く伝えます。

■認知症高齢者見守り事業（登録番号入りステッカー）

徘徊の恐れのある高齢者に対して、行方不明となった時に早期発見するため、家族等の申請により、靴等に貼るステッカーを配布します。

■徘徊高齢者等家族支援事業（GPS）

徘徊等で行方不明になった人の現在位置を検索するための GPS 機器を貸与し、その費用の一部を助成します。

4) 高齢者総合相談窓口について

■地域包括支援センター

地域包括支援センターは、高齢者が住みなれた地域で安心した生活を続けられるよう支援を行う高齢者の総合相談窓口です。

担当職員が訪問しての相談もできます。

- ・介護のこと
- ・健康のこと
- ・お金や財産管理のこと

- ・家族のこと
- ・近所の高齢者のこと など

5) 介護保険サービスについて

「介護保険サービスガイド」参照