

第8期

令和3（2021）年度～

令和5（2023）年度

青梅市

高齢者保健福祉計画 介護保険事業計画

やさしい版 （概要版）



令和3（2021）年3月

青 梅 市

青梅市の高齢者と 介護保険を取り巻く状況

①青梅市の人口の推計

総人口は減少傾向が続く一方、高齢者人口は増加し、令和7（2025）年度に41,954人（高齢化率33.2%）、令和22（2040）年度に49,763人（高齢化率42.1%）となり、特に75歳以上の後期高齢者が増加することが予想されます。

	令和2年	令和7年	令和22年
総人口	132,291人	126,300人	118,282人
0～64歳	91,658人	84,346人	68,519人
65～74歳	20,246人	17,359人	19,629人
75歳以上	20,387人	24,581人	30,134人
高齢者人口	40,633人	41,954人	49,763人
高齢化率	30.7%	33.2%	42.1%

65歳以上1人に対して15～64歳は

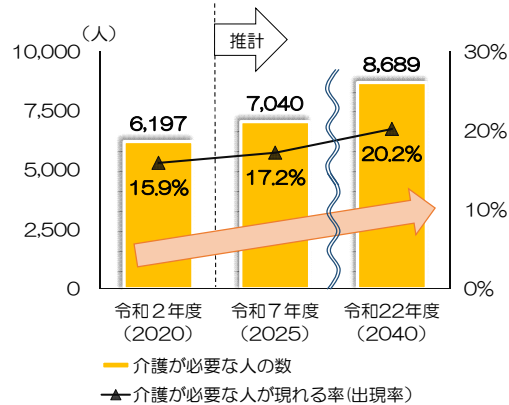
2000年は
4.5人

2020年は
1.9人

2040年は
1.1人

②介護の必要な人の数の推計

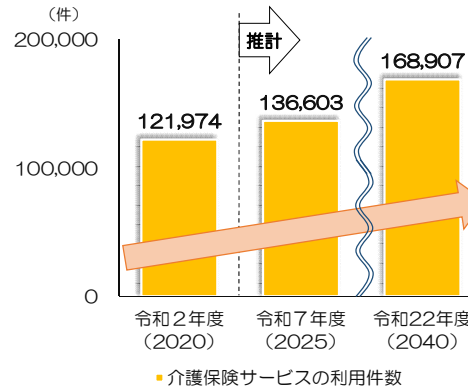
介護が必要な人の数は、令和7（2025）年度に7,040人（出現率17.2%）、令和22（2040）年度に8,689人（出現率20.2%）となることを予想されます。



若い人が減っていくから、介護の負担が重くなるのね。

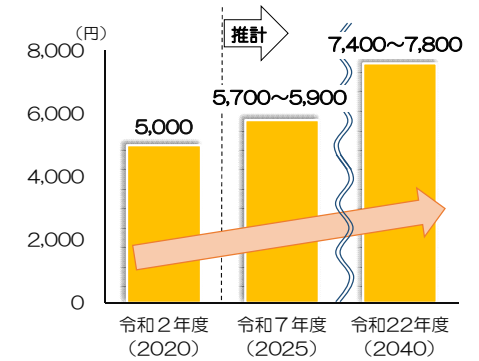
③介護保険 サービスの利用件数の推計

介護保険サービスの利用件数は、令和2年度と比較して令和7（2025）年度で1.1倍、令和22（2040）年度で1.4倍となることを予想されます。



④介護保険料（月額）の推計

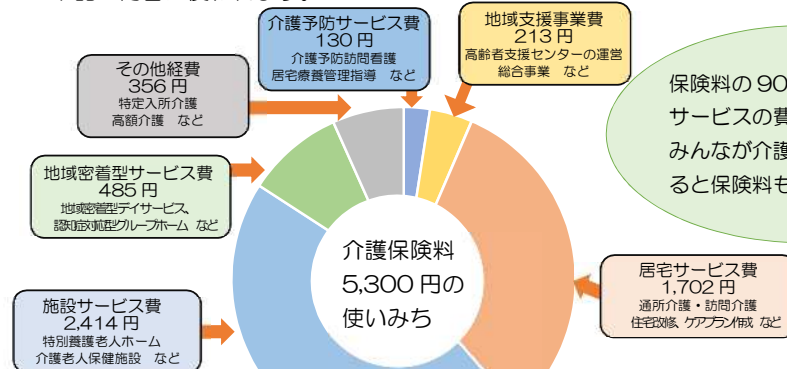
介護保険料（月額）は、令和7（2025）年度に約5,700～5,900円、令和22（2040）年度に約7,400～7,800円となることを予想されます。



参考
令和2年度
東京都平均保険料
5,911.1円
全国平均保険料
5,869円

⑤介護保険料の使いみち

例えば、令和3（2021）年度の保険料5,300円は下記の内容に使われます。



保険料の90%以上は介護サービスの費用なんだね。みんなが介護予防に力を入れると保険料も安くなるのかな。

青梅市が目指す 高齢社会像

青梅市の目指す高齢社会像として、基本理念「福祉が充実したまち」実現のもと、4つの基本目標を土台とした基本方針および基本施策を定めました。

基本施策	ア 健康管理の継続支援と生活習慣病の予防 イ 健康体操の推進 ウ 介護予防の推進	ア 高齢者を敬う機会の実施 イ 生きがいづくりと交流機会の促進 ウ 地域で活動する団体への支援	ア 公共建築物等のバリアフリー化の推進 イ 歩行者空間の整備と交通安全対策 ウ 権利擁護等の推進	ア 防犯対策の推進 イ 熱中症対策の推進 ウ 感染症対策の推進 エ 災害対策の推進 オ 緊急時の安全確保	ア 生活支援サービスの充実 イ 多様な住まいの確保	ア 見守りネットワークの充実 イ 福祉コミュニティづくりの推進 ウ ポランテア活動等の支援	ア 任意事業の推進 イ 包括的支援事業の推進 ウ 介護予防・日常生活支援総合事業の推進	ア 認知症バリアフリーの推進、社会参加支援 イ 医療・ケア・介護サービス・介護者への支援 ウ 認知症予防の推進 エ 普及啓発・本人発信支援	ア 介護サービスの充実 イ 介護保険サービスの円滑な提供 ウ 介護サービスの適正な給付	ア 保険料および所得段階の設定について イ 地域支援事業見込量および費用額の適正な推計 ウ 介護サービス見込量および費用額の適正な推計
基本方針	(1) 健康保持と健康寿命の延伸	(2) はつらつと暮らすための総合的支援	(1) 福祉のまちづくりの推進	(2) 生活安全対策の強化	(1) 総合的な生活・居住支援の充実	(2) 地域福祉活動の推進	(3) 地域支援事業による自立支援の充実	(4) 認知症施策の推進	(1) 介護保険事業の健全な運営	(2) 第1号被保険者保険料の適正な設定
基本目標	① 高齢者がはつらつと暮らせるまち 生きがいや健康づくりを通し、健康寿命を延ばすことや、地域での活動や就労等を通して、高齢者が社会の中で役割をもち、はつらつと暮らせるまちの実現を目指します。 ⇒詳しくは9～10ページ	② 高齢者が安全・安心に暮らせるまち 生きがいづくりや健康づくりを推進します。	② 高齢者が安全・安心に暮らせるまち まちを整備し災害等から高齢者を守ります。 福祉のまちづくりの整備を進め、災害や感染症、犯罪被害等から守る安全・安心なまちの実現を目指します。 ⇒詳しくは11～12ページ	③ 高齢者が住み慣れた地域で自立して暮らせるまち 高齢者が要支援状態になっても自立した生活を継続し、認知症についても手厚く住み慣れた土地で暮らせるまちの実現を目指します。 ⇒詳しくは13～17ページ	③ 高齢者が住み慣れた地域で自立して暮らせるまち 地域包括ケアシステム（次頁を参照）を推進し、高齢者が住み慣れた地域で暮らせるまちを目指します。	④ 高齢者が安心して介護を受けられるまち 介護が必要な状態になっても自立した生活を継続するため、自らの意思で、必要な介護サービスを安心して受けられるまちの実現を目指します。 ⇒詳しくは18ページ	④ 高齢者が安心して介護を受けられるまち 介護が必要な状態になっても自立した生活を継続するため、自らの意思で、必要な介護サービスを安心して受けられるまちの実現を目指します。 ⇒詳しくは18ページ	④ 高齢者が安心して介護を受けられるまち 介護が必要な状態になっても自立した生活を継続するため、自らの意思で、必要な介護サービスを安心して受けられるまちの実現を目指します。 ⇒詳しくは18ページ	④ 高齢者が安心して介護を受けられるまち 介護が必要な状態になっても自立した生活を継続するため、自らの意思で、必要な介護サービスを安心して受けられるまちの実現を目指します。 ⇒詳しくは18ページ	④ 高齢者が安心して介護を受けられるまち 介護が必要な状態になっても自立した生活を継続するため、自らの意思で、必要な介護サービスを安心して受けられるまちの実現を目指します。 ⇒詳しくは18ページ

基本理念

福祉が充実したまち



地域包括ケアシステムとは？

すべての高齢者が、住み慣れた地域で自分らしい暮らしを人生の最期まで続けることができるよう、住まい・医療・介護・生活支援・介護予防が一体的に提供される体制のことです。

高齢者が住み慣れた地域で自立して暮らせるまち

- ・配食サービス
- ・紙おむつ等給付
- ・外出支援情報提供
- ・高齢者の暮らしの手引き
- ・高齢者住宅の整備
- ・住まいの相談
- ・自治会、民生児童委員、社会福祉協議会等との連携
- ・見守り支援ネットワーク
- ・地域包括支援センター
- ・地域ケア会議
- ・在宅医療・介護連携
- ・生活支援体制整備
- ・認知症サポーター養成
- ・認知症カフェの普及
- ・認知症ケアパス（認知症支援ガイドブック）
- ・徘徊・SOSネットワーク

⇒重点事業は 13 ページ

高齢者が安心して介護を受けられるまち

- ・介護保険によるサービス
- ・介護保険運営にかかる保険料の算定

高齢者が安全・安心に暮らせるまち

- ・交通安全教室
- ・防災訓練
- ・災害対策
- ・感染症対策
- ・熱中症対策
- ・消費者被害防止
- ・高齢者虐待の防止
- ・成年後見制度の活用
- ・緊急通報システム
- ・火災安全システム

⇒重点事業は 11～12 ページ

医療と介護の連携



通所・入所
サービス

通院・入院

住まい



見守り・
多様な生活支援

在宅医療

訪問サービス

日常生活圏域

おおむね 30 分以内に必要なサービスが提供される区域で、青梅市は3つの圏域に分けています。

相談業務やサービスの コーディネーター

- ・日常生活圏域ごとの地域包括支援センター（P19裏表紙参照）
- ・ケアマネジャー



健康づくり・体力づくりの実践
担い手としての社会参加

生活支援コーディネーター

生活支援・介護予防のサービスの提供体制を整備するため、地域の住民のニーズに合わせた新しい地域資源の開発と人材育成などを行います。



生活支援

- ・おうち生活サポーター
- ・見守り支援ネットワーク事業など

- ・地域の多様な担い手
自治会、民生児童委員、
高齢者クラブ、社会福祉協議会、
シルバー人材センター、NPO、
ボランティアなど

介護予防



- ・健康診断の実施
- ・梅っこ体操の普及
- ・フレイルの予防

高齢者がはつらつと暮らせるまち

- ・梅っこ体操
- ・健康相談、健康診査
- ・体操教室
- ・介護予防
- ・フレイル予防
- ・生きがい活動
- ・地域サロン
- ・介護ボランティア活動
- ・温泉施設の利用助成
- ・就労支援

⇒重点事業は9～10 ページ

地域で高齢者の生活を支援する体制の整備

基本目標ごとの状態像 に応じた施策イメージ

心身の状況 基本目標	元気 介護予防は社会参加から！ 趣味や役割などを持ちましょう	フレイル きちんと食べて 体を動かし、 社会に参加しましょう	要支援（１・２）相当 出来ることは 積極的に取り組みましょう	要介護（１～５）状態 重度化予防とサービスを上手に利用しながら できる限り住み慣れた地域で生活できる環境を作りましょう
基本目標1 高齢者が はつらつと 暮らせるまち	健康・フレイルに関する正しい知識の普及や、健康診断の実施 健康を維持するための体操教室の開催 地域での生きがいづくりや、社会参加の促進（趣味・ボランティア・就労など）			
基本目標2 高齢者が 安全・安心に 暮らせるまち	福祉のまちづくりの推進（バリアフリー化の推進など） 成年後見制度の利用促進や、虐待防止対策 防災対策・防犯対策など緊急時の対応に向けた体制の整備 感染症対策や熱中症対策の推進			
基本目標3 高齢者が 住み慣れた 地域で自立して 暮らせるまち	介護に関する総合的な相談・高齢者の暮らしを支える情報提供 介護予防・生活支援サービス （訪問型サービス、通所型サービス） 介護予防支援（健康状態の把握や介護予防に向けた自主的な活動の支援など） 介護保険外サービス（配食サービスや紙おむつ等の給付など） 多様な住まいの確保 地域福祉活動の推進（ボランティア活動や福祉コミュニティづくりへの支援、見守り支援ネットワークの充実など） 包括的な支援体制の推進（地域包括支援センターの運営、地域ケア会議の推進、在宅医療と介護の連携推進、生活支援サービスの体制整備など） 認知症に関する正しい知識の普及・啓発・認知症サポーターの養成 認知症ケアパス（認知症支援ガイドブック）の活用 徘徊・SOSネットワーク、認知症カフェ			
基本目標4 高齢者が 安心して介護を 受けられるまち	居宅サービス・地域密着型サービスの充実 施設サービスの提供 介護保険サービスの円滑な提供（関係課機関との連携や相談情報提供体制の充実、介護サービスの質の向上など）			

基本目標

1

高齢者がはつらつと暮らせるまち

重点事業

元気に♪楽しく♪梅っこ体操

青梅市介護予防オリジナル体操「梅っこ体操」の普及を図り、地域住民が主体的に体操等を通じて介護予防や健康づくりに取り組むことを目指します。

ゆめうめ体操（仮称）

子どもから高齢者まで、全世代を対象とした青梅市オリジナル体操を作成し、各種イベントでの実演を行いながら広めていきます。

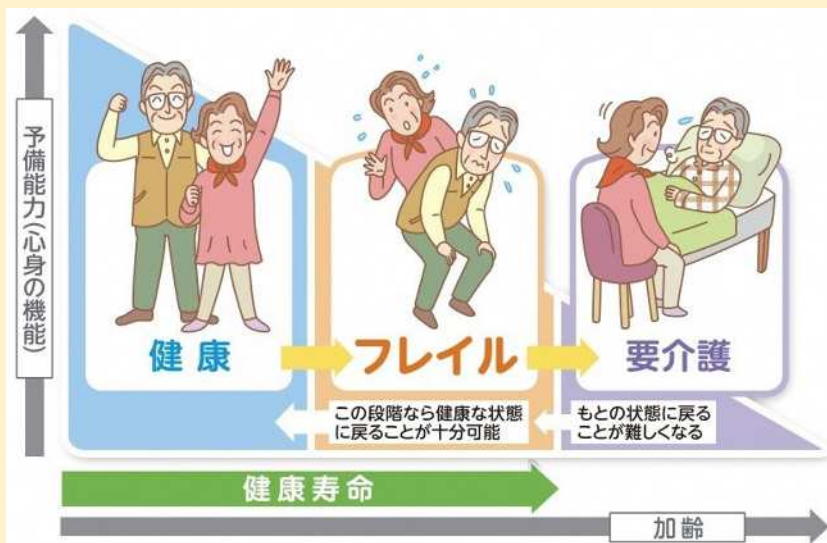
しっかり食べて、
しっかり運動！
さあ、みんなで
「梅っこ体操」！！



フレイル予防に関する普及・啓発

健康と要介護の中間の状態である「フレイル」を予防するため、運動・栄養・社会参加の3つのポイントについての情報を発信していきます。

「健康寿命」について



健康上の問題で日常生活が制限されることなく、元気に生活できる期間を「健康寿命」といいます。

多くの高齢者がフレイルを経て要介護状態になるので、フレイルを予防することが健康寿命をのばす重要なカギとなっています。

高齢者クラブへの支援

高齢者の仲間づくり、生きがいづくりのために、高齢者クラブへの支援を行います。

シルバー人材センターの運営支援

高齢者が能力や経験を生かして働く場や活躍する機会の確保を図るため、シルバー人材センターの運営を支援します。



介護ボランティアの推進

高齢者が、介護施設等でのボランティア活動を通じて、生きがいや社会参加の機会を得られるよう、介護ボランティアを推進します。

地域サロンの開設

地域における高齢者の集いの場・交流の場として、自治会館で地域サロンを開設し、定期的に交流のためのイベントを行います。



高齢者憲章の制定

市民が高齢者を敬うとともに、高齢者が希望をもって安心して年齢を重ねていくことができる長寿社会の実現を目指すため、高齢者憲章を制定し、市民に広めていきます。

「自助・互助・共助・公助」について

地域包括ケアシステムが効果的に機能するためには、「4つの助（自助・互助・共助・公助）」の連携によって様々な生活課題を解決していくが重要です。

- ・自助：個人・家族の努力や民間のサービスで生活上の問題を解決すること
- ・互助：友人・クラブ活動仲間等、個人的な関係性を持つ人間同士が助け合うこと
- ・共助：制度化された相互扶助の仕組みを活用すること
- ・公助：公による負担（税による負担）により生活の保障を行うこと

特に、今後は地域コミュニティの強化や多世代の交流を深めるため、元気高齢者等の地域での社会参加を促進し、互助・共助による地域づくりがますます重要となっています。



自助：・介護保険・医療保険の自己負担部分 ・市場サービスの購入 ・自身や家族による対応
互助：・費用負担が制度的に保障されていないボランティアなどの支援、地域住民の取組み
共助：・介護保険・医療保険制度による給付
公助：・介護保険・医療保険の公費（税金）部分 ・自治体等が提供するサービス

重点事業

青梅市高齢者虐待防止
ネットワーク連絡会

高齢者虐待防止・早期発見に向けて青梅市高齢者虐待防止ネットワーク連絡会を開催し、関係機関との連携を強化します。

また、市民に虐待の防止や、虐待発見時の早期相談・通報を呼びかけます。

消費者を見守る体制づくり

高齢者や認知症等の判断力の低下した消費者を、地域および関係機関と連携して見守る体制づくりを目指します。

緊急通報システム事業

ひとり暮らし高齢者等が家庭内で病気などの緊急事態に陥ったときに、無線発報器等で東京消防庁または民間受信センターに通報することにより、速やかな援助を行います。

犯罪防止のための情報提供の促進

特殊詐欺などの被害を未然に防ぐため、チラシの配付や市広報等への記事掲載を通じて、犯罪発生情報を配信します。

また、高齢者のいる世帯には希望に応じて、自動通話録音機の設置を行うなど、関係機関と連携しながら、注意を呼びかけます。

成年後見制度の活用支援



認知症などの理由で判断能力が十分でない方が不利益を被らないように、家庭裁判所に申立てをして、その方を援助してくれる人を選任してもらう成年後見制度の利用を推進します

在宅高齢者等に向けた感染拡大 防止のための情報提供および発信

感染症の拡大防止のため、国、都など関係機関と連携し、広報紙・ホームページ等を利用して感染情報の周知に努めます。

また、感染症についての正しい知識と適切な予防法について周知を図り、市民一人一人の感染予防策が習慣化されるよう、情報提供を行います。



熱中症予防のための情報提供・啓発活動の実施

熱中症を予防するため、広報おうめ、リーフレットの配布、ポスターの掲示、ホームページ等を通じて情報提供を行うとともに、パネル展等の啓発活動を実施します。

また、気象庁が「熱中症警戒アラート」を発表した場合、防災無線で広報するなど情報提供に努めます。

高齢者向け防災情報の発信

高齢者に分かりやすい災害時の避難場所の周知等の防災、災害に関する情報を発信します。

避難行動要支援者の支援

災害発生時等の避難の際に配慮が必要な方である避難行動要支援者の台帳を作成し、自主防災組織などの避難支援等関係者による平常時からの声かけ等、支援協力体制の強化に努めます。

介護事業所に関する重点事業

災害に関する 具体的計画の周知徹底

介護事業所等で策定している災害に関する具体的計画を定期的を確認し、災害種別ごとに対策を構築し、避難に要する時間や避難経路等の確認および職員や利用者等への周知を促進します。

感染症対応能力の向上

介護事業所等が、感染症発生時において継続的にサービスを提供するため、感染症対策の具体的な方法や留意点などについて必要な情報提供を行うとともに、感染症対応能力向上に資する研修などを実施します。



高齢者が住み慣れた地域で 自立して暮らせるまち

重点事業

高齢者の暮らしの手引きの作成・配付

高齢者が在宅で生活するための市の施策を掲載した冊子「高齢者の暮らしの手引き」を作成します。

高齢者がいる世帯等に配付し、市の高齢者施策の周知を図ります。



見守り支援ネットワーク事業



▲ 見守り支援ネットワーク事業ステッカー

見守り支援ネットワーク事業協定にもとづき、民間事業者と連携し、日常業務における緩やかな見守りを実施し、ネットワークを充実していきます。

見守り支援ネットワーク事業に協力いただいている事業者の店舗出入口や車両には、「見守り支援ネットワーク事業ステッカー」を貼っています。

外出等支援の情報提供の実施

移動に困難を抱える高齢者に対し、病院や買い物などの在宅生活に必要な支援について検討するとともに、移動支援サービス等を提供する事業者についての情報収集と、必要に応じて情報提供を行います。



地域支援事業による自立支援の充実に向けた主な事業

介護予防・生活支援サービス事業

訪問型サービス

訪問による身体介護や、生活援助サービスを実施します。

通所型サービス

機能訓練などのサービスを実施します。

一般介護予防事業

介護予防講演会

介護予防、認知症予防等に関する講演会を開催し、基本的な知識の普及啓発を図ります。

介護予防教室

介護予防となるような運動教室等の介護予防教室を開催します。

介護予防リーダー養成事業

介護予防の重要性を理解し、地域で健康づくりのための活動を担っていく介護予防リーダーを養成します。



フレイル予防を重点に各種事業を行います。

介護予防把握事業

要支援・要介護認定を受けていない65歳以上の市民に対し、生活機能に関する状態等、介護予防が必要な方の把握に努めます。

また、地域包括支援センター職員が訪問し、介護予防の説明・案内を行います。

介護予防機能の強化

介護予防リーダーなどのボランティアの協力や「青梅市地域介護予防活動支援事業補助金」の制度活用等により、高齢者等が地域で行う自主的な介護予防活動を支援していきます。

総合相談支援

高齢者の実情の把握に努め、本人・家族・近隣住民からの介護の悩みごとや困りごとの相談に対応し、総合的・専門的な助言や指導を行います。

また、地域の民生児童委員や公的機関、専門機関等と連絡を密に行い、総合的な支援の体制を整えます。



包括的・継続的 ケアマネジメント支援

介護を必要とする方に適切な介護サービスが提供されるためのケアプラン（サービス計画書）の作成やサービス事業者との調整を行うケアマネジャーに対し、個別指導や支援が困難な事例への指導・助言を行います。

また、地域で安心して介護が受けられるように、関係機関との連携・協力の体制を整えます。

介護予防ケアマネジメント

介護予防・生活支援サービス事業対象者に対して適切な介護予防サービスが提供されるよう、高齢者の健康を分析しながら効果的なケアプランを作成します。

また、サービス提供後も定期的にサービスの効果の確認を行い、自立保持のための身体的・精神的・社会的機能の維持、向上を図ります。

権利擁護

地域包括支援センターを中心に、関係機関と連携し、高齢者への虐待の予防と早期発見に取り組みます。

また、認知症など判断能力が十分でない方に対して、成年後見制度の利用などを促進し、高齢者の権利擁護に取り組みます。

地域ケア会議の推進

地域ケア会議の推進

高齢者の個々の状況に応じた自立支援を実現するために、地域の多様な専門職が協働し、高齢者が住み慣れた地域で自分らしく暮らし続けることができるよう助言や指導を行います。

また、個の課題から地域課題への吸い上げを行い、地域づくりに向けた課題発見・解決につなげていきます。



在宅医療・介護連携推進事業

地域住民への普及啓発

在宅医療・介護連携に関して、地域住民の在宅医療や介護連携の理解の促進を図ります。



情報収集、課題把握等および関係者への情報周知

在宅医療・介護連携に関して、多職種ネットワーク連絡会等を開催し、医療・介護関係者と、対応等の検討や情報共有を行います。

生活支援体制整備事業

元気高齢者等が支える家事支援サービスの担い手（おうめ生活サポーター）養成研修

高齢者の暮らしを支える新たな担い手として、また、元気な高齢者の新たな社会参加の場の1つとして、高齢者への家事支援サービスの担い手を養成するための研修を行います



生活支援サービスの体制整備

各圏域に配置された生活支援コーディネーターは、地域の協議体と一緒に地域の実情に応じた生活支援の基盤整備を推進していきます。

地域の社会資源や課題の把握を行い、多様な主体間の情報共有、および関係者間のネットワークの構築を図り、高齢者の社会参加につながるような地域活動を創出します。

「おうめ生活サポーター」について

青梅市では、元気な高齢者等が高齢者を支える側となり、家事支援を行うサービスを実施しています。市が実施する訪問家事援助の研修を受けた方が、「おうめ生活サポーター」として、掃除、買物、調理、洗濯等の生活支援を有償で行います。

認知症施策の推進に向けた主な事業

認知症サポーター養成研修の促進

認知症に関する正しい知識を持ち、地域や職場において認知症の人や家族を支援する認知症サポーターを養成するため、講師を派遣し、研修を行います。



認知症ケアパスの活用



認知症の段階に合わせた医療・介護サービスや支援の仕組み（認知症ケアパス）等を紹介するガイドブックを作成し、広く関係者や住民への効果的な周知を図ります。

認知症支援コーディネーターの配置

認知症支援コーディネーターを配置し、個別ケース支援のバックアップを行い、認知症の疑いのある高齢者の早期発見・診断・対応を進めます。

認知症カフェの普及

認知症地域支援推進員を中心に、生活支援コーディネーターや認知症疾患医療センター等と連携して認知症カフェなどを普及し、認知症本人や家族が集う活動を推進します。

認知症地域支援推進員の配置

地域における認知症の理解を推進するため、介護や認知症に関する専門知識をもつ認知症地域支援推進員を各地域包括支援センターに配置します。



徘徊・SOSネットワーク事業

認知症などで行方不明になる可能性のある高齢者を見守り、早期発見・保護できるよう、ICTを活用した捜索支援アプリの活用等に取り組みます。

基本目標

4

高齢者が安心して介護を受けられるまち



令和3年度からの介護保険料

課税状況	所得段階	対象者	保険料率	年間保険料
市民税非課税の方 世帯全員が	第1段階	・生活保護を受給している方 ・老齢福祉年金の受給者で世帯全員が市民税非課税の方	基準額 ×0.28	17,800円 (月額約1,483円)
		・「課税年金収入額+合計所得金額」が80万円以下の方		
	第2段階	・「課税年金収入額+合計所得金額」が80万円を超え、120万円以下の方	基準額 ×0.50	31,800円 (月額約2,650円)
世帯員が市民税課税の方 本人が市民税非課税かつ	第3段階	・「課税年金収入額+合計所得金額」が120万円を超える方	基準額 ×0.65	41,300円 (月額約3,441円)
	第4段階	・「課税年金収入額+合計所得金額」が80万円以下の方	基準額 ×0.85	54,000円 (月額約4,500円)
介護保険料を支払う本人が市民税課税の方	第5段階	・「課税年金収入額+合計所得金額」が80万円を超える方	基準額	63,600円 (月額5,300円)
	第6段階	・前年の合計所得金額が120万円未満の方	基準額 ×1.11	70,500円 (月額約5,875円)
	第7段階	・前年の合計所得金額が120万円以上210万円未満の方	基準額 ×1.32	83,900円 (月額約6,992円)
	第8段階	・前年の合計所得金額が210万円以上320万円未満の方	基準額 ×1.63	103,600円 (月額約8,634円)
	第9段階	・前年の合計所得金額が320万円以上400万円未満の方	基準額 ×1.66	105,500円 (月額約8,792円)
	第10段階	・前年の合計所得金額が400万円以上600万円未満の方	基準額 ×1.90	120,800円 (月額約10,067円)
	第11段階	・前年の合計所得金額が600万円以上800万円未満の方	基準額 ×2.08	132,200円 (月額約11,017円)
第12段階	・前年の合計所得金額が800万円以上1,000万円未満の方	基準額 ×2.20	139,900円 (月額約11,659円)	
第13段階	・前年の合計所得金額が1,000万円以上の方	基準額 ×2.35	149,400円 (月額約12,450円)	

※ 保険料率については、消費税率変更に伴う社会保障の充実として軽減対策が行われています。

第1段階：0.45 → 0.28、第2段階：0.66 → 0.5、第3段階：0.70 → 0.65

お困りごとは地域包括支援センターにご相談ください。

地域包括支援センターでは、高齢者の健康や生活の困りごとのご相談をお聞きしています。また、地域を巡回し、高齢者のお宅を訪問して、ご相談をお聞きしたり、介護に関することなどの情報提供を行っています。

お困りごとがある場合は、お住まいの地区の地域包括支援センターへ電話または来所によりお気軽にご相談ください。緊急時の対応もいたします。



生活圏域	名称	所在地・連絡先	担当地区
第1地区	青梅市地域包括支援センター	東青梅1-11-1 市役所高齢者支援課内 電話22-1111	勝沼、西分町、住江町、本町、仲町、上町、森下町、裏宿町、天ヶ瀬町、滝ノ上町、大柳町、日向和田、東青梅、根ヶ布、師岡町
第2地区	青梅市地域包括支援センターうめその	駒木町3-594-1 メディアケア梅の園内 電話24-2882	駒木町、長淵、友田町、千ヶ瀬町、河辺町、畑中、和田町、梅郷、柚木町、二俣尾、沢井、御岳本町、御岳、御岳山
第3地区	青梅市地域包括支援センターすえひろ	末広町1-4-5 青梅すえひろ苑内 電話33-4477	吹上、野上町、大門、塩船、谷野、木野下、今寺、新町、末広町、藤橋、今井、富岡、小曾木、黒沢、成木

第8期 青梅市高齢者保健福祉計画・介護保険事業計画
やさしい版（概要版）

発行者：青梅市

〒198-8701 東京都青梅市東青梅1丁目11番地の1

発行日：令和3（2021）年3月

企画編集：青梅市健康福祉部介護保険課・高齢者支援課

電話番号 0428-22-1111（代表）

ホームページ <https://www.city.ome.tokyo.jp>