

暮らしにお役立ててください～高齢者の皆さんへの各種事業等～

☆参加・利用しませんか

介護予防教室 介護予防講演会	いつまでも自分らしく元気であるために、介護予防や健康づくりに関する教室や講演会を開催します。開催時は、広報おうめ等でお知らせします。 対象 市民※教室により、対象条件が異なります 問い合わせ 高齢者支援課包括支援係
認知症サポーター 養成研修 の講師派遣	認知症サポーター（認知症を正しく理解し、認知症の人やその家族を温かく見守り応援をしていく人）を養成するためのキャラバン・メイト（講師）を派遣します。講師料は無料です。 対象 おおむね10人以上の団体・グループ等 問い合わせ 高齢者支援課包括支援係
高齢者クラブ	市内の各地域に53の高齢者クラブがあります。地域の高齢者が自主的に組織した団体で、健康で豊かな生活のため、さまざまな活動をしています。 対象 60歳以上の方 問い合わせ 高齢者支援課地域支援係
シルバーパス	申し込みにより、最寄りのシルバーパス常設発行窓口で、都内の民営バス、都営バスなどが利用できる東京都シルバーパス（有料）が発行されます。 対象 満70歳以上の都民 問い合わせ 東京バス協会 ☎03-5308-6950
シルバー 人材センター	シルバー人材センターへ会員登録し、能力・経験に応じた軽作業等の仕事をします。また、植木の手入れ等の仕事を依頼できます。 対象 おおむね60歳以上の健康な方 問い合わせ シルバー人材センター ☎24-8171
シルバー マイスター制度	そば打ち、二胡演奏、草木染めなど優れた技能・知識・経験をお持ちの高齢者を派遣します。講師料は無料です。 対象 福祉施設、高齢者クラブ、団体など 問い合わせ 高齢者支援課地域支援係
沢井・小曾木 保健福祉センター	高齢者の憩いの場として利用できるよう集会室などを設置しています。利用証の発行のため住所、氏名、年齢を確認できるものを各施設にお持ちください。 ▷ 沢井保健福祉センター（沢井2-847-3 ☎78-7788） ▷ 小曾木保健福祉センター（小曾木4-2176-2 ☎74-7197） 利用時間 午前10時～午後6時30分 ※冬期（10月～3月）は午後5時30分まで 休館日 第2金曜日、年末年始 対象 60歳以上の方 問い合わせ 各保健福祉センター
教養講座	高齢者の趣味の充実や仲間づくりを目的に各講座を開催しています。 ▷ 福祉センター（東青梅1-177-3 ☎22-1111内線11505）…詩吟・毛筆・ペン習字・茶道・華道 ▷ 沢井保健福祉センター（☎78-7788）…茶道・華道 ▷ 小曾木保健福祉センター（☎74-7197）…合唱・絵画 対象 60歳以上の方 問い合わせ 福祉センター、各保健福祉センター
梅っこ体操 CD・DVD 貸し出し	いつまでも元気はつらつしているために、継続的な運動習慣や仲間づくりが必要です。そのため、市ではオリジナル介護予防体操のCD・DVDを制作しました。高齢者支援課および中央図書館で無料で貸し出します。 対象 市民 問い合わせ 高齢者支援課包括支援係
介護DVD 貸し出し	高齢者の介護のためのDVDを無料で貸し出します。 対象 市民、ボランティアグループ、福祉施設、福祉団体関係者など 問い合わせ 高齢者支援課地域支援係

☆相談機関

地域包括 支援センター	高齢者の多様なニーズや相談に総合的に対応します。 業務内容 介護予防マネジメント▷総合相談・支援▷権利擁護、虐待早期発見・防止▷地域のケアマネジャーの支援▷各種サービスの申請代行 対象者 高齢者およびその家族等 対象地域・施設 ▷ 青梅・東青梅地区…地域包括支援センター（☎22-1111内線2127）（市役所1階高齢者支援課内） ▷ 長淵・河辺・梅郷・沢井地区…地域包括支援センターうめぞの（駒木町3-594-1メディアケア梅の園内 ☎24-2882） ▷ 大門・新町・今井・小曾木・成木地区…地域包括支援センターすえひろ（末広町1-4-5すえひろ苑内 ☎33-4477） 問い合わせ 各地域包括支援センター
----------------	--

☆住宅課のサービス

高齢者住宅事業	専用の集合住宅（青梅シルバーピア新町・1棟15戸・新町3-54-17）に生活協力員を置き、安心して自立した生活が送れるよう、配慮した施設です。空き室が生じた場合、広報おうめ等で公募します。 対象 住宅にお困りの65歳以上で自立した生活をしている一人暮らしの方 問い合わせ 住宅課公営住宅係
---------	--

☆清掃リサイクル課のサービス

指定収集袋の減免	ごみ袋引換券を交付します。なお、申請が必要です。印鑑をお持ちのうえ、清掃リサイクル課（市役所5階）へお越しください。 対象 世帯全員が65歳以上で、市民税非課税世帯の在宅の方 週2回の「燃やすごみ」の日に、おむつを無料で収集しています。汚物は取り除き、透明または半透明の袋に入れて排出してください。 対象 在宅の方
おむつごみの 無料収集	

☆高齢者支援課のサービス 問い合わせ 高齢者支援課地域支援係・包括支援係

温泉保養施設の 利用助成	市指定の温泉保養施設を利用する場合に料金の一部を助成します。 ▷ 宿泊の場合、1泊につき3,000円（年間4泊以内） ▷ 日帰りの場合、1日1回につき3,000円（年間12日以内） 対象 65歳以上の在宅の方および援護者 実施施設 市指定の宿泊施設または日帰り施設 ※詳しくはお問い合わせください。
訪問理美容 サービス	訪問サービス券（年間6回分を限度）を交付し、自宅で理美容サービスを受ける際の訪問料金（出張料）を助成します。 対象 在宅の65歳以上の介護保険要介護3・4・5の方 実施施設 契約理容店・美容店
日常生活用具 の給付	腰掛便座、入浴補助用具、歩行補助車等を一定の基準額まで1割（一定以上の所得のある方は2割または3割）の自己負担で給付します。事前の申請が必要で、購入後の助成はできません。 対象 介護保険で非該当と判定されたが、日常生活用具の給付が必要と認められる65歳以上の方
住宅改造費の助成	浴槽・流し台・洋式便器等の設備改造費を一定の基準額まで1割（一定以上の所得のある方は2割または3割）の自己負担で助成します。事前の申請が必要で、工事着工後の助成はできません。 対象 おおむね65歳以上で、住宅の改造が必要と認められる方（要介護認定の申請をしてください）
紙おむつの給付	紙おむつ、尿取りパット、おむつカバー（組み合わせ等は選択可）を月額8,000円を限度とし、現物支給します。給付額の1割を自己負担していただきます。 対象 おおむね65歳以上の市民税非課税世帯の在宅の方で、寝たきり等でおむつを必要とする方
配食サービス	1食400円の自己負担で、週3回までボランティア等により昼食を配達します。 対象 おおむね65歳以上の一人暮らしの方または高齢者世帯の方で、身体的、精神的機能の低下で炊事困難の方
寝具乾燥サービス	日当たりが悪いなど寝具の自然乾燥ができない環境にある世帯に、月1回4枚まで寝具の乾燥を1割の自己負担で行います。 対象 65歳以上の寝たきり高齢者がいる世帯または65歳以上の一人暮らしの方もしくは高齢者世帯の方
緊急通報システム	急病や緊急事態のときに、無線発報器（ペンダント）により救急車の出動などの救護が受けられます。本人の身体状況の調査と、本人の所得に応じて費用負担があります。 対象 おおむね65歳以上の一人暮らしの方または高齢者世帯の方等で、発作を起こしやすい病気等があり、設置が必要と認められる方
火災安全システム	専用通報機の貸与をしています。この通報機により、火災発生時に消防車両等の出動が受けられます。本人の所得に応じて、費用負担があります。 対象 おおむね65歳以上の一人暮らしの方等で、設置が必要と認められる方
福祉電話の設置	電話機の設置にかかる費用を助成します。本人の希望により週2回まで、安否の確認を行っています。 対象 65歳以上の一人暮らしの方または高齢者世帯の方で、市民税非課税世帯であり、現在電話がなく近隣に親族が居住していない方
徘徊高齢者 家族支援サービス	人工衛星（GPS）と携帯電話の電波網を利用し、位置探索を行う機器の端末を貸与します。 利用料金 かかった費用の1割の額 ※その他必要により自己負担があります。 対象 認知症で、徘徊行動が見られるおおむね65歳以上の在宅高齢者を介護している親族
介護サービス 相談員の派遣	介護保険施設や居宅等を訪問し、介護サービス利用者や家族等の話を聞き、相談に応じる等の活動を行う相談員を派遣します。利用料は、かかりません。 対象 介護保険制度における介護サービス利用者とその家族等

☆社会福祉協議会のサービス 問い合わせ 社会福祉協議会 ☎22-1233

いきいきサービス	市民の助け合いによる登録者の協力を得て、在宅での日常生活に必要な家事などのお手伝いをします。 利用料金 1時間900円（税込み） ※交通費を負担していただくことがあります。 対象 市内の65歳以上の方または障害のある方で、住宅での日常生活に困っている方
車いすの貸し出し	散歩、通院、旅行等で車いすが必要な場合、無料で貸し出します。貸出期間は、原則として1か月間です。 対象 歩行困難な方
ハンディキャブの 貸し出し	車いすごと乗車可能な自動車の貸し出しを行っています。車両の貸し出しのみで、運転手の手配はできません。申し込みは、利用の3か月前から先着順で受け付けます。 貸し出し車両 ▷ マツダAZワゴン・定員3人・軽自動車（スロープ式） ▷ 日産キャラバン・定員9人・普通車（ワンボックス・自動リフト） ※利用制限、利用上の注意等がありますので、お問い合わせください。 対象 車いすを利用している方の家族、一般乗用車に乗車困難な方の家族、その他青梅市社会福祉協議会会長が特に必要と認められた方
緊急通報システム	急な発病、発作、けが、押し売りなど身の危険を感じた時、ペンダント型救急ボタンを押すと24時間体制の警備会社に通報され、所定の連絡等を行います。 毎月の利用料は自己負担です。 対象 おおむね65歳以上の方または障害のある方（同居家族の有無は問いません）