

## 高齢者のために

—保健福祉・医療編—

恵庭市は、全道 35 市の中で介護認定率（要支援 1・2、要介護 1～5）が一番低いまちです。ここでは、高齢者の皆さんができるだけ不安のない暮らしを送ることができるように、様々な制度を一覧にしました。

### 高齢者の健康づくり・介護予防

問合せ先：介護福祉課（内線 1209、1246）

名称	内容
家庭訪問	保健師・管理栄養士が健康に関する相談や介護予防のアドバイスをを行います
介護予防講演会・出前講座	「介護予防」をテーマに講演会を開催します。また、自治会等に出向き、出前講座を行います
いきいき百歳体操 サポーター養成講座	「いきいき百歳体操」のサポートを行うボランティアサポーターの養成をします
プレミアム健康度チェック	骨密度チェックなどを行い、結果をもとに保健師、栄養士、歯科衛生士が個別相談を行います
えにわウェルカム 75	年度内に 75 歳を迎える方を対象に、後期高齢者医療制度や健康づくりの講話を行います

### 介護予防と生活支援サービス（社会福祉協議会）

問合せ先：社会福祉協議会（☎ 33-9436）

名称	内容	利用回数・料金等
布団丸洗い・乾燥・消毒サービス	過去 6 カ月寝たきりの状態で、介護保険法の要介護度が 3～5 の判定を受けた高齢者や身体障がい者を対象にふとんの丸洗い、乾燥、消毒を行います	利用料 洗濯料の 1 割 利用回数 1 人年 3 回まで
訪問理美容サービス	6 カ月以上在宅で寝たきり状態の高齢者や重度身体障がい者、または日常的に車いすを利用する 65 歳以上の高齢者で要介護度 3 以上の認定を受けた人が対象です	利用料 1 回 300 円 利用回数 1 人年 6 回まで
外出支援サービス	日常的に車いすを使用していて、公共交通機関を利用しにくい高齢者や障がい者を対象に、通院や手続き、催しなどの送迎を行います。市内は、土・日曜日にも利用できます	利用料 片道 200 円（市内） その他 事前に登録が必要
除雪サービス	除雪が困難なひとり暮らしの高齢者世帯などに対し、玄関から道路までの除雪をして生活道路を確保します（おおむね 1m 幅）。詳細は、問い合わせください。毎年度申し込みが必要です	利用者負担額（一冬あたり） ①生活保護世帯 無料 ②市民税非課税世帯 5,000 円 ③市民税課税世帯 10,000 円 詳しくは問い合わせください

### 医療機関にかかるとき

問合せ先：国保医療課（内線 1167、1168）

名称	対象者	内容	利用方法
医療費の給付	後期高齢者医療制度 ① 75 歳以上の人（75 歳の誕生日から加入。手続きは必要ありません） ② 65 歳～74 歳で一定の障がいのある人（申請し、認定を受けた日から加入します）	一部負担金（医療費の 1 割～3 割。2 割または 3 割は一定以上所得世帯の人）を除く全額を給付。ただし、保険適用外を除く。また、自己負担が高額になり、限度額を超えた場合は、超えた分が申請により後から支給されます ※ 2 回目からは申請の必要はありません	医療機関の窓口で、後期高齢者医療被保険者証を提出すると、自動的に受けられます ※ 該当すると思われる人で、後期高齢者医療被保険者証のない人は、問合せ先まで連絡ください

※ 1. 後期高齢者医療制度の運営は、北海道後期高齢者医療広域連合（☎ 011-290-5601）が行っています

※ 2. 入院中の食事代の標準負担額は、460 円/食です。また、住民税非課税世帯や指定難病医療受給者証をお持ちの場合、軽減になる制度があります。国保医療課に相談ください

予防接種を受けるとき

問合せ先：保健課（☎ 25-5700）

種類 (対象疾患)	対象年齢および接種方法	利用方法
高齢者肺炎球菌ワクチン (肺炎球菌による肺炎・髄膜炎など)	①満 65 歳の人 ② 60 歳～65 歳未満で心臓・腎臓または呼吸器の機能またはヒト免疫不全ウイルスによる免疫機能に障がいを持つ障害者手帳 1 級の人 ・ 1 回 (過去にこのワクチンを接種したことがない人が対象) ※詳しくは問い合わせください	指定医療機関で個別に接種してください (指定医療機関は市民健康カレンダーで確認してください)
高齢者等インフルエンザ (インフルエンザ)	① 65 歳以上の人 ② 60 歳～65 歳未満で心臓・腎臓または呼吸器の機能またはヒト免疫不全ウイルスによる免疫機能に障がいを持つ障害者手帳 1 級の人 ・ 1 回 (各年度の実施期間中) ※詳しくは問い合わせください	予約が必要な場合がありますので、事前に医療機関に確認ください  <b>料金</b> 高齢者肺炎球菌 2,500 円 インフルエンザ 1,000 円 ※生活保護受給者は無料 成人風しんワクチン 無料
成人風しんワクチン ※令和 7 年 3 月末まで実施	①昭和 37 年 4 月 2 日から昭和 54 年 4 月 1 日までの間に生まれた男性 ※抗体検査を実施。その結果、免疫がないと判明した人のみ接種。 詳しくは問い合わせください	

※市外の施設入所、市外医療機関への入院などの理由で恵庭市以外の市町村や医療機関での接種を希望する場合は、事前に申請手続きが必要です

一人暮らしの高齢者の安心のために

問合せ先：社会福祉協議会（☎ 33-9436）

名称	内容	利用料金等
緊急通報システム端末機の貸し出し	病気などにより日常生活に支障のある、おおむね 65 歳以上のひとり暮らしの高齢者などを対象に、24 時間いつでも緊急通報できる携帯端末機を有料で貸し出します。	利用料／毎月 300 円
配食サービス	病気や障がいなどにより調理が困難な高齢者世帯に夕食弁当を配達し、あわせて安否確認を行います	利用料／1 食 470 円～644 円 ※選択事業者によって異なります 休み／年末年始、一部日曜休み
介護用品の支給	自宅で過去 1 か月以上紙おむつなどの介護用品を使用している寝たきりの高齢者、または 4 歳以上の重度心身障がい者に介護用品を支給します	支給対象／前年度の所得税非課税世帯 支給枚数等／おむつ等の種類により異なります ※支給用品額の 1 割を自己負担、支給用品の月額上限 6,500 円

自宅で高齢者の介護をしている人に

問合せ先：介護福祉課（内線 1221、1222）

名称・問合せ先	内容	利用料金等
恵庭市 SOS ネットワーク	未帰宅となる可能性のある人の名前や特徴などの情報を本人や家族の同意を得て、あらかじめ登録しておく「事前登録制度」と「メール配信サービス」で早期発見・保護に努めます	利用料／無料 その他／事前登録制度は顔写真が必要になります
家族介護者交流事業	介護者同士がお互いの介護に関する悩みなどを話し合うことを主とした交流をすることで、心身の負担を軽減できる場を提供します	※開催にあたっては「広報えにわ」などでお知らせします

在宅での介護が困難になったとき

問合せ先：介護福祉課（内線 1224）

名称	内容	利用回数・料金等
養護老人ホーム等への入所	家庭環境や住宅事情、経済的な事情、心身上などの理由で、在宅での生活が困難な高齢者が入所できます 市内には養護老人ホームがありませんので、他の市町村にある施設を利用しています また、入所する施設を選ぶことはできません 養護老人ホームへの入所は、入所判定委員会の判定によって決まります	利用料 入所者本人、および扶養義務者の負担能力に応じて負担金の支払いが必要になります

## 在宅高齢者の介護・支援の相談窓口一覧

名称・問合せ先	内容
◆たよれーる・ひがし (恵庭市ひがし地域包括支援センター) (☎ 29-5541) ◆たよれーる・みなみ (恵庭市みなみ地域包括支援センター) (☎ 34-8467) ◆たよれーる・きた (恵庭市きた地域包括支援センター) (☎ 25-3100) ◆たよれーる中島・恵み野 (恵庭市中島・恵み野地域包括支援センター) (☎ 36-0036)	高齢者が住み慣れた地域で安心して自分らしい生活が続けられるように、介護に関する悩みや心配事の相談などをお受けし、心身の状況にあわせた総合的なサービス利用などの相談・調整を行います。要介護認定で要支援1、2と判定された人、介護支援が必要になるようなサインがみられる人には、介護予防に取り組むための事業等について説明・相談を行います
◆介護福祉課 (内線 1209、1221、1222、1223、1224、1227、1228、1229、1246)	介護保険の認定申請、各種保険サービスの利用、保険料、在宅高齢者などの介護や福祉に関する相談などを行います
◆保健課 (☎ 25-5700)	在宅高齢者の健康について、保健師、栄養士、歯科衛生士が相談に応じます
◆社会福祉協議会 (恵庭市成年後見支援センター) (☎ 32-0007)	高齢や障がいにより、福祉サービスの手続きや生活費・預金通帳などの金銭管理、大切な書類の保管など、日常生活の判断に不安のある人の預かりのお手伝いとして、日常生活自立支援事業(有料)があります。また、成年後見制度の相談支援も行っております。いずれも相談は無料ですので、まずは電話で問い合わせください
◆成年後見センター・リーガルサポートさっぽろ (☎ 011-280-7078) ◆札幌弁護士会高齢者・障がい者支援センター「ホッと」 (☎ 011-242-4165) ◆北海道社会福祉士会権利擁護センター「ばあとなあ北海道」 (☎ 011-213-1313) ◆一般社団法人 北海道成年後見支援センター (北海道行政書士会) (☎ 011-210-0650)	認知症、知的障がい、精神障がいによって、判断能力が十分ではない人が、相続や売買などにおいて法律上の問題があった場合に、不利益を受けないように保護・支援する成年後見制度についての相談をお受けします

## 毎日の暮らしの中で

こんなとき	内容	問合せ先
仕事がしたい	高齢者で仕事をしたい人のために、短期的・臨時的な仕事を提供しています	シルバー人材センター (☎ 34-0311)
仕事を頼みたい	短期的・臨時的な仕事をお受けしています。ご相談ください	シルバー人材センター (☎ 34-0311)

## 地域活動、趣味、レクリエーション

こんなとき	内容	問合せ先
趣味や活動の場が欲しい	老人クラブ活動をはじめ、趣味やレクリエーション活動には、地域の老人憩の家を利用ください	介護福祉課 (内線 1223)
話や交流できる仲間がほしい	各地域の老人クラブでは、スポーツ、社会奉仕活動などを通じ交流を深めています。加入は、地域の老人クラブ会長に直接申し込みください	介護福祉課 (内線 1223)
だれかの役に立ちたい	ボランティアセンターでは、ボランティアを知りたい、活動してみたい人の窓口になっています。平成28年度から「恵庭市介護支援ボランティアポイント事業」、令和3年度から「有償サービス事業」が始まっています	ボランティアセンター (社会福祉協議会) (☎ 32-0007)
老人クラブ活動の足がほしい	老人クラブ活動などには、福祉バス(リフト付き)を運行しています	介護福祉課 (内線 1223)
知識や教養を深めたい	長寿大学／63歳以上の人を対象に一般教養、高齢期の生活文化などを学びます 開設時期▶4月～3月(年20回程度) 入学生募集期間▶2月上旬 課程▶4年課程 ※卒業後、希望により大学院(2年)課程があります その他／市民講座・公民館サークルなどもあります	社会教育課 (内線 1715)
体力を向上し、健康な生活を長く続けたい	介護予防シニア体力測定会／高齢者の健康と関連の深い、全身持久力、筋力、柔軟性等を測定し、健康増進、介護予防につなげます 対象▶老人クラブ会員や60歳以上の人 介護予防老人健康ハイキング／歩くことは健康の基本です。毎年、各地公園の散策やハイキングコースを歩きます	介護福祉課 (内線 1223)

## 敬老の日を迎えて

問合せ先：介護福祉課(内線 1223)

名称	内容
敬老祝品の贈呈	長寿をお祝いし、年齢の節目に敬老祝品を贈呈します 対象者▶9月1日現在で6カ月以上市内に居住し、その年の4月1日～翌年3月31日の間に満100歳を迎える人 贈呈時期▶毎年9月中

# 高齢者のために

一介護福祉編一

高齢者をみんなで支え合う介護保険制度。ここでは、**問合せ先** 介護福祉課 内線1227、1222 (介護認定) 内線1228、1229 (介護保険) 介護保険の手続き、利用できる介護サービスの内容、事業者、施設などをまとめてお知らせします。

## 介護保険のサービスを利用できる人

介護サービスを利用するには「介護または支援が必要であると認定されること」が必要です。そのための申請は、市の介護福祉課窓口で行います。ただし、この申請は、地域包括支援センター、居宅介護支援事業所や介護保険施設（18ページ参照）に代行してもらうことができます。

## 介護予防・日常生活支援総合事業でのサービス利用

65歳以上の人で訪問介護（ホームヘルプサービス）・通所介護（デイサービス）を希望する人は、ご自身の健康状態をチェックする基本チェックリストで該当すれば、事業対象者と認定されサービスを利用できます。

## 介護認定の流れ～申請から利用まで

申請	介護サービスを受けるためには、要介護認定の申請が必要です
調査	本人の心身の状態を調べるため、本人及び家族から聞き取り調査を行います
審査判定	訪問調査の結果や医師の意見書をもとに、専門家が審査します
認定	原則として申請から30日以内に、市から認定結果をお送りします
介護サービス計画・介護予防サービス計画作成	本人の希望や心身の状態に合った介護サービス計画・介護予防サービス計画を作成してもらいます
サービスの利用	介護サービス計画・介護予防サービス計画に基づいてサービスを利用します

## 介護保険の届け出一覧

こんな時には届け出を	届け出に必要なもの	手続方法
介護認定を受けるとき	①認定申請書 65歳以上の人▶介護保険被保険者証 40～64歳の人▶健康保険被保険者証	本人、家族などが要介護認定の申請をしてください。申請は、地域包括支援センター、居宅介護支援事業所、介護保険施設も申請を代行することができます
転入するとき	◀認定を受けている人▶ ①認定申請書 ②介護保険受給資格証明書 ◀認定を受けていない人▶ 特に必要ありません	転入してから14日以内に介護福祉課、支所・出張所で手続きをしてください 介護保険被保険者証を後日郵送します
転出するとき	◀認定を受けている人▶ ①介護保険被保険者証 ◀認定を受けていない人▶ ①介護保険被保険者証	介護保険受給資格証明書をお渡ししますので転出してから14日以内に転出先へ提出してください 介護保険被保険者証を介護福祉課へお返しください
被保険者が亡くなったとき	①介護保険被保険者証	亡くなられた人の介護保険被保険者証を介護福祉課へお返しください
被保険者証を紛失したとき	①介護保険被保険者証等再交付申請書 ②本人確認ができる書類	被保険者証を再交付しますので、介護福祉課、支所・出張所で申請ください

## 介護保険の要介護認定で認定された人、総合事業対象者が利用できるサービス

### ①訪問によるサービス

サービス名	内容	対象
訪問型短期集中予防事業	保健師、栄養士、歯科衛生士が家庭を訪問し、栄養状態、口腔機能改善の支援を行います	要支援者 総合事業対象者
定期巡回・臨時対応型訪問介護・看護	日中・夜間を通じて、1日に複数回の定期的な訪問や、通報による訪問で、介護と看護の連携したサービスを受けます	要介護者
訪問介護・訪問介護相当サービス	訪問介護員が家庭を訪問し、入浴・排せつ・食事などの身体介護や調理・洗濯などの生活援助を行います	要介護者 要支援者 総合事業対象者
訪問入浴介護・介護予防訪問入浴介護	浴槽を積んだ入浴車で家庭を訪問し、入浴の介護を行います。要支援者は、介護予防を目的としたサービスを受けます	要介護者 要支援者
訪問リハビリテーション・介護予防訪問リハビリテーション	理学療法士や作業療法士、言語聴覚士が家庭を訪問し、リハビリテーションを行います	
訪問看護・介護予防訪問看護	看護師などが家庭を訪問して、療養の世話や診療の補助を行います	
居宅療養管理指導・介護予防療養管理指導	医師、薬剤師などが家庭を訪問し、療養上の管理や指導を行います	

### ②通所によるサービス

サービス名	内容	対象
通所型短期集中予防事業	恵庭市が委託している事業所が実施する機能向上プログラムに3カ月間、週1回（全12回）通い、生活機能の改善を目指します	要支援者 総合事業対象者
通所介護・通所介護相当サービス	デイサービスセンターなどで食事や入浴などの日常生活上の支援を行います	要介護者 要支援者 総合事業対象者
通所型サービスA	デイサービスセンターなどで体操等の運動、レクリエーションなどを行います	要支援者 総合事業対象者
通所リハビリテーション・介護予防通所リハビリテーション	介護老人保健施設などで日常生活上の支援やリハビリテーションを行います	要介護者 要支援者
認知症対応型通所介護・介護予防認知症対応型通所介護	認知症と診断された人に対し、食事や入浴などの日常生活上の支援を行います	要介護者 要支援者

③短期入所によるサービス

サービス名	内容	対象
短期入所生活介護・ 短期入所療養介護・ 介護予防短期入所生活介護・ 介護予防短期入所療養介護	特別養護老人ホームや介護老人保健施設などに短期間入所し、日常生活上の支援や介護を提供します	要介護者 要支援者

④施設で利用できるサービス

サービス名	内容	対象
特別養護老人ホーム	常時介護が必要で、居宅での生活が困難な高齢者が対象になります。要介護1、2の方は原則利用できません	要介護者
介護老人保健施設	病状が安定し、リハビリテーションや看護が必要な高齢者が対象になります	
介護医療院	長期にわたり医学的な管理のもと療養が必要な高齢者が対象になります	

⑤その他の居宅サービス

サービス名	内容	対象
特定施設入居者生活介護・ 介護予防特定施設入居者生活介護	有料老人ホームなどに入所している高齢者に、日常生活上の支援や介護を行います	要介護者 要支援者
認知症対応型共同生活介護・ 介護予防認知症対応型共同生活介護 (認知症高齢者グループホーム)	認知症のため介護を必要とする人が9人程度で共同生活を営む住居で介護を行います ※要支援1の人は該当になりません	
小規模多機能型居宅介護・ 介護予防小規模多機能型居宅介護	通い(通所)を中心に、訪問や宿泊を組み合わせたサービスを提供します	
福祉用具の貸与・ 介護予防福祉用具の貸与	日常生活の自立を支援するための福祉用具を貸与します。一部貸与の対象とならないものがあります。詳しくは問い合わせください	
福祉用具・ 介護予防福祉用具の購入費の支給	入浴や排せつなどに使用する福祉用具の購入費を支給します。一部購入の対象とならないものがあります。詳しくは問い合わせください	
住宅改修費・ 介護予防住宅改修費の支給	手すりの取付や段差の解消など、小規模な住宅改修費を支給します。詳しくは問い合わせください	
ケアプランの作成 (居宅介護支援・介護予防支援)	要介護者に対し、介護支援専門員がケアプラン(介護保険サービスの利用計画)を作成します。また、要支援者に対しては、地域包括支援センターなどの職員が介護予防ケアプランを作成します。なお、介護サービスを受けるためには、ケアプランが必要です	要介護者
看護小規模多機能型居宅介護	通い(通所)を中心に、訪問(介護・看護)や宿泊を組み合わせたサービスを提供します	

利用料について

利用料の支払い	<ul style="list-style-type: none"> <li>介護サービスを利用したときにかかった費用の1割～3割を自己負担します</li> <li>※所得が一定以上ある65歳以上の人は2割～3割負担となります</li> <li>施設に入所している場合は、上記の費用のほかに食事代などを自己負担します</li> </ul>
利用料負担の軽減等	<p>市民税非課税世帯で一定の要件を満たす人が、社会福祉法人が提供する訪問介護、通所介護、短期入所、生活介護、特別養護老人ホームの入所を利用したときは、利用料負担の1/4が軽減されます(市に申請が必要です)</p>
高額介護サービス費の支給額	<p>介護サービスを利用し、自己負担額(かかった費用の1割～3割)が、下記の上限額を超えた場合、申請により、その超えた額が後日支給されます</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>利用者負担第1段階 対象▶生活保護受給者 利用上限額▶月15,000円</li> <li>利用者負担第2段階 対象▶世帯全員が市民税非課税で年金収入と合計所得金額の合算額が80万円以下の人 利用上限額▶月15,000円</li> <li>利用者負担第3段階 対象▶世帯全員が市民税非課税で年金収入と合計所得金額の合算額が80万円超の人 利用上限額▶月24,600円</li> <li>利用者負担第4段階(現役並み所得者Ⅰ、一般) 対象▶本人は市民税非課税だが世帯員のいずれかが市民税課税の人、または市民税課税で課税所得380万円(年収約770万円)未満の人 利用上限額▶月44,400円</li> <li>利用者負担第4段階(現役並み所得者Ⅱ) 対象▶課税所得380万円(年収約770万円)～課税所得690万円(年収1,160万円)未満の人 利用上限額▶月93,000円</li> <li>利用者負担第4段階(現役並み所得者Ⅲ) 対象▶課税所得690万円(年収約1,160万円)以上の人 利用上限額▶月140,100円</li> </ol>
食費・居住費の負担額	<p>介護施設に入っている場合は、食費および居住費も負担します。所得の低い人は、市に申請することにより認定証が交付されます</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>利用者負担第1段階 食費▶300円/日 居住費▶820円/日 ※R6.8月から880円/日</li> <li>利用者負担第2段階 食費▶390円/日 (短期入所の場合600円/日) 居住費▶820円/日 ※R6.8月から880円/日</li> <li>利用者負担第3段階1 食費▶650円/日 (短期入所の場合1,000円/日) 居住費▶1,310円/日 ※R6.8月から1,370円/日</li> <li>利用者負担第3段階2 食費▶1,360円/日 (短期入所の場合1,300円/日) 居住費▶1,310円/日 ※R6.8月から1,370円/日</li> <li>利用者負担第4段階 施設との契約により設定されます ※居住費はユニット型個室の金額です。多床室などは金額が異なります</li> </ol>

介護サービスを提供する事業所・施設一覧（市内所在分）

令和3年10月1日現在

名称	住所・電話番号
たよれーる・ひがし (恵庭市ひがし地域包括支援センター)	末広町 125-1 ☎ 29-5541
たよれーる・みなみ (恵庭市みなみ地域包括支援センター)	柏木町 429-6 ☎ 34-8467
たよれーる・きた (恵庭市きた地域包括支援センター)	島松本町 1 丁目 11-1 ☎ 25-3100
たよれーる中島・恵み野 (恵庭市中島・恵み野地域包括支援センター)	恵み野西 2 丁目 3-10 (シャロームめぐみの内) ☎ 36-0036
ケアプランステーション恵庭みなみ	住吉町 2 丁目 4-14 ☎ 32-3865
恵庭ケアプラン相談センター	恵み野北 3 丁目 1-1 (恵庭リサーチ・ビジネスパークセンタービル 2F) ☎ 36-2055
恵望園居宅介護支援事業所	柏木町 429-6 ☎ 21-9685
医療法人北農会 恵み野居宅介護支援事業所	恵み野西 2 丁目 3-10 (シャロームめぐみの内) ☎ 29-3737
医療法人盟侑会 指定居宅介護支援事業所アートプラン	西島松 567-1 (老人保健施設アートライフ恵庭内) ☎ 37-1511
社会福祉法人恵庭市社会福祉協議会 指定居宅介護支援事業所	末広町 125-1 (恵庭市第 2 福祉会館内) ☎ 33-1120
居宅介護支援事業所だんらん	有明町 1 丁目 8-8 ☎ 35-3500
ラ・デュース総合在宅ケアセンター 居宅介護支援事業所	黄金中央 4-7-1 ☎ 29-5950
介護相談所ふあいん	恵み野西 3 丁目 8-8 ☎ 21-8098
介護相談センター萌えにわ	和光町 5 丁目 16-6 ☎ 29-5311
介護相談つくし	恵み野東 2 丁目 7-5 ☎ 37-1687
居宅介護支援事業所きずな	大町 1 丁目 8-5 ☎ 39-5100
居宅介護支援事業所プレサポ	黄金中央 1 丁目 13-1 ☎ 29-5785
緩和ケアクリニック・恵庭 居宅介護支援事業所	白樺町 3 丁目 22-1 ☎ 25-3151
居宅介護支援事業所 桜	恵み野里美 1 丁目 2-13 ☎ 29-7612
いちい居宅介護支援事業所	有明町 4 丁目 1 番 1 号 ☎ 25-8010
居宅介護支援事業所 リリーフ	本町 178 エルムハイツ II 101 号 ☎ 29-6282
指定居宅介護支援事業所えびす	島松東町 4 丁目 3 番 13 号 ☎ 25-3824

指定介護予防支援事業所・指定居宅介護支援事業所

※介護事業所等の掲載情報は介護保険サービスを利用するために必要な相談・手続き・ケアプランの作成などを行う「指定介護予防支援事業所（要支援認定の人が対象）」および「指定居宅介護支援事業所（要介護認定の人が対象）」を掲載しています

# おとなの健康

食習慣・運動習慣・休養・喫煙・飲酒等の改善が、多くの生活習慣病の予防へつながります。そこで、定期的に健（検）診を受け、生活改善の目安として、また異常の早期発見の手段とすることも大切です。

## 病気の早期発見のために

名称	内容	利用方法
健康診査	対象:35歳～39歳の人、35歳以上の生活保護世帯の人 検査項目:身体測定、血圧測定、検尿、血液一般検査、心電図検査など 料金:1,000円(生活保護世帯の人は無料)	申し込みが必要です。『広報えにわ』で日程、会場を確認ください 【問合せ・申込先】 保健課(☎25-5700)
特定健康診査	対象:40歳～74歳の国民健康保険加入者 検査項目:身体測定、血圧測定、検尿、血液一般検査、心電図検査など 料金:無料	加入している医療保険者に実施方法、指定医療機関を確認ください 【問合せ・申込先(恵庭市国民健康保険加入者)】 国保医療課(内線1163)
後期高齢者健康診査	対象:後期高齢者医療制度加入者 検査項目:身体測定、血圧測定、検尿、血液一般検査、心電図検査など 料金:無料	【問合せ・申込先】 国保医療課後期担当(内線1167)
肝炎ウイルス検診	対象:35歳以上の人 料金:600円	集団検診・送迎バス検診・レディース検診時に希望者について実施します※これまでに肝炎ウイルス検診を受けたことがある人は対象外です【問合せ・申込先】保健課(☎25-5700)
胃がん検診(バリウム検査)	対象:35歳以上の人 料金:1,500円	事前に申し込みが必要です。『広報えにわ』で日程、会場を確認ください。市内で行う集団検診・レディース検診、または北海道対がん協会札幌がん検診センターで受診できます 子宮がん、乳がん検診は2年に1度の隔年検診です 市内の指定医療機関でも受診できます ※エキノコックス症検診を除く 【問合せ・申込先】 保健課(☎25-5700)
子宮がん検診	対象:20歳以上の女性 料金:1,600円	
乳がん検診	対象:35歳以上の女性 料金:1,700円	
大腸がん検診	対象:35歳以上の人 料金:700円	
結核検診 肺がん検診(胸部X線撮影)	対象:35歳以上の人 料金:300円	
肺がん喀痰検診	対象:35歳以上の人 料金:800円	
エキノコックス症検診	対象:小学3年生以上で、過去5年間で受けたことのない人 料金:無料	
歯周疾患検診	対象:40、50、60、70歳、妊婦 料金:500円	市内の指定歯科医療機関で受診できます。詳しくは、ホームページをご確認ください
後期高齢者歯科健康診査	対象:後期高齢者医療制度加入者 料金:無料	【問合せ・申込先】 国保医療課後期担当(内線1167)

- ※1. 健康診査は、がんをはじめとする生活習慣病などの予防と早期発見を目的に実施しています。定期的に受診するようにしましょう  
 ※2. 受診日現在、生活保護世帯、市民税非課税世帯の人は、がん検診の料金が無料です。申し込み時にお知らせください。  
 ※3. 健（検）診の詳しい日程は、『広報えにわ』および『健康カレンダー』でお知らせしています

## 健診を受けたら…

問合せ先:保健課(☎25-5700)

名称	内容	利用方法
特定保健指導・保健指導	健診結果から一定の基準の中で、「動機付け支援」「積極的支援」と判定された人は、個別または集団での指導を受けられます また、治療有り無しに関わらず生活習慣改善や見直しによる重病化予防が必要な人への保健指導を行っています	個別に案内します
健診結果説明会(健診結果活用塾)	自分の健診結果の見方を知り、体の中で起こっていることや生活習慣の改善の方法について保健師・栄養士が説明します	詳しくは『広報えにわ』に掲載します

## 健康づくりの学びと相談

名称	内容	利用方法
健康づくり講演会	生活習慣病のさまざまなテーマについて、医師等による講演会を開催します	【問合せ先】 保健課(☎25-5700)
がん予防普及啓発セミナー	がんの原因や検査、予防などの情報を皆さんに知ってもらうことが出来るよう、医師などによるセミナーを開催します	
出前講座	町内会・自治会・サークル・企業などのさまざまな団体を対象に、健康や栄養をテーマとした講座に出向きます	
ウォーキング・ノルディックウォーキング	・ウォーキングやノルディックウォーキングに関して学び、体験を取り入れた教室を行います ※ノルディックウォーキングボールの貸し出しあり ・市内オアスメコースを掲載した「ウォーキングマップ」を活用ください ※配布場所▶保健センター、市役所、支所・出張所ほか	【問合せ先】 健康スポーツ課(☎25-5727)
健康相談	生活習慣病や心身の健康、食生活や運動、口腔などの健康について保健師、栄養士、歯科衛生士が相談に応じます。 健康づくり相談日(月1回)では、血圧・体重・体脂肪測定など健康度測定も実施しています。その他、来所・電話相談も随時応じています	【問合せ先】 保健課(☎25-5700)
訪問指導	在宅療養、生活習慣病の予防など、健康について保健師、栄養士、歯科衛生士が訪問して応じます	

心の悩み、不安を相談したいとき

名称	内容	利用方法
こころの健康づくり講演会	こころの健康づくりについて、専門家による講演会を開催します	【問合せ先】 保健課 (☎ 25-5700)
医師による こころの健康相談	精神神経科の医師が、心の健康や悩みについて個別に相談を受けます 保健師による相談は随時受けます 日程は『広報えにわ』、ホームページなどに掲載します	【申込先】 千歳保健所 (☎ 23-3175) ※予約制。前の週の金曜日の午前中までに申し込みください

エイズの相談・検査をしたいとき

名称	内容	問合せ先
エイズ電話相談	エイズに関する相談や検査が受けられます	千歳保健所エイズ専用電話 (☎ 22-1199) 千歳保健所 (☎ 23-3175)

医療機関にかかったとき (医療費の公費負担制度のあらまし)

名称	内容	問合せ先
結核医療費一部助成	結核の治療費のうち、5%の自己負担を除き、残りを公費などで負担します 対象者▶結核の治療を受けている人	対象者には、病院から制度の紹介があります 詳しくは、千歳保健所 (☎ 23-3175) へ
特定疾患医療費一部助成	認定を受けた疾患の医療費について、特定疾患の制度で定める自己負担額を超えるものについて、公費で負担します 対象者▶難病のうち、国および北海道が指定した疾患の認定を受けている人	

骨髄バンク・臓器移植について

名称	内容	問合せ先
骨髄バンク	移植、ドナー登録に関する内容、相談、情報提供	(公財) 日本骨髄バンク (☎ 03-5280-1789)
臓器移植	臓器移植に関する相談・問い合わせ	(公社) 日本臓器移植ネットワーク (☎ 0120-781-069) (公財) 北海道移植医療財団 (☎ 011-590-0217)

## 障がいのある人のために

障がいのある人が安心して暮らすためには、障がいのある人が自分で暮らせるまちづくりやいろいろな福祉制度も必要です。ここでは、利用できる制度をまとめ、その内容や利用方法などを簡単に紹介します。

### 手帳に関する手続きは

問合せ先：障がい福祉課（内線 1219、1331）

手帳の名称	初めて手帳を申請する時	紛失または破損した時	障がいの程度が変わった時	氏名・住所が変わった時	死亡または障がい者がなくなった時
身体障害者手帳手続き	・指定の診断書※1（3カ月以内） ・写真1枚（1年以内）※2	・手帳（破損したとき） ・写真1枚※2	・手帳 ・指定の診断書※1 ・写真1枚※2	・手帳	・手帳
療育手帳手続き ※18歳未満の人は、えにわっこ応援センター（内線 1232、1241）	・写真1枚※2	・手帳（破損したとき） ・写真1枚※2	・手帳 ・写真1枚※2	・手帳	・手帳
精神障害者保健福祉手帳手続き	・障害年金証書、直近の年金払込通知書または指定の診断書※1 ・写真1枚※2 ・印鑑	・手帳（破損したとき） ・写真1枚※2	・手帳 ・障害年金証書、直近の年金払込通知書または指定の診断書※1 ・写真1枚※2 ・印鑑	・手帳 ・札幌市および道外から移動の場合は、新たに手帳交付の申請が必要のため、写真（※2）と印鑑	・手帳

- ※1. 身体障害者手帳の手続きには、障がい福祉課に備え付けの申請書と3カ月以内に発行された指定の診断書が必要です。また、精神障害者保健福祉手帳の手続きには、障がい福祉課に備え付けの申請書と指定の診断書または障害年金証書の写し、年金払込通知書及び同意書が必要です
- ※2. 写真の大きさは、横3cm、縦4cmです（1年以内に撮影されたものが使用できます ※マスク、帽子等は外し、後ろに人が写っていないもの）
- ※3. 療育手帳の交付手続きの前に、所定の機関で判定を受けていただきます
- ※4. マイナンバーのわかるものを持参ください

### 福祉用具が必要な時は

問合せ先：障がい福祉課（内線 1219、1331）

制度の名称	制度の内容	対象となる福祉機器
自立支援補装具の支給・修理	体の失われた部分や、思うように動かすことのできない障がいのある部分を補い、日常生活などを容易にするための用具を支給します	盲人安全つえ、義眼、義手、義足、補聴器、車いす、歩行器、座位保持装置、上下肢装具など
日常生活用具の給付	障がい者が家庭生活を営むうえででの不便をなくし、自立した生活を営むことができるように、用具を給付します	ストマ用装具、入浴補助用具、特殊寝台、特殊マット、盲人用時計、移動・移乗支援用具、拡大読書器、聴覚障害者用通信装置、特殊便器、ネプライザー、住宅改修など

- ※1. 福祉用具を購入する前に、必要とする福祉用具の見積書を添えて申請してください。すでに購入した福祉用具は、給付の対象となりません
- ※2. 本人および扶養義務者の課税状況に応じて、原則費用の1割を負担していただくことがあります
- ※3. 障がいやその程度によって、給付できる福祉用具に制限があります
- ※4. 用具によっては、判定が必要になるものがあります。判定は、北海道立心身障害者総合相談所（札幌市）で用具の利用者本人と面接のうえ行われます
- ※5. 介護保険の被保険者は、介護保険での貸与が優先になる場合もあります

### 税金の控除など

制度の名称	制度の内容	問合せ先
所得税・住民税の控除 ・障害者控除 ・特別障害者控除 ・小規模企業共済等掛金控除	障害者控除：本人または配偶者、扶養親族が身体障害者手帳3～6級、療育手帳B判定、精神障害者保健福祉手帳2～3級の場合に受けられます 特別障害者控除：本人または配偶者、扶養親族が身体障害者手帳1～2級、療育手帳A判定、精神障害者保健福祉手帳1級の場合に受けられます 小規模企業共済等掛金控除：心身障害者扶養共済制度加入者で、現在掛金を支払っている場合に受けられます	税務課（内線1414） 札幌南税務署（☎011-555-3900）
事業税の減免	重度の視力障がい者（失明または両眼の視力0.06以下の人）が行う、あんま・はり・きゅうなどの医業に類する事業は非課税となります	札幌道税事務所（☎011-746-1191）
自動車税・軽自動車税の減免	障がい者本人または障がい者と生計を同じくする人が運転し、主に障がい者のために使用する自動車や軽自動車の自動車税および軽自動車税が減免されます（対象となる障がいおよび等級に制限があります）	札幌道税事務所（☎011-746-1194） 自動車税（種別割・環境性能割） 軽自動車税（環境性能割） 税務課（内線1411） 軽自動車税（種別割）
相続税の減免	障がい者が相続により財産を取得した場合、相続開始の日から70歳に達するまでの年数×6万円（特別障害者は12万円）が障害者控除として相続税から差し引かれます	札幌南税務署（☎011-555-3900）

公共料金などの減免は

問合せ先：障がい福祉課（内線 1219、1331）

制度の名称	制度の内容	利用方法
火葬場使用料の減免	身体障害者手帳 1～2 級または、療育手帳 A 判定の手帳を持つ障がい者がいる住民税が課税されていない世帯に対し、火葬場の使用料の全額が免除されます	手帳、印鑑を持参し市民課へ申請
NHK 放送受信料の減免 ・全額免除 ・半額免除	障がいのある人を対象に受信料が免除となります ■全額免除の対象は、身体障がい者、知的障がい者、精神障がい者がいる世帯で、世帯員全員、市民税が課税されていない世帯 ■半額免除の対象は、次のうちいずれかの人 ・世帯主が視覚・聴覚障がい者で身体障害者手帳を持つ受信契約者 ・世帯主が身体障害者手帳 1～2 級の手帳を持つ受信契約者 ・世帯主が精神障害者保健福祉手帳 1 級の手帳を持つ受信契約者 ・世帯主が療育手帳 A 判定の手帳を持つ受信契約者	手帳、印鑑を持参し障がい福祉課へ申請 詳しくは、NHK北海道中央営業センターへ（☎ 011-232-4021）
電話番号案内の無料サービス	身体障害者手帳を持つ視覚障がい者または、身体障害者手帳 1～2 級の肢体不自由者（※）、療育手帳・精神障害者保健福祉手帳を持つ人に対し、番号案内が無料となります	NTT 営業所へ（☎ 116）

※肢体不自由者のうち、上肢、体幹の障がい、乳幼児期以前の非進行性の脳病変による運動機能障害のある人

医療の給付・助成は

制度の名称	制度の内容	問合せ先
重度心身障害者医療費の助成	健康保険に加入している次の人が医療機関にかかった時の医療費のうち、保険診療の自己負担分を助成します。ただし、一部負担金を除きます <b>対象</b> ▶身体障害者手帳 1～3 級、療育手帳 A 判定または医師から重度と診断された場合、精神障害者保健福祉手帳 1 級 ※所得制限があります。詳しくは問い合わせください ※精神障がいのある人は、入院にかかるものを除く	国保医療課医療助成担当 (内線 1242)
自立支援医療（精神通院医療）の給付	精神疾患があり、通院による精神医療を継続する必要がある方に通院の医療費を軽減します <b>対象者</b> ▶精神疾患で通院している人	
自立支援医療（更正医療・育成医療）の給付	身体障害者手帳を有している人や身体に障がいや有する児童には、日常生活を送りやすくするため、障がいを軽くしたり回復させたりする手術を行うなどの特別な医療を給付します ※費用の自己負担分は原則 1 割。ただし、市民税額や障がいの種別によって自己負担分が 1 割以下に軽減される場合があります	障がい福祉課 (内線 1219)

年金、手当、貸付け制度は

制度の名称	制度の内容	問合せ先
障害基礎年金	国民年金の被保険者または被保険者であった人が、病気やけがで障がい者になったときに支給されます（20 歳未満のときから障がいを持つ人が 20 歳になったときも含む）	市民課 (内線 1117)
障害厚生年金 障害共済年金	厚生年金保険または共済組合の加入期間中に初診日のある病気やけがで障がい者になったときに支給されます 1～2 級の認定をされた場合は障害基礎年金も併せて支給されます	新さっぽろ年金事務所 (☎ 011-892-9313) 各共済組合事務局
特別児童扶養手当	心身に中程度以上の障がいのある 20 歳未満の障がい者を養育する人が対象となります。ただし、施設に入所している場合は該当しません ※所得制限があります	
児童扶養手当	ひとり親家庭等、または父親・母親が重度の障がい(国民年金の障害等級 1 級程度)で、18 歳に達する日以後の最初の 3 月 31 日までにある児童を養育している人が対象となります（中程度以上の障がいがある場合は 20 歳未満） ※公的年金を受けている場合ならびに所得制限により該当しない場合があります	えにわっこ応援センター (内線 1243)
特別障害者手当	心身に重度の障がいがあるため、常時特別の介護を必要とする在宅の 20 歳以上の人が対象となります ※認定基準や所得制限があります	障がい福祉課 (内線 1331)
障害児福祉手当	心身に重度の障がいがあるため、常時の介護を必要とする在宅の 20 歳未満の人が対象となります ※認定基準や保護者の所得制限があります	
生活福祉資金貸付	経済的自立と生活の安定を目指すことを目的に、低所得者・障がい者・高齢者世帯を対象に貸付します ※貸付の種類および貸付要件がありますので、まずは相談ください	社会福祉協議会 (☎ 33-9436)

## 交通機関に関する助成は

問合せ先：障がい福祉課（内線 1219）

制度の名称	制度の内容	利用方法
重度心身障がい者 タクシー料金助成	外出困難な重度障がい者には、タクシー運賃の一部を助成します <b>対象者</b> ▶身体障害者手帳 1～2 級の視覚、下肢、体幹、心臓、腎臓、呼吸器、ぼうごう、肝臓、直腸、小腸、免疫、移動機能障がい者、療育手帳 A 判定の知的障がい者、精神障害者保健福祉手帳 1 級の障がい者で施設入所や 3 カ月以上の入院をしておらず、対象者及びその配偶者（18 歳未満の場合は保護者）の所得税が非課税の人	市が発行するタクシーチケット（500 円× 26 枚）を利用
人工透析患者 通院交通費助成	医療機関にタクシーを利用して通院し、人工透析療法による医療の給付を受けている障がい者に、タクシー料金の一部を助成します <b>対象者</b> ▶腎臓機能障害により身体障害者手帳の交付を受けている、所得税が課税されている人のいない世帯の人（生活保護世帯は対象外）	透析通院時タクシーの領収書と通院証明書を添えて申請（年 2 回に分けて支給）
タクシー・ハイヤー 乗車料金の割引	タクシーを利用する際、乗車料金の 1 割が割引されます <b>対象者</b> ▶身体障害者手帳および療育手帳の交付を受けている人	料金支払時に手帳を提示
JR の旅客運賃割引	障がい者が単独で 100km を超える区間を乗車する場合は、運賃が 5 割割引されます。なお、第 1 種障がい者が介助者と一緒に乗車する場合は、距離制限なしに障がい者・介助者ともに運賃が 5 割割引されます <b>対象者</b> ▶身体障害者手帳または療育手帳の交付を受けている人、および第 1 種障がい者の介助者	乗車券購入時に手帳を提示
船舶の割引	割引率等は各船舶会社によって異なります <b>対象者</b> ▶身体障害者手帳、療育手帳または精神障害者保健福祉手帳の交付を受けている人	乗船券購入時に手帳を提示
バス運賃の割引	障がい者が乗車する場合には距離の制限はありません <b>対象者</b> ▶ JR と同様 ※ eco バスも適用	料金支払時に手帳を提示
航空運賃の割引	普通大人運賃が割引されます <b>対象者</b> ▶①身体障害者手帳または療育手帳の交付を受けている 12 歳以上の第 1 種障がい者とその介助者 ②身体障害者手帳または療育手帳の交付を受けている 12 歳以上の第 2 種障がい者 ※対象者および割引率は各航空会社に問い合わせください	航空券購入時に手帳を提示
有料道路の 通行料金の割引	乗用自動車（普通自動車・小型自動車・軽自動車）や貨物自動車の通行料金が 5 割割引されます（事前の登録が必要です。車両により対象にならない場合もあります） <b>対象者</b> ▶身体障害者手帳または療育手帳（A 判定）の交付を受けている人	身体障害者手帳または療育手帳、車検証、免許証（ETC をご利用の場合は本人名義の ETC カードとセットアップ証明書）を持参し市へ申請
駐車禁止規制の 適用除外	障がい者に駐車禁止規制除外標章が交付され、駐車禁止区域での駐車が認められます <b>対象者</b> ▶身体障害者手帳、療育手帳 A 判定の知的障がい者、精神障害者保健福祉手帳 1 級の障がい者 ※身体障害者手帳は障がいの種別や等級により、対象にならない場合があります。詳しくは千歳警察署へ	千歳警察署へ事前に確認（☎ 42-0110）
自動車運転免許 取得費の助成	障がい者が自動車運転免許を取得するための費用を助成します <b>対象者</b> ▶身体障害者手帳 1～4 級の人	教習を受講する前に申請
自動車改造費の助成	社会参加を促進するため、障がい者が自動車の操向装置または駆動装置等の一部を改造する費用を助成します ※所得制限あり <b>対象者</b> ▶身体障害者手帳 1～2 級の肢体不自由者	改造を実施する前に申請
精神障がい者 通所交通費の助成	在宅の精神障がい者が、社会復帰施設等に通所するための交通費の一部を助成します。最も経済的な経路の交通費の半額を助成します	事前に申請
児童福祉施設入所 児童面会旅費の助成	所得税非課税で、市外の施設に入所している児童を持つ保護者の面会にかかる交通費の一部を助成します <b>対象</b> ▶施設所在地までの公共交通機関の運賃 ※年 12 回を限度	施設の証明書を添えてえにわっこ応援センターへ申請 問合せ先 えにわっこ応援センター（内線 1234）

## 在宅生活で支援が必要なときは

制度の名称	制度の内容	問合せ先
計画相談支援	障がいのある人の心身の状況等を勘案した「サービス等利用計画」を作成し、モニタリングを実施します。	障がい福祉課 （内線 1219） ※介護保険被保険者は、介護保険でのサービスが優先されます
居宅介護 （ホームヘルプサービス）	障がい者のいる家庭に、ホームヘルパーを派遣して家事援助・身体介護を行います ※課税状況に応じて、原則費用の 1 割負担があります。また、障害支援区分認定を受ける必要があります	
短期入所 （ショートステイ）	障がい者を日常介護している人が一時的に介護できなくなった場合、福祉施設でお世話します ※課税状況に応じて、原則費用の 1 割負担があります。また、障害支援区分認定を受ける必要があります	
緊急通報 システムの設置	ひとり暮らしで重度の障がいをもつ人の緊急事態に対応するため、非常用ボタンを押すと受信センターへの通報が届く端末機を有料で貸し出します	社会福祉協議会 （☎ 33-9436）

## 仕事をもちたいときは

制度の名称	制度の内容	問合せ先
就職指導	ぜひ就職活動をしたいという身体に障がいのある人に対して、きめ細かな就職指導を行います	ハローワーク千歳 (☎ 24-2177)
公共職業訓練	心身に障がいのある人の就職を容易にし、職業の自立を図るために必要な技能を身につけることを目的に訓練を行います	
職場適応訓練	作業環境に適応できるよう、北海道が民間事業所に委託して訓練を行います	

## 施設サービスの利用については

問合せ先：障がい福祉課（内線 1219、1331）

障がい者が生活訓練、職業訓練や医学的治療を受けながら訓練を必要とする場合、また重度の障がいのため支援を必要とする場合には、施設に入所し生活に必要な指導・訓練を受けることができるように各種施設が用意されています。

※本人の収入および世帯の課税状況により、原則として利用料の1割負担となります。また、障害支援区分認定を受ける必要がある場合もあります。

## 生涯学習

## 出前講座

問合せ先：広報課（内線 2361 / FAX33-3102）

出前講座は、市民の皆さんが自主的に開催する学習会などに講師を派遣する制度で、市政への理解と関心を深めてもらうとともに、学習機会の提供を目的としています。市内に在住・在勤・在学する5人以上の団体が対象です。開催時間は月～金曜日（祝日、年末年始を除く）の9時～20時のおおむね1時間以内、会場は申請団体でご用意ください。受講料は無料ですが、会場に経費がかかる場合は申請団体で負担願います。

## 長寿大学

問合せ先：社会教育課（内線 1715）

今日の生涯学習社会・高齢社会にふさわしい学習の機会を多くし、高齢者が生きがいを見つけ、社会活動に参加し健康で楽しい生活を送ることを目的として、年間20日間の講座を開設しています。令和6年4月末現在、大学では6学年（大学4年、大学院2年）で63歳～90歳代の約90人が、学習プログラム編成にも関わりながら自主的に、楽しく学んでいます。ぜひ、皆さんの入学をお待ちしています。

## 市民講座

問合せ先：島松公民館（☎ 36-7503）

市民の趣味、教養について、基本的な知識や技術の習得を援助するとともに学習を通じて学ぶ喜びと生活に潤いを持ち、また受講生相互のふれあいの中からより豊かな人間性を身につけてもらうことを目的としています。令和6年4月末現在、12講座で約170人が学んでいます。