

## 和泉市 高齢者支援サービス・パンフレット

## 1. 相談窓口



## ① 地域包括支援センター

保健師・看護師・社会福祉士・主任介護支援専門員等の保健や福祉の専門職が、高齢者や家族の立場に立って相談を受け、介護保険・福祉・健康などの必要なサービスが受けられるよう支援します。

お住まいの地域の地域包括支援センターは裏表紙でご確認ください。

## お気軽にご相談ください

- 介護保険や市の福祉サービスの相談・申請
- 介護や介護予防の相談
- 健康についての相談
- 交流の場に参加したい

認知症についても  
ご相談ください。

## 介護予防の支援を行います

- 事業対象者または要支援と認定された方の介護予防ケアプランの作成

## あなたの権利を守ります

- 消費者被害の防止
- 成年後見制度の普及・啓発・活用
- 高齢者虐待の防止・啓発・相談・対応
- 財産管理や契約の相談

## ネットワークづくり

- 住み慣れた地域で安心して暮らすために、医療機関・介護サービス事業者・行政など様々な機関とのネットワークの構築

自治会・老人クラブ等、地域の活動も支援しています。

各窓口の相談は無料です。ご本人のほかご家族や地域の方も、お気軽にご相談ください。

## ② 安心して暮らしつづけるための相談先

在宅で療養するときには、様々な疑問や不安があります。ひとりで悩まずご相談ください。各種制度の手続き方法や利用できるサービスをご紹介しますなど、在宅療養生活を支援します。

## かかりつけ医案内制度

かかりつけ医のいない方に、医療機関を案内します。通院困難な方には往診可能な医療機関を案内します。

【問】和泉市医師会 41-6558 (保健センター内)

## かかりつけ歯科医案内制度

かかりつけ歯科医のいない方に、医療機関を案内します。通院困難な方には往診可能な歯科医院を案内します。

【問】和泉市歯科医師会 45-1180 (保健センター内)

## かかりつけ薬剤師案内制度

居宅に訪問可能な保険薬局を紹介し居宅療養薬剤管理指導（医師や歯科医師の指示を受けて利用者の自宅を訪問し、薬に関する管理・指導を行う）を行います。介護保険や在宅介護に関する総合的な相談にも応じます。

【問】和泉市薬剤師会 46-6888 (保健センター内)

## 地域リハビリテーションの相談

障がいがあっても、住み慣れたところで生活を送れるよう、リハビリテーションに関する相談を広く受け付けています。

【問】泉州地域リハビリテーション地域支援センター  
43-1234 (府中病院内)

## 訪問看護に関する相談

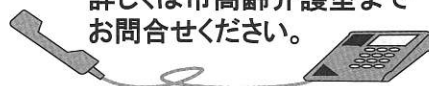
訪問看護でできることや、在宅療養でのお世話の仕方など、様々な相談に応じます。

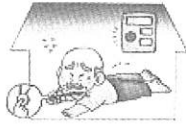
【問】各訪問看護ステーション

\*事業所が分からない場合は高齢介護室へおたずねください。

## 2. 和泉市高齢者福祉サービス

詳しくは市高齢介護室まで  
お問合せください。



サービス名	対 象 者	内 容
①緊急通報装置の貸与  市 保 包	65 歳以上の高齢者世帯または高齢者と重度身体障がい者世帯と、いずれかの昼間独居世帯 	緊急時にボタンを押すだけで24時間体制の警備会社に通報できる装置の貸与。デジタル回線も一部設置可能。生計中心者の課税状況により無料から2,950円まで月額費用負担がかかります。
②紙おむつの給付  市 包	65 歳以上の高齢者で常時おむつが必要かつ在宅で市・府民税が非課税の方	世帯員の市・府民税課税状況により1ヶ月に限度額5,000円または7,000円の給付券を申請月の翌月より給付。 (申請には所定の「医師意見書」が必要です。 市 包)に書類があります。)
③配食サービス  市 保 包	65 歳以上のひとり暮らし、高齢者世帯、又は高齢者と障がい者の世帯で調理が困難な方	利用料：1食 450円 月～金の夕食を週5日まで配達(土・日・祝休み)。低カロリー食・減塩食・粥食など食事制限のある方はご相談ください。
④訪問理美容サービス  市 保 包	65 歳以上でねたきり等の理由で一般の理美容サービスを利用することが困難な高齢者	申請月に応じて年 1～4回まで利用できる利用券を給付。 利用料：1回 2,500円(調髪料相当)
⑤介護予防住まい改修  市	在宅生活で、「お元気チェック」の結果、介護予防が必要な65歳以上の高齢者。(介護保険の認定を受けている人、申請予定の人、過去に本事業や介護保険の住宅改修を受けた人は除く)	家庭での事故を防止するための簡易な住まい改修に助成金を交付。改修費の9割(上限45,000円)を補助。 (申請、工事完了には期限があります。) 工事は和泉市登録業者に限る。
⑥生活支援ハウス  市	介護保険の要介護認定審査において、非該当又は要支援と認定された65歳以上のひとり暮らしまたは夫婦のみの世帯に属する方で家族の援助を受けることが困難な方 	利用料は本人の所得により月額48,150円～98,150円 

### ①～⑥の高齢者福祉サービスを利用するには…

申請する



書類審査又は訪問調査もしくは両方



利用の可否を通知

申請用紙に必要事項を記入のうえ、市役所高齢介護室へ提出してください。

【各種申請用紙の設置場所】上表の「サービス名」に記号で記入しています。

市→市役所高齢介護室、保→保健福祉センター(シティプラザ)、包→地域包括支援センター(市役所から郵送での送付や一部市ホームページからもダウンロードできます。)

なお、申請後に地区の地域包括支援センターから訪問調査に係る日程調整の連絡が入る場合があります。訪問調査後、市役所にて申請書及び調査書を書類審査します。要支援・要介護認定をお持ちの方は、介護認定の調査書を元に書類審査する場合があります。内容が適正と判断されればサービスの利用が決定し、市役所より決定通知が届きます。

### 3. 街かどデイハウス

送迎・昼食費等は、  
各施設にお問合せください。

住民参加による柔軟できめ細やかなサービスを地域の高齢者に提供し、あたたかいふれあいの場をつくります。介護予防・認知症予防についても取り組んでいます。

施設名	所在地	電話番号
ムグンファ・ハウス	幸三丁目6番52-104号	30-6179
トンポ・チャンス・マダン★	幸二丁目10番16号	41-2352
杉の子★	黒鳥町一丁目5番56号	45-7257
こころの家★	下宮町234番地	92-1657
このゆびとまれ★	伏屋町四丁目3番6号	57-4165
ポケットパークつばさ	光明台三丁目2番101号棟103号室	55-5505

#### 【対象】

日常生活に支障のある65歳以上の高齢者で、介護保険の要介護認定審査において、非該当と認定された方、未申請の方

★印の街かどデイハウスでは、介護予防・認知症予防の教室（1コース12回）も行っています。



### 4. 権利擁護の取り組み

## 高齢者虐待を防止するために

地域には必要な支援を受けることができずに、人権、生活、健康などが守られていない高齢者がいます。下記のような例は、高齢者への虐待であり、本人の権利が侵害されている状態です。

#### 【例】

- ・必要な介護や医療を受けられていない
  - ・高齢者を叱りつけたり無視したりする
  - ・叩いたり、蹴られたりしている
  - ・勝手に年金などを使われている
  - ・劣悪な環境で放置されている
  - ・性的な行為を迫られている
- 等



どこに相談したらいいのだろう？

秘密は守ります。



高齢者虐待は介護負担、認知症、病気などさまざまな原因で発生する場合があります。養護者が精神的な問題を抱えていることで虐待につながる場合もあります。大きな問題が発生する前に支援するためには、地域住民の皆様からの情報提供が必要不可欠です。まずは相談してください。あなたの勇気ある行動が高齢者虐待の防止につながります。

○虐待の「おそれ」があると感じた段階でご相談ください。「虐待である」という証拠は必要ありません。

○ご相談をいただいた方のお名前が相手方に伝わることはありません。和泉市高齢介護室や地域包括支援センターの職員は、誰からの相談があったのか分からないように対応します。

## 5. 介護予防サービス

# 延ばそう健康寿命！

### 該当するものがいくつありますか？

- 階段を手すりや壁をつたわずに上がるのはしんどい
- イスからの立ち上がりは、何かにつかまらなるとしんどい
- 15分くらい続けて歩けない
- この1年間に転んだことがある
- 転倒への不安を感じることもある
- もの忘れが気になる

加齢による心身の衰えが原因となっていることがあります。



くらしの中で心身機能アップのコツを学びましょう！

## 3つ以上該当の方

### 介護予防・生活支援サービスを利用して、心身機能の低下を予防！

ご利用頂くためには、要支援1または要支援2であるか、「基本チェックリスト」による判定で「総合事業対象者」となる必要があります。詳しくは、高齢介護室または地域包括支援センター（8ページ参照）へおたずねください。

\*要支援1・要支援2の方は、担当のケアマネジャーへご相談ください。

## 3か月かけて しっかり改善 コース

運動・口腔・栄養について、あなたに合ったプランを立てて改善します。専門職が集中的に応援します。

### 教室参加型

#### はつらつ! 教室

生活行為の充実と向上を目指し、専門職と一緒にプログラムを3ヶ月間実施します。



### 家庭訪問型

専門職がお宅に訪問し、自分に合った介護予防の取組メニューを作り、集中的に介護予防に取り組みます。



地域包括支援センターの担当者がご自宅にて、詳しくご説明します。まずは、お電話ください。



## 地域のボランティアによる支援(おたがいさまサポーター事業)

- 【内容】 日常のちょっとした困りごとを助け合う、地域のボランティア(おたがいさまサポーター)によるサービス。ごみ出し支援や買物代行等が受けられます。
- 【対象】 見守りと支援が必要な65歳以上の方で、一人暮らし、または、高齢者のみの世帯で、要支援1、2の方、総合事業対象者。\*ごみ出し支援、花壇の手入れ等については、要介護1の方まで可能。
- 【サービス】 外出応援活動(外出の付き添い支援)、買物代行、ごみ出し支援、花壇の手入れ、図書館の本の貸し出し代行

サポーターの募集もいつでも受付しています。ご興味ございましたらぜひお問い合わせください。





# いつまでもいきいきと自分らしく輝くために！

## 0~2つ該当の方

### 1か月で学べる介護予防 きっかけづくりコース

【対象】65歳以上の高齢者

#### 運動機能向上クラス

骨・関節・筋肉などの運動機能を中心に身体を動かしながら介護予防のポイントを学びます。



#### 認知機能向上クラス

認知症予防のための生活習慣や脳トレーニングなど、認知機能を活性化しながら学びます。  
\* 認知機能チェック付



#### 生活習慣改善クラス

生活習慣病の進行予防に効果的なウォーキングや食事のポイントなどを学びます。



### 気軽に 半日体験！

#### おためし「いきいきいずみ体操」

筋力を維持・向上できる「いきいきいずみ体操」の体験や介護予防についての講話・運動を紹介しています。



市内各所の施設で開催しています。詳しくは広報いずみや市ホームページをご覧ください。高齢介護室へおたずねください。



## 地域で始める介護予防！

いくつになっても『自分のことは自分でできる』ための体力づくり

### 元気づくりの場を地域で 立ち上げる教室



### 筋力維持・向上！ ～いきいきいずみ体操～

- 【対象】市内在住の65歳以上でおおむね10名以上のグループ
- 【開催場所】地域の会館など（受講するグループで準備）
- 【内容】「週1回以上の継続的な体操の場づくり」の立ち上げを専門職がお手伝い。  
和泉市オリジナルの筋力アップを目指す「いきいきいずみ体操」や介護予防に効果のある運動を指導。
- 【回数】体験編1回の後、しっかり体操を学び皆さんで実施できるよう専門職が3回指導、その後皆さんで週1回継続的に実施！半年後に専門職が効果確認に伺います。
- 【申込】各地域包括支援センター

地域の会館などで、毎週、体操をしています。

★いきいきいずみ体操とは？★  
毎週・継続的に取り組むことで筋力を維持・向上できる体操。  
活動団体84か所  
(R5.2時点)

【申込】  
各地域包括支援センター



## 6. 認知症の取り組み

# 認知症になっても安心して暮らしつつづけるために

### ① 認知症サポーター養成講座

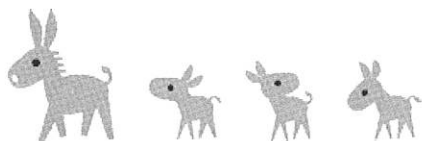
“認知症になっても地域で安心して暮らせるまち和泉”を目指して、認知症サポーターの養成に取り組んでいます。皆さんも、安心して暮らせるまちづくりを始めませんか？

- 【対象】 市内在住・在勤・在学のおおむね10名以上の団体やグループ
- 【開催時間】 平日9時～17時（土日祝日・夜間の派遣は要相談）
- 【開催場所】 地域の会館など（受講する団体で確保してください）
- 【講師】 和泉市認知症キャラバン・メイト
- 【費用】 無料
- 【講義内容】 認知症の正しい理解、認知症の人に接する際のポイントなど

※詳細については高齢介護室へお問合せください。

#### 認知症サポーターとは…

認知症を正しく理解し、偏見を持たない姿勢を身近な人（家族や友人など）に伝えたり、認知症の人やその家族を温かく見守る応援者、自分なりにできる範囲でお手伝いする人です。



### ③ 認知症高齢者等安全確保事業

- 1) GPS端末機の貸与または給付
- 2) 見守りグッズの配布

#### 【対象】

おおむね40歳以上で認知症等により行方不明になる不安のある方（利用には「@SOS おかえりネットワーク」の事前登録が必要です。）

#### 【内容】

- 1) GPS端末機の貸与：対象者が行方不明となった場合に位置確認ができる端末を貸与。  
利用料：月額基本料の費用負担あり。
- 2) 見守りグッズの配布：ネームカード・かかと用反射材（シール）等を無料で配布。

### ② オレンジカフェ

認知症の人と家族、地域住民、専門職等の誰もが参加でき、集う場としてのオレンジカフェを開催しています。認知症サポーターが皆さんのお越しをお待ちしています。

- 【開催日】 1回/月～1回/週程度
- 【場所】 市内13カ所
- 【申込み】 開催施設へ直接申し込み（下表参照）
- 【費用】 飲食代が必要な場合は実費（100円程度）を頂戴します。
- 【内容】 家族で介護するたいへんさの共有や共感  
認知症の本人が話し合ったり趣味活動を楽しむ場  
認知症のことや接し方などの相談  
介護サービスの利用の仕方などの相談  
認知症サポーターの活動の場

所在	施設名	電話番号
上町	エクウス	43-2010
池上町	いずみ池上の里	45-1555
府中町	サニーヴィラ	45-4565
和気町	ピオラ和泉	46-0470
箕形町	和泉中央病院	54-1380
伏屋町	光明荘	56-1882
いぶぎ野	ファミーユ	56-2222
のぞみ野	福祉センターのぞみ野	50-6866
のぞみ野	コムフォンテ咲花	55-5551
内田町	FLORA	51-1133
納花町	貴生会地域包括支援センター	58-7002
下宮町	ひかりの園	92-3388
下宮町	友の里	92-2088

※新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、一時中止しているカフェもありますので事前に開催有無の確認をお願いします。

### ④ 認知症高齢者家族やすらぎ支援事業

#### 【対象】

65歳以上の在宅生活の認知症高齢者で、家族の外等により一時的な見守り等を必要とする方

#### 【内容】

やすらぎ支援員を派遣し、対象者の話し相手を行うやすらぎの提供と短時間の見守り。

利用料：1時間80円

## ⑤ 医師によるもの忘れ相談会

「最近忘れっぽくなった」

「以前できていた事ができなくなった」など

不安や悩みはありませんか？

ご本人も家族もひとりで悩まないでください。

**ひとりぼっちではありません。**

和泉市の認知症サポート医などが不安や悩みに応じます。

【対象】もの忘れが気になる家族をお持ちの方、もしかしたら認知症？と心配されている方

【費用】無料

【定員】3名程度（予約制）

【日時】年10回（詳細は高齢介護室へお問合せください）

【場所】各オレンジカフェ



## ⑥ 認知症高齢者等

### SOS おかえりネットワークのご案内

「認知症になっても

地域で安心して暮らせるまち和泉”をめざして

認知症の高齢者の方は、外出した際に自分がどこにいるのか分からなくなったり、家に戻れなくなったりすることがあります。そのような方が、行方不明になったときに、特徴などをメールで情報配信し、地域ぐるみで早期発見するしくみです。

認知症等で行方不明になる心配のある方へ  
～勇気をだして事前登録を～

【対象】和泉市在住のおおむね40歳以上の方

【登録方法】「事前登録書」によりあらかじめ市に必要な情報を登録します。

【費用】無料

～あなたの気付きで「救える命」がある～

見守りに協力して下さる方は、

「おかえりネット協力者」になって、

メール受信登録にご協力をお願いします。  
登録の際は、下記の登録用アドレスに空メールを送信してください。



[okaeri-net@safe.city.izumi.osaka.jp](mailto:okaeri-net@safe.city.izumi.osaka.jp)

## 7. 在宅療養の取り組み

### ① 元気なうちに知<sup>し</sup>得<sup>とく</sup>講座

地元の専門職が地域へ出向き、在宅医療・介護のサービスや疑問についての講話を行います。

「かかりつけ医」をもつことなど安心な生活につながる情報を知って、いざという時に他人任せではなく、自らの意思で選択していけるように学んでみませんか？

	講座内容（1講座60分程度）
1	かかりつけ医師について
2	かかりつけ歯科医師について
3	かかりつけ薬剤師について
4	訪問看護について
5	介護保険について
6	リハビリテーションについて
7	病院の仕組みについて
8	人生会議（ACP）をしましょう

【対象】高齢者を中心としたおおむね20名以上の団体

【場所】会場の手配や当日の進行などは申込み団体で準備

【日時】基本平日の10時～16時（同日複数回は不可）

【申込】左記から希望講座番号を選び、高齢介護室へご相談ください。

※原則2ヶ月前までに連絡ください。

後日、申請者に決定通知書が届き、講座の打合せを開始。（都合によりご希望に添えない場合もあります。）



### ② 在宅要介護者訪問歯科健康診査

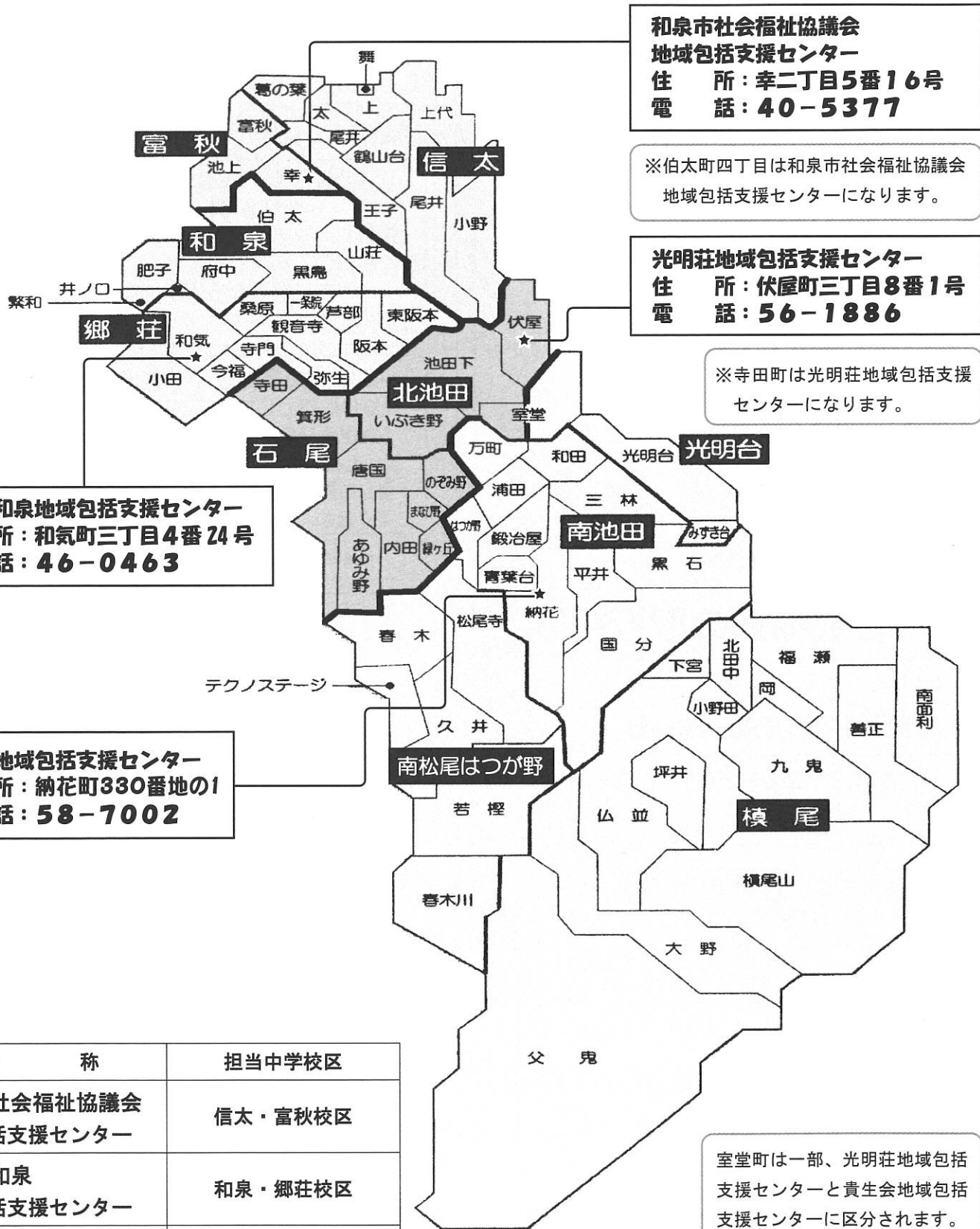
【対象】65歳以上の在宅生活の要介護状態の者で、歯科医院に通院できない方

【内容】歯科医師が訪問し、虫歯や歯周疾患の有無、義歯調整の必要性、歯科治療の必要性などを健診。

【費用】無料

# 地域包括支援センターは

# 和泉市内に4ヶ所あります



**和泉市社会福祉協議会  
地域包括支援センター**  
住 所：幸二丁目5番16号  
電 話：40-5377

※伯太町四丁目は和泉市社会福祉協議会  
地域包括支援センターになります。

**光明荘地域包括支援センター**  
住 所：伏屋町三丁目8番1号  
電 話：56-1886

※寺田町は光明荘地域包括支援  
センターになります。

**ビオラ和泉地域包括支援センター**  
住 所：和気町三丁目4番24号  
電 話：46-0463

**貴生会地域包括支援センター**  
住 所：納花町330番地の1  
電 話：58-7002

室堂町は一部、光明荘地域包括  
支援センターと貴生会地域包括  
支援センターに区分されます。

名 称	担当中学校区
和泉市社会福祉協議会 地域包括支援センター	信太・富秋校区
ビオラ和泉 地域包括支援センター	和泉・郷荘校区
光明荘 地域包括支援センター	北池田・石尾校区
貴生会 地域包括支援センター	光明台・南池田・ 南松尾はつが野・横尾校区

和泉市役所 高齢介護室 高齢支援担当  
TEL: 99-8132  
Email: koukai@city.osaka-izumi.lg.jp