

65歳以上の  
あなたのため

# いきいき 長寿

高齢者の保健・福祉・介護



旭川市

## はじめに

皆様いかがお過ごしでしょうか。

少子高齢化が進む中で、高齢者の方々を取り巻く環境も大きく変化しています。

このような状況の中、旭川市では、高齢者が心豊かに安心して暮らすことができる社会の実現を目指しております。

この「いきいき長寿～高齢者の保健・福祉・介護～」は、高齢者の保健や福祉に関わる制度やサービスなどを紹介するもので、ご家庭などに備え置き、活用していただくことを目的に作成いたしました。

是非、身近なところにおいて、明るく、より充実した生活のためにお役立てください。

旭川市長 今津寛介

## 長寿都市宣言

健康に恵まれ、いきいきとした生活を送り、生涯を全うすることができる人生はすべての市民の願いである。

わが国は、世界有数の長寿国となったが、社会経済や生活様式が変動する時代にあっても、市民それぞれが社会における役割を担い、高齢者も積極的に社会参加しながら、心豊かに、生きがいのある生活を送ることができるまちづくりが大切である。

今日の旭川を築き上げてこられた高齢者がまちづくりの先達として尊敬され、健やかで安心して生活できる社会をめざし、旭川市は、ここに「長寿都市」を宣言する。

(平成10年3月30日議決)

# 目次

## いきいき長寿 ～高齢者の保健・福祉・介護～

### 高齢者の現状

- 1 急速に進行する高齢社会 ..... 1
- 2 旭川市の高齢者人口と  
介護保険給付費の推移 ..... 1

### 在宅生活を支えるために

- 1 地域包括ケアシステムについて ..... 3
- 2 健康な生活を保つために ..... 4
  - (1) 健康の3要素 ..... 4
  - (2) 病気等の予防 ..... 5
  - (3) 介護予防 ..... 7
  - (4) 特定健診・がん検診・結核健診等 ..... 9
  - (5) 後期高齢者医療制度 ..... 9
  - (6) あん摩マッサージ指圧・はり・  
きゅう助成券（三療助成券）の交付 ..... 10
  - (7) 旭川地域歯科医療連携室  
（在宅歯科診療支援システム） ..... 10
  - (8) 高齢者見守り配食支援事業 ..... 11
- 3 家族を介護する方のために ..... 11
  - (1) 認知症高齢者見守り事業 ..... 11
  - (2) 家族介護用品購入助成事業 ..... 11
- 4 地域での支え合いのために ..... 12
  - (1) 地域支え合い事業 ..... 12
  - (2) 地域福祉活動 ..... 13
  - (3) 旭川地域“SOSやまびこ”ネットワーク ..... 13
- 5 居住環境への支援 ..... 13
  - (1) 旭川市やさしさ住宅補助金 ..... 13
  - (2) 市営住宅 ..... 13
  - (3) シルバーハウジング ..... 14
  - (4) 屋根の雪下ろし ..... 14
  - (5) 除雪時の配慮 ..... 15
  - (6) 家庭ごみの「ふれあい収集」事業 ..... 15
- 6 高齢者の権利擁護のために ..... 16
  - (1) 成年後見制度に関する相談等 ..... 16
  - (2) 成年後見制度利用支援事業 ..... 16
  - (3) 日常生活自立支援事業 ..... 16
  - (4) 法的トラブル解決のための総合案内 ..... 17

- 7 火災・緊急等に備えて ..... 17
  - (1) 高齢者防火訪問  
（ほのぼの防火訪問）事業 ..... 17
  - (2) ふれあい防火教室 ..... 17
  - (3) 緊急通報システム  
（ホットライン119）事業 ..... 18
  - (4) 高齢者等安心カード配付事業 ..... 19
- 避難行動要支援者名簿 ..... 19

### 介護が必要な方のために

- 1 なぜ介護保険が必要？ ..... 20
- 2 介護保険のあらまし ..... 21
- 3 介護保険の財政は？ ..... 21
- 4 旭川市の介護保険料 ..... 22
  - (1) 40歳から64歳までの方  
（第2号被保険者）の保険料 ..... 22
  - (2) 65歳以上の方  
（第1号被保険者）の保険料 ..... 22
- 5 介護保険サービスを利用するには？ ..... 28
  - (1) 要支援・要介護認定までの流れ ..... 30
  - (2) サービスを利用するには ..... 32
- 6 介護保険のサービス ..... 34
  - (1) 介護保険サービスの利用者負担割合 ..... 34
  - (2) 介護予防・生活支援サービス事業 ..... 34
  - (3) 介護予防給付 ..... 36
  - (4) 介護給付 ..... 41
    - ・認知症対応型共同生活介護  
（グループホーム） ..... 46
    - ・介護老人福祉施設  
（特別養護老人ホーム） ..... 50
    - ・介護老人保健施設 ..... 51
    - ・介護療養型医療施設 ..... 51
    - ・介護医療院 ..... 52
- 7 利用料の軽減について ..... 53

## 在宅生活が困難になったとき

- 1 介護保険の施設 ..... 60
- 2 介護保険以外の施設 ..... 60
  - ・ 養護老人ホーム ..... 60
  - ・ 軽費老人ホーム ..... 60
  - ・ 生活支援ハウス ..... 61
  - ・ 有料老人ホーム ..... 62
  - ・ サービス付き高齢者向け住宅 ..... 62

施設等への転居に向けて ..... 63

不在者投票について ..... 64

## 生きがいづくりのために

- 1 老人クラブ ..... 65
- 2 高齢者いこいの家 ..... 65
- 3 活動と交流の場 ..... 65
  - (1) 老人福祉センター ..... 65
  - (2) いきいきセンター ..... 66
  - (3) 近文市民ふれあいセンター ..... 66
  - (4) ときわ市民ホール ..... 67
- 4 行事・イベント ..... 67
  - (1) 長寿大運動会 ..... 67
  - (2) パークゴルフ大会・ペタンク大会・カラオケ交流会 ..... 67
  - (3) 高齢者文化祭 ..... 67
- 5 スポーツ・運動 ..... 67
  - (1) 各種スポーツ教室 ..... 67
  - (2) ゲートボール・パークゴルフのお問合せ ..... 68
  - (3) ニュースポーツ出前講座 ..... 68
- 6 敬老会 ..... 68
- 7 高齢者バス料金助成事業（寿バスカード） ..... 68
- 8 旭川市高齢者運転免許証自主返納サポート事業 ..... 69
- 9 長寿社会生きがい振興事業 ..... 69
- 10 百寿大学, シニア大学 ..... 69
- 11 シルバー人材センター ..... 70
- 12 図書宅配サービス ..... 70
- 13 施設利用等の割引・無料見学 ..... 70

## 経済的支援

- 1 生活保護 ..... 71
- 2 生活つなぎ資金 ..... 71
- 3 在日外国人高齢者等福祉給付金 ..... 71
- 4 特別障害者手当 ..... 72
- 5 水道料金等減額 ..... 72
- 6 福祉電話 ..... 72
- 7 市税と国民健康保険料の納付相談 ..... 72

市民課からのお知らせ ..... 73

## 年金・税

- 1 国民年金 ..... 74
- 2 税控除 ..... 74

## 各種相談

- 1 高齢者に関わる相談 ..... 76
  - (1) 地域包括支援センター ..... 76
  - (2) 介護119番（介護総合相談） ..... 77
- 2 健康相談 ..... 77
  - (1) こころの健康相談 ..... 77
  - (2) 難病相談 ..... 77
- 3 民生委員 ..... 77
- 4 旭川まちなかしごとプラザ（旭川市職業相談室） ..... 78
- 5 旭川市社会福祉協議会 ボランティアセンター ..... 78
  - (1) ボランティアに関する相談など ..... 78
  - (2) 愛情銀行 ..... 78
  - (3) ボランティア振興基金 ..... 78
  - (4) 介護用品の貸出 ..... 78
- 6 地域まるごと支援員 ..... 79
- 7 認知症に係る家族の交流 ..... 79
- 8 市民相談センター ..... 79
- 9 消費生活相談 ..... 79
- 10 住宅建築相談 ..... 80
- 11 旭川市結婚相談所 ..... 80
- 12 警察相談窓口 ..... 80
- 13 安全運転相談窓口 ..... 80
- 14 旭川いのちの電話 ..... 81
- 15 動物愛護センター（あにまある） ..... 81

『もしものとき』について考えてみませんか ..... 82

# 高齢者の現状

## 1 急速に進行する高齢社会

日本は、他の先進国に例を見ない速度で高齢化が進み、国立社会保障・人口問題研究所の「日本の将来推計人口（平成29年推計）」によると、令和5年における65歳以上の高齢者人口は3,658万4千人で、総人口に占める割合（高齢化率）は29.6%となっています。高齢者人口及び高齢化率は、平均寿命の伸長や低い出生率を反映して今後も上昇し続け、令和18年（2036年）には、高齢者人口は3,808万4千人、高齢化率は33%を超え、国民の3人に1人が65歳以上の高齢者という超高齢社会が到来すると見込まれています。

このような中、国勢調査による本市における高齢化率は、平成12年では18.3%、平成17年では22.2%、平成22年では26.5%、平成27年では31.8%、令和2年では34.6%となっており、令和5年4月1日現在の住民基本台帳では35.0%に達し、国の推計値を上回る状況となっています。

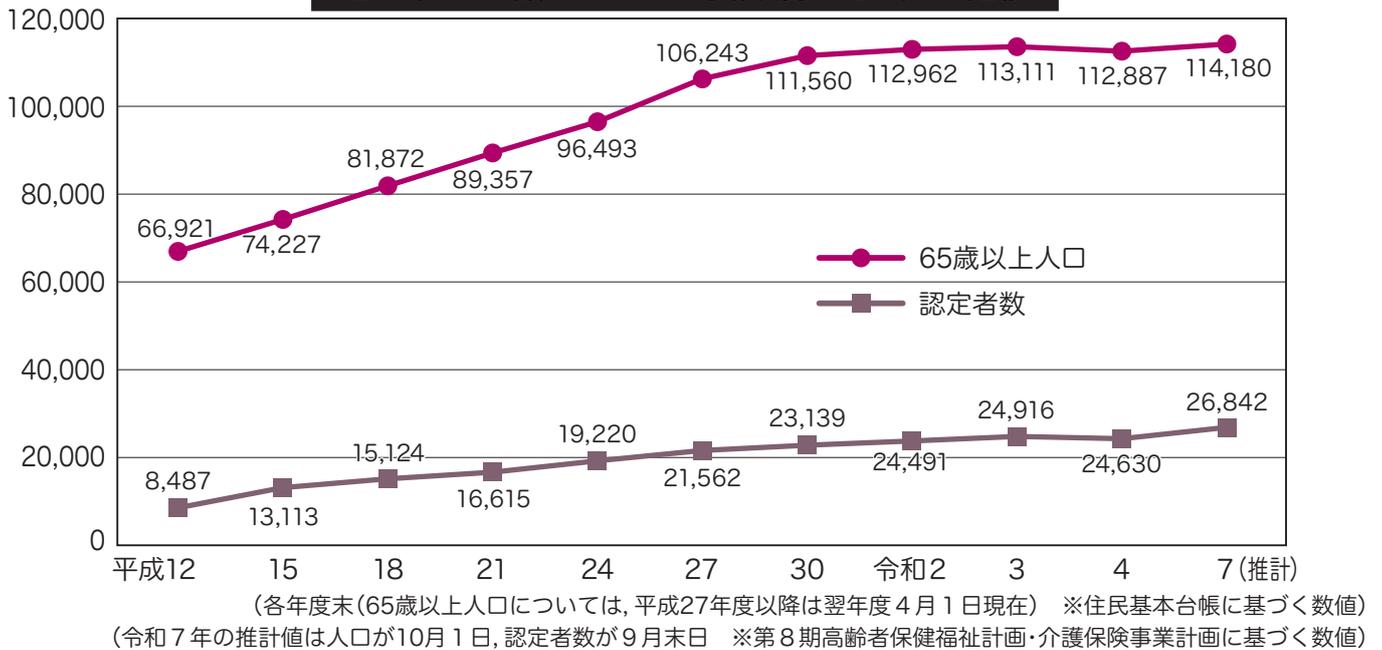
## 2 旭川市の高齢者人口と介護保険給付費の推移

旭川市の65歳以上人口と割合

	男性		女性		合計	
総人口	149,609人		172,918人		322,527人	
65歳以上	46,747人	31.2%	66,140人	38.2%	112,887人	35.0%
65～69歳	10,594人	7.1%	12,142人	7.0%	22,736人	7.0%
70～74歳	12,910人	8.6%	15,977人	9.2%	28,887人	9.0%
75～79歳	9,605人	6.4%	12,984人	7.5%	22,589人	7.0%
80～84歳	6,929人	4.6%	10,828人	6.3%	17,757人	5.5%
85～89歳	4,449人	3.0%	7,888人	4.6%	12,337人	3.8%
90～94歳	1,884人	1.3%	4,535人	2.6%	6,419人	2.0%
95～99歳	336人	0.2%	1,530人	0.9%	1,866人	0.6%
100歳以上	40人	0.0%	256人	0.1%	296人	0.1%

(令和5年4月1日現在)

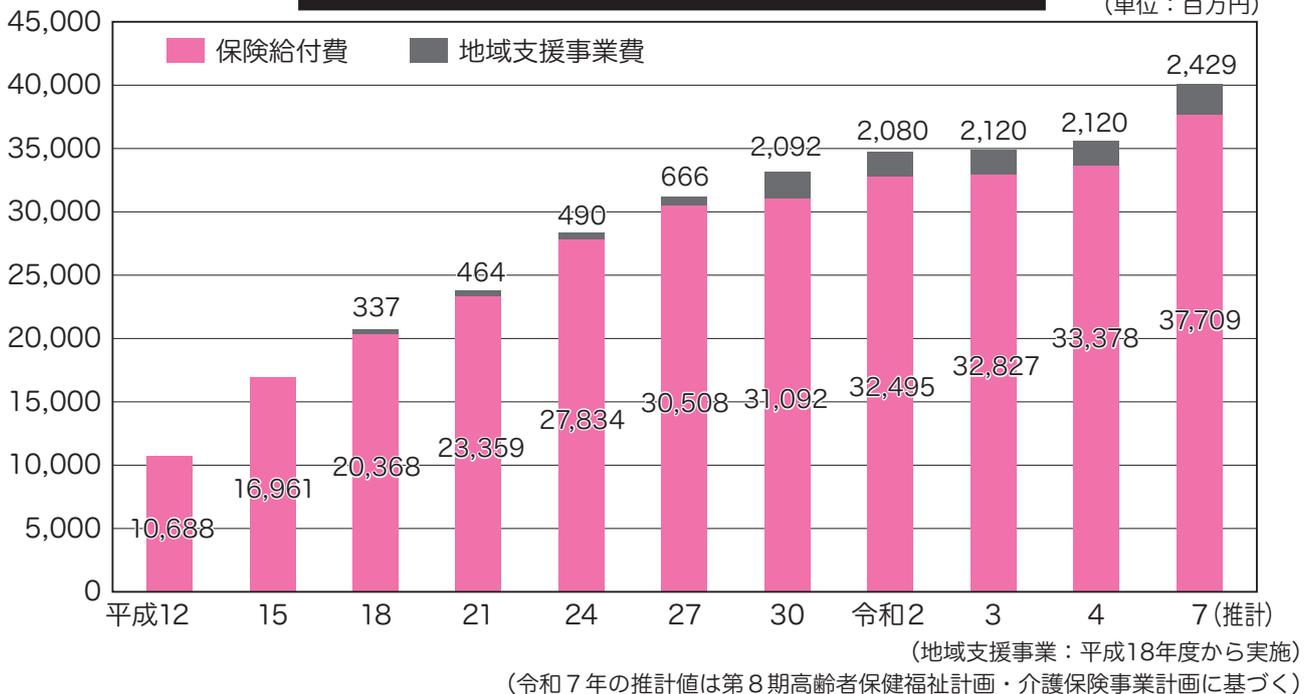
## 旭川市の65歳以上人口と要介護認定者数の推移



平成12年の介護保険制度開始時には、旭川市の高齢化率は17.7%でしたが、令和5年4月1日現在では35.0%と状況は大きく変わっています。また、介護保険制度開始時と比べ、令和5年4月1日時点での本市の高齢者数は約1.7倍、要介護等認定者数で約2.9倍となっています。

## 旭川市の介護給付費の推移

(単位：百万円)



旭川市の令和4年度（見込）の介護保険給付費は、平成12年度の介護保険制度開始時と比べて、約3.1倍に増加しています。

高齢者のさらなる増加が見込まれる中、旭川市では医療保険情報との照合や、介護サービス利用者に対する給付費通知の送付により介護サービスを見直す機会を提供するなど、必要以上の介護給付の抑制を図るとともに、65歳以上の方に対し介護予防のための事業（8ページ）を実施することにより、持続可能な介護保険の運営に努めています。

# 在宅生活を支えるために

## 1 地域包括ケアシステムについて

### 地域包括ケアシステムとは？

住み慣れた地域で安心して暮らすことができるよう、住まい、医療、介護、生活支援、介護予防の各分野が互いに連携しながら支援する体制のことをいいます。

今後、高齢化の進行に伴い、医療や介護の需要がさらに増加することが見込まれています。多くの方ができる限り住み慣れた地域や自宅で暮らし続けることを望んでおり、様々なサービスや地域で見守り支え合う体制の構築を進めていく必要があります。

### 地域包括ケアシステムの姿

病気になったら…

医療

日常の医療  
・かかりつけ医  
・地域の連携病院  
・急性期病院  
・亜急性期・回復期リハビリ病院



・地域包括支援センター  
・ケアマネジャー

通院・入院

住まい

・自宅  
・サービス付き高齢者向け住宅など

通所・入所

介護が必要になったら…

介護

・在宅サービス  
・介護予防サービス  
・施設・居住系サービス

連携

生活支援・介護予防

・老人クラブ・自治会・ボランティア・NPO など

### 地域包括ケアシステムを支えるのは？

システムの構築には、行政機関だけでなく、ボランティア、町内会、そして何よりも高齢者自身が地域づくりに積極的に参加することが重要です。健康を意識し運動をする（自助）、閉じこもりがちな人に声をかけ、活動の場所に一緒に参加する（互助）など一人一人にできることがあります。できることから、取り組みましょう。

- 自分のことを自分でする
- 自らの健康管理（セルフケア）

自助

互助

- ボランティア活動
- 住民組織の活動

- 医療保険、介護保険のようにお互いを助け合う制度

共助

公助

- 国や都道府県、市町村等の公の制度（生活保護等）

## あさひかわ安心つながり手帳

あさひかわ安心つながり手帳は、地域包括ケアシステムにおける医療と介護の関係者の連携を支援するための手帳です。医療と介護の関係者が連携相手を知り、つながりを生かした支援を行います。

### ◎配付対象者

旭川市在住の介護保険サービスを利用している方

### ◎配付方法

担当のケアマネジャーを通じて配付します。

### ◎使用方法

- ・手帳には、関わりのある医療機関や介護事業所、緊急時の連絡先などを記入してください。手帳に記入しておくことで、医療や介護の関係者が連携しやすくなります。
- ・ビニールカバーのポケットには、保険証や診察券、お薬手帳などを収納して御活用ください。

※詳しくは、長寿社会課 地域支援係へ 電話25-5273



## 2 健康な生活を保つために

### (1) 健康の3要素

健やかで生きがいのある生活を送るためには、何よりも健康でなければなりません。「自分の健康は自分で守る」ことを基本に健康をつくる3つの柱、「栄養」、「運動」、「休養」の適度な調和が保たれるよう、日頃から健康づくりを心がけましょう。

#### ① 栄 養

栄養は、不足しても過剰になっても人体に影響を与え、病気の原因にもなります。栄養バランスを考えて、1日3食しっかりとることが大切です。

#### ● 食生活指針 ●

- 1 食事を楽しみましょう
- 2 1日の食事のリズムから、健やかな生活リズムを
- 3 適度な運動とバランスのよい食事で、適正体重の維持を
- 4 主食、主菜、副菜を基本に、食事のバランスを
- 5 ごはんなどの穀類をしっかりと
- 6 野菜・果物、牛乳・乳製品、豆類、魚なども組み合わせて
- 7 食塩は控えめに、脂肪は質と量を考えて
- 8 日本の食文化や地域の産物を活かし、郷土の味の継承を
- 9 食料資源を大切に、無駄や廃棄の少ない食生活を
- 10 「食」に関する理解を深め、食生活を見直してみよう

(平成28年6月一部改正/文部省・厚生省・農林水産省決定)

## ② 運 動

高齢者がより長く自立した生活を送るためには、運動器の機能を維持する必要があります。加齢に伴う筋量や筋力の減少によって、寝たきり等に至るリスクが高まりますので、身体活動不足にならないように注意しましょう。

### 65歳以上の方の運動の目安

日常生活における家事や運動などを毎日40分以上行いましょう  
例えば今より10分多く歩くなど身体活動を増やしましょう

(健康づくりのための身体活動基準2013)

## ③ 休 養

休養は、日常生活における疲労を取り除き、精神、身体をリフレッシュするために必要です。

- 1 過労を避け、睡眠、入浴、休息などを十分にとりましょう
- 2 趣味やスポーツ、ボランティア活動などで積極的に過ごすこと、家族の関係や心身を調整し、明日の健康を考えていくことが真の休養につながります

## (2) 病気等の予防

### ① 脳 卒 中

脳卒中は色々な後遺症を残すことが多く、それが寝たきりや認知症の原因となります。日頃から脳卒中の予防を心がけましょう。

- 1 定期的な血圧測定、血液検査などの健康チェックを
- 2 入浴はぬるめの湯に（38～40℃ぐらい）
- 3 便秘を予防し、トイレは洋式に
- 4 寒さに注意、保温を心がける
- 5 たばこはひかえる
- 6 お酒は1日1～2合
- 7 減塩食を心がけ、野菜をたっぷりとする
- 8 太りすぎをさける
- 9 ストレスをためない
- 10 動物性脂肪をとりすぎない

### ② インフルエンザ

インフルエンザは、かかっている人が咳、くしゃみなどをしたときに、空気中に排出されるインフルエンザウイルスを別の人が吸うことにより感染します。

- 1 こまめな手洗いを心がけましょう
- 2 アルコールを含んだ消毒液で手を消毒するのも効果的です
- 3 栄養と睡眠を十分にとり、抵抗力を高めましょう
- 4 咳やくしゃみが出ているときはマスクをし、咳エチケットに気をつけましょう
- 5 マスクは鼻と口を確実に覆い、隙間ができたりあごが大きく出ないようにつけましょう
- 6 予防接種は発症する可能性を減らし、発症した場合には重症になるのを防ぎます
- 7 流行するウイルスの型も変わるので、毎年定期的に接種することが望まれます

※旭川市では、65歳以上の高齢者等を対象に、インフルエンザの予防接種を実施しています。  
詳しくは、健康推進課保健予防係へ 電話25-9848

### ③ 新型コロナウイルス感染症

新型コロナウイルス感染症は、高齢者と基礎疾患がある方については重症化しやすいため、感染しないように予防することが重要です。

#### 1 手洗い

外出から帰った後、トイレの後、食事の前など、こまめに石けんと流水で手洗いしましょう  
手洗いができない場所では、アルコールを含む消毒液で手指を消毒することも有効です

#### 2 咳エチケット

ウイルスはくしゃみや咳、つばなどと一緒に出ますので、マスクやティッシュ、ハンカチ、袖、などを使って口や鼻を覆います

#### 3 マスクの着用

マスクは無意識に鼻や口などの粘膜を触らないようにするためにも有効です

#### 4 「3密」を避ける

密閉空間（換気が悪い）、密集空間（多くの人が密集）、密接場面（互いに手を伸ばしたら届く距離での会話や発声が行われる密接場面）の3つの条件が同時に重なる場では感染拡大のリスクが高くなります

#### 5 無理をしない

体調が悪い時には外出を控える、休むなど無理をしないことが大切です

#### 6 ワクチン接種

新型コロナワクチンは、新型コロナウイルス感染症の発症や重症化を予防する効果が確認されています。

### ④ オーラルフレイル（口の機能の虚弱）

滑舌低下、食べこぼし、わずかなむせ、かめない食品が増えるなどの口に関する“ささいな衰え”を放っておくと、口の機能が低下し、食べる機能の障害、さらには心身の機能低下につながります。

#### 1 規則正しくバランスのとれた食事をしっかりよくかんで食べましょう

#### 2 意識して会話を増やしたり歌うことや口の体操などを行ってかむ力を保ちましょう

#### 3 食後や寝る前の歯みがきで口を清潔に保ちましょう（義歯や舌の清掃も大切です）

### ⑤ 骨 折

骨折は、寝たきりの大きな原因になります。高齢になると足の筋力やバランス能力が低下し、転びやすくなり、骨密度も低下することで、ちょっとしたことでも骨折しやすくなりますので注意しましょう。

#### 1 カルシウムを十分にとりましょう

#### 2 よく歩きましょう

散歩やパークゴルフなどで、もっと歩きましょう

#### 3 週に2～3回、筋力トレーニングをしましょう

#### 4 日光浴をしましょう（夏は木陰で30分、冬は直射日光に1時間程度）

#### 5 住居を改善しましょう

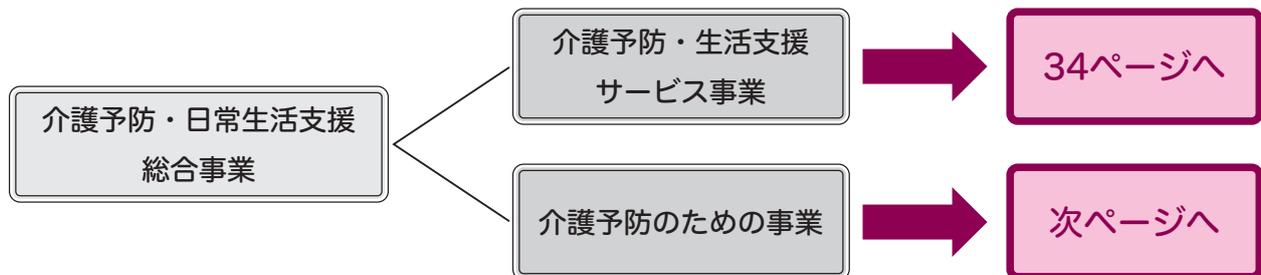
階段や浴室に手すりをつけるなど、転倒事故を防ぎましょう

住宅改修については、「旭川市やさしさ住宅補助金」（13ページ）、「介護予防住宅改修費の支給」（38ページ）及び「住宅改修費の支給」（44ページ）もご覧ください。

### (3) 介護予防

高齢者が自らの持つ能力を最大限に発揮して要介護状態となることを予防し、住み慣れた地域で生き生きと暮らすことができるよう、介護予防・日常生活支援総合事業を実施しています。

介護予防・日常生活支援総合事業は、介護予防・生活支援サービス事業及び一般介護予防事業で構成されています。



## 介護予防や生きがいくりのために 地域活動やボランティア活動等に参加してみませんか

お住まいの地域では、住民の方々が様々な活動をされています。あなたも一緒に活動してみませんか？

#### 【地区社会福祉協議会の活動】

※詳しくは、旭川市社会福祉協議会へ  
5条通4丁目 旭川市ときわ市民ホール1階 電話23-0742

#### 【ボランティアの活動】

※詳しくは、旭川市社会福祉協議会へ  
5条通4丁目 旭川市ときわ市民ホール1階 電話23-0742

#### 【旭川市福祉人材バンク】

北海道から委託されて開設している福祉のお仕事専門の無料職業紹介所で、厚生労働大臣の許可を得ています。利用に関しては登録も含めて全て無料となっています。

※詳しくは、旭川市社会福祉協議会 福祉人材バンク担当へ  
5条通4丁目 旭川市ときわ市民ホール1階 電話23-0138

詳しいお仕事の内容をお知りになりたい場合は、福祉のお仕事HPにも掲載しています。

<http://www.fukushi-work.jp/>



## 介護予防のための事業

### ▶▶ 地域の介護予防活動

#### 通いの場（自主サークル）

趣味を続けること、ボランティア活動に参加することなど、生きがいや役割をもつことは効果的な介護予防の一つです。体操を行うサークルや交流を楽しむサロンなど、市内にはたくさんの通いの場（自主サークル）がありますのでご参加ください。通いの場の情報については、76ページの地域包括支援センターにお問合せください。

### ▶▶ 旭川市の介護予防事業

#### 運動教室

##### 筋肉らくらくアップクラブ

週1回（全16回）の教室で、主に座ったまま、ストレッチや筋力トレーニング、バランストレーニングなどを行います。教室終了後も参加者で活動を継続していくために自主サークルを立ち上げることを目指します。

##### 筋肉ちょきんクラブ

週1回（全16回）の教室で、主に座ったまま、ストレッチや筋力トレーニング、バランストレーニングなどを行います。教室終了後は自分自身で運動を継続していくことを目指します。

##### いきいき運動教室

週1回（全35回）の教室で、主に立ったまま、運動強度が高めの筋力を付ける運動や有酸素運動を行います。教室終了後は自分自身で運動を継続していくことを目指します。

#### 認知症予防教室

##### 認知症予防教室

週1回（全16回）の教室で、認知機能の低下を予防するために、脳トレと参加者同士の交流を行います。教室終了後も参加者で活動を継続していくために自主サークルを立ち上げることを目指します。

#### 講座等

##### 介護予防出前講座

老人クラブや町内会などを対象に、保健師等による介護予防のための出前講座を行います。

##### いきいきDVDライブラリー

介護予防や健康に関するDVD等を貸し出します。

※貸出本数：1回につき5本まで 貸出期間：2週間まで

※詳しくは、長寿社会課 地域支援係へ 電話25-5273

## (4) 特定健診・がん検診・結核健診等

定期的に受診して、自分の健康状態を把握しましょう。

70歳以上の方など、自己負担が免除になる場合もありますので、お問合せください。

区分	対象年齢	受診場所	自己負担額	検診内容
特定健診	40歳から74歳まで	【個別健診】市が委託している医療機関 【集団健診】公民館・各地区センター等 ※持ち物：受診券・保険証	国保加入者 500円 (前年度市民税非課税世帯の方は無料) ※国保以外の方は各医療保険者にお問合せください。	問診、診察、身体測定、 血圧測定、尿検査、血液検査 ※特定健診では、条件に該当する方のみ心電図検査、眼底検査、貧血検査を行います。
後期高齢者医療健診	75歳以上		無料	
胃がん検診	40歳以上	巡回検診車 旭川がん検診センター	500円 (国保加入者 300円)	問診 胃部エックス線撮影(バリウム)
肺がん検診	40歳以上	巡回検診車 旭川がん検診センター	読影 200円 読影・喀痰 500円 (国保加入者 400円)	問診・胸部エックス線撮影 ※必要に応じて喀痰検査を行います。
大腸がん検診	40歳以上	巡回検診車 市が委託している医療機関	600円 (国保加入者 300円)	問診 免疫便潜血検査2日法
子宮がん検診	令和5年4月1日現在満20歳以上の偶数年齢の女性	市が委託している医療機関	700円 (体部細胞診も行った場合は1,200円) (国保加入者はいずれも300円)	問診 頸部細胞診 ※必要に応じて体部細胞診を行います。
乳がん検診	令和5年4月1日現在満40歳以上の偶数年齢の女性	市が委託している医療機関	40歳代 900円 (2方向撮影) 50歳以上 700円 (1方向撮影) (国保加入者はいずれも300円)	問診 マンモグラフィ (乳房エックス線検査)
結核健診	65歳以上	巡回健診車	全額市負担	胸部エックス線撮影 ※市内を順次巡回しています。
歯周病健診	30, 40, 50, 60, 70歳の方 妊産婦の方	市が委託している医療機関	500円 (70歳の方は無料)	歯周病の検査 予防・改善のための指導

※年度途中であっても制度が変更になる場合があります。

※詳しくは 各担当課へ

特定健診 国民健康保険課 保健事業担当へ 電話25-9841

後期高齢者医療健診 国民健康保険課 後期高齢者医療係へ 電話25-8536

がん検診・歯周病健診 健康推進課 健康推進係へ 電話25-6315

結核健診 健康推進課 保健予防係へ 電話25-9848

## (5) 後期高齢者医療制度

75歳以上(一定の障がいのあると認められた方は65歳以上)の方は、後期高齢者医療制度の対象者です。

### 医療機関での一部負担金の支払いについて

医療機関で受診する際には、かかった費用の1～3割(現役並み所得者は3割、一定以上所得者は2

割、それ以外は1割)を負担していただきます。

なお、世帯員の転入・転出・転居などで、世帯状況に変更があった場合に、一部自己負担割合が変わることがあります。

### 高額療養費支給制度等について

医療機関に支払った1か月ごとの医療費が一部負担金限度額を超えたときは、医療費が払い戻されます。(申請は初回の1回のみ。以降の手続不要。)

また、治療用装具(コルセットなど)等は、申請することにより療養費【医療費→療養費】の支給が受けられます。

### 高額療養費等の適用を医療機関で受けるには

①住民税非課税世帯の方(一部自己負担割合が「1割」で負担区分が区分Ⅰ・区分Ⅱの方)の場合

申請することにより「後期高齢者医療限度額適用・標準負担額減額認定証」が交付されます。

医療機関を受診するときや、在宅総合診療を受けるときにこの認定証を提示することにより、負担区分に応じた医療費の一部負担金限度額が適用になるほか食事療養費の標準負担額が減額されます。

②現役並み所得者(一部自己負担割合が「3割」で負担区分が現役Ⅰ・現役Ⅱの方)の場合

申請することにより「後期高齢者医療限度額適用認定証」が交付されます。

医療機関を受診するときや、在宅総合診療を受けるときにこの認定証を提示することにより、負担区分に応じた医療費の一部負担金限度額が適用されます。

③それ以外の方(負担区分が一般Ⅰ・一般Ⅱ・現役Ⅲの方)の場合

保険証を医療機関の窓口に表示するだけで自動的に自己負担限度額が適用されるため、申請は不要です。

※詳しくは、国民健康保険課 後期高齢者医療係へ 電話25-8536

## (6) あん摩マッサージ指圧・はり・きゅう助成券(三療助成券)の交付

70歳以上(その年度内に70歳になる方を含む)の方が、市の指定した目の不自由な三療施術者(あん摩・マッサージ・指圧師、はり師、きゅう師)にかかるとき、その費用の一部を助成するため、年間4,000円分の助成券(500円券を8枚)を交付しています。

手続きには、健康保険証など本人の確認ができるものがが必要です。

なお、助成券は、1回の施術につき1枚の利用となり、健康保険による治療には使えません。

※詳しくは、長寿社会課 高齢者支援係へ 電話25-6457

## (7) 旭川地域歯科医療連携室(在宅歯科診療支援システム)

寝たきりの状態や心身の障がい、急な病気等によって歯科医院に通院できない方のために、自宅まで歯科医師が訪問し、在宅で歯科治療を行っています。

旭川地域歯科医療連携室が窓口となり、登録歯科医院の紹介をしています。在宅での歯科治療は歯科医院で行う場合とは異なり、状態によっては治療の制限や診療ができない場合もあります。市内の協力病院とも連携して治療する体制となっていますので、担当の歯科医師ともよくご相談ください。

※詳しくは、旭川地域歯科医療連携室(旭川歯科医師会)へ

電話73-3238(受付時間 月~金曜日 午前10時~午後3時)

ホームページ(<https://renkei.kyoku-shi.com/>)



## (8) 高齢者見守り配食支援事業

配食サービスを通じて高齢者の見守り活動を実施している事業者を高齢者見守り配食協力店として登録し、その一覧を市のホームページで紹介しています。

※詳しくは、長寿社会課 地域支援係へ 電話25-5273

【旭川市ホームページ】

「高齢者見守り配食支援事業」

掲載場所：トップページ> くらし> 健康・福祉・衛生・ペット>

高齢者支援・介護保険> その他> 高齢者見守り配食支援事業

URL : <https://www.city.asahikawa.hokkaido.jp/kurashi/135/160/170/d077037.html>



## 3 家族を介護する方のために

### (1) 認知症高齢者見守り事業

認知症に関する講習を受講した地域の方（提供会員）が、認知症高齢者の見守りや話し相手などを行います。

- 対象者（依頼会員）は、市内に居住する40歳以上の認知症の方（自傷・他害行為などを行うおそれのある場合は対象となりません。）を介護している家族等です。
- 原則として、身体介護や家事支援は行いません。
- 利用料 1時間500円（以降30分増すごとに200円加算）。  
別途、交通費の実費がかかる場合があります。
- 利用時間 午前8時～午後9時

※詳しくは、旭川市社会福祉協議会 旭川認知症サポートセンター担当へ

5条通4丁目 旭川市ときわ市民ホール1階 電話90-1449

又は、長寿社会課 地域支援係へ 電話25-5273

### (2) 家族介護用品購入助成事業

寝たきり又は認知症等で、紙おむつ等の介護用品を常時必要とする65歳以上の在宅で生活する高齢者を介護する家族に対し、月額4,500円の紙おむつ等の購入助成券を、年2回、4月～6月分と7月～3月分に分けて交付します。

年度途中で申請した場合（6月と3月は10日までに申請した分）は、その月の分から助成券が交付されます。

なお、紙おむつ等を必要とする方は、次の要件の全てに該当することが必要です。

- 旭川市に住民登録があること。
- 在宅で生活し、今後も在宅生活を継続する予定であること。
- 介護保険の要介護認定で要介護2以上であること。
- 尿意若しくは便意が不鮮明又はトイレ等排せつ場所への移動が困難なため、排せつを紙おむつに頼らざるを得ない状態にあること。
- 介護する同居の家族がいること（介護する方と介護を受ける方が、同じ棟の下で生活を共にしており、住民票も同一世帯であること）。
- 紙おむつ等の購入費用が、1か月当たり4,500円以上かかること。

※詳しくは、長寿社会課 地域支援係へ 電話25-5273

○紙おむつ購入助成を受けている世帯を対象に、ごみ処理手数料を減免（燃やせるごみ用指定ごみ袋を支給）しています。

- 1年に1回の支給です。
- 支給枚数は申請月によって変わります。

※詳しくは、旭川市クリーンセンターへ 電話36-2213

## 4 地域での支え合いのために

### (1) 地域支え合い事業

#### ① ファミリーサポートセンター介護型

高齢者等が地域の中で安心して暮らしていくことができるように、簡単な家事支援・軽介護などの「支援を受けたい人（依頼会員）」と、「支援を行いたい人（提供会員）」を組織・調整することにより、地域の相互援助活動を促進し支えています。

この事業は、高齢者を抱えて働く人を支援することにより、安心して仕事と家庭とを両立できる環境をつくることを目的としています。

##### ◎会 員

- 依頼会員 市内に住んでいる高齢者や障がい者を支援しながら就労されている方など
- 提供会員 市内在住で、20歳以上の心身ともに健康であり、積極的に支援活動を行うことができる方

##### ◎支援内容

- 高齢者等が日常生活を送る上で必要な、簡単な家事支援・軽介護（食事の準備・掃除・洗濯・買い物・通院外出時の付き添い・話し相手・安否確認など）

##### ◎利用料

- 平 日 午前8時～午後6時 1時間700円（以降30分増すごとに350円加算）
- その他 1時間800円（以降30分増すごとに400円加算）

※別途、提供会員の交通費実費がかかる場合があります。

※詳しくは、旭川市社会福祉協議会 ファミリーサポートセンター介護型担当へ

5条通4丁目 旭川市ときわ市民ホール1階 電話90-1449

又は、長寿社会課 高齢者支援係へ 電話25-6457

#### ② 福祉除雪サービス

冬期間も安心して暮らせる市民生活を実現するために、除雪の「援助を受けたい人（依頼会員）」と「援助を行いたい人（提供会員）」を調整することにより、地域の相互援助活動を支援しています。対象者などの詳しい内容については、お問合せください。

##### ◎会 員

- 依頼会員 自力又は市内に居住する扶養義務者による除雪が困難な75歳以上の高齢者世帯、重度身体障がい者世帯、母子世帯など
- 提供会員 市内在住で、除雪の援助活動ができる方

##### ◎援助内容

- 玄関から公道までおおむね幅1.5メートル程度で、生活に必要な通路等の除雪を行います。
- 除雪日は、おおむね15cm程度の降雪日を基本とします。

##### ◎利用料

- 30分まで500円（以降30分増すごとに500円加算）。
- ※別途、提供会員の交通費実費がかかる場合があります。

※詳しくは、旭川市社会福祉協議会 福祉除雪サービス担当へ  
5条通4丁目 旭川市ときわ市民ホール1階 電話90-1449  
又は、長寿社会課 高齢者支援係へ 電話25-6457

## (2) 地域福祉活動

旭川市社会福祉協議会では、幅広い地域住民の参加と協力により、地域福祉・在宅福祉活動を展開しています。日常生活上の不安を抱えている方を地域住民で見守る「安心見守り事業」や、高齢者の方や子育て中の親子が参加し、地域の中で仲間づくりや世代間交流を行う「ふれあいサロン事業」などは、市内53の地区社会福祉協議会が中心となって取り組んでいます。

※詳しくは、旭川市社会福祉協議会へ  
5条通4丁目 旭川市ときわ市民ホール1階 電話23-0742

## (3) 旭川地域“SOSやまびこ”ネットワーク

高齢者が外出して行方不明になったときは、すぐに警察へ連絡してください。

旭川市、上川保健所、上川中部圏域各町が『旭川地域“SOSやまびこ”ネットワーク』を組織しており、連携して高齢者の早期発見・保護につとめます。

また、発見後は家族等からの相談に応じます。

※ネットワークの運用・システムについての問合せは、  
長寿社会課 地域支援係へ 電話25-5273  
又は、北海道上川保健所 健康推進課 健康支援係へ 電話 46-5992

# 5 居住環境への支援

## (1) 旭川市やさしさ住宅補助金

高齢者が住む住宅で、手すりの設置や段差解消などの改修を行う場合、その工事費の一部を補助します。

- ◎対象 象 満60歳以上の方が住んでいる市内の住宅
- ◎対象工事 バリアフリー化工事（対象工事費が10万円以上）
- ◎補助金額 対象工事費の1/3かつ上限10万円（千円未満切捨）
- ◎募集時期 例年、期間限定で募集しています。

※要支援、要介護認定者、重度身体障がい者、難病患者の方が住んでいる場合は、別途住宅改修費の支給制度等があるため、補助の対象外となる場合があります。

※詳しくは、建築総務課へ 電話25-9708

## (2) 市営住宅

市営住宅では、高齢者世帯等に配慮した住宅を整備するとともに、入居の抽選に際して高齢者等を優遇するなど、入居機会の拡大を図っています。

※詳しくは、市営住宅課へ 電話25-8510

### (3) シルバーハウジング

シルバーハウジングは、高齢者の生活特性に配慮した公的賃貸住宅で、入居している高齢者等に対し生活援助員を派遣し、生活相談や助言、安否確認、一時的な家事援助など、在宅生活の支援を行っています。

市内では、市営住宅のうち神居団地と第1・第2永山団地の各30戸がシルバーハウジングとして指定されています。

※詳しくは、市営住宅課へ 電話25-8510

又は、長寿社会課 高齢者支援係へ 電話25-6457

### (4) 屋根の雪下ろし

70歳以上の高齢者世帯などで、自分や家族等で住宅の屋根の雪下ろしができない非課税世帯に対して、助成券を交付しています。

#### ◎実施内容

- 対象世帯に15,000円分の助成券を交付します。
- 指定事業者名簿の中から対象者が事業者へ直接作業を依頼し、作業終了後、料金の支払いを行う際に助成券を利用できます。
- 対象作業は、家屋や車庫・物置等の雪下ろし作業と、雪下ろしに伴う排雪や、屋根から落ちてしまった雪の排雪です。

◎対象世帯 ※ただし、次の「対象にならない世帯」に当てはまる場合は対象とはなりません。

高齢者世帯 (70歳以上)	ひとり暮らし 高齢者夫婦のみ(70歳以上、配偶者は65歳以上) 高齢者と義務教育修了前の子 高齢者と女性 高齢者と身体障がい者
母子及び寡婦世帯	母と義務教育修了前の子 母のみ(義務教育修了後の子が市外居住の場合も含む) 母と女性
身体障がい者世帯 (身体障害者手帳1～4級) (言語・聴覚・そしゃく機能障害を除く)	ひとり暮らし 身体障がい者のみ 身体障がい者と義務教育修了前の子 身体障がい者と女性

#### ◎対象にならない世帯

- 本人又は同居者に当該年度分の市・道民税が課税されている世帯
- 自己又は親族、近隣等の協力で雪下ろしが可能な世帯
- 市内に70歳未満の扶養義務者(子供)が居住する世帯(義務教育を修了する前の者を除く。)
- 借家、アパートに居住する世帯
- 実施時に入院等で不在の世帯(年度内に在宅復帰する予定があり、代理で雪下ろしの作業依頼ができる者がいる場合を除く。)
- 生活保護受給世帯

※詳しくは、長寿社会課 高齢者支援係へ 電話25-6457

又は、地域の民生委員にご相談ください。

## (5) 除雪時の配慮

自分や家族等で道路除雪作業後の残雪の処理が困難な80歳以上の高齢者世帯などに対して、道路の除雪の際、除雪機械からこぼれた雪を、住宅の敷地入口部分に残さないように配慮して除雪を実施します。

◎対象世帯 ※ただし、以下の「対象にならない世帯」に当てはまる場合は対象とはなりません。

- 高齢者（80歳以上又は70～79歳で要支援1以上）のみの世帯
- 高齢者と病弱者で構成される世帯
- 高齢者と中学生以下の子で構成される世帯
- 高齢者と重度身体障がい者（身体障害者手帳1・2級の交付を受けている方。ただし、言語・聴覚・そしゃく機能障害を除く。）で構成される世帯
- 重度身体障がい者のみの世帯
- 重度身体障がい者と病弱者で構成される世帯
- 重度身体障がい者と中学生以下の子で構成される世帯

◎対象にならない世帯

- 自己の労力や、親族・近隣等の協力で除雪が可能な世帯
- 親族と同一敷地内に居住する世帯（棟続き、軒を並べるものを含む。）
- 間借り、アパートに居住する世帯
- 実施時に入院等で不在の世帯
- 国道・道道・私道など、市道以外の道路に面している世帯

※面している市道（幹線道路等）によっては本事業の対象とならないことがあります。

◎地域住民の協力による除雪

現在、この制度による除雪時の配慮については、道路除雪事業者により実施されていますが、地域の支え合いによる除雪体制の構築に向け、町内会など地域にお住まいの方が、対象世帯の間口除雪を行う取組を進めています。

お住まいの地域が取組の対象となった場合は、地域の方による除雪作業となりますので、御理解・御協力をお願いします。

※車庫前等の住宅の敷地入口部分以外の場所や宅地内の除雪は対象外となります。玄関から公道までの除雪については、12ページの福祉除雪サービスをご活用ください。

※詳しくは、長寿社会課 高齢者支援係（高齢者）へ 電話25-6457

障害福祉課 障害事業係（80歳未満の障がい者）へ 電話25-6476

又は、地域の民生委員にご相談ください。

## (6) 家庭ごみの「ふれあい収集」事業

ひとり暮らしで、自らごみステーションまでごみを排出することができず、また、他の協力を得ることができない方のために戸別収集しています（要件あり）。

◎対象者

- 要支援・要介護認定を受け要介護状態区分が、要支援2・要介護1から5に認定されている方で、介助・介護を必要とする生活状況の方
- 身体障害者手帳の交付を受けて、障害福祉サービス受給者証の認定を受けている方で、介助・介護を必要とする生活状況の方（障害名・等級・障害福祉サービス受給者証内容などにより、該当とならない場合もあります。）
- 同居者のいる方で、同居者が上記に準じてごみの排出ができない場合

### ◎収集方法

玄関内収集を基本とし、1週間に1回、指定した曜日に分別されたごみを全品目一度に収集します。

※詳しくは、旭川市クリーンセンター ごみ相談係へ 電話36-2213

## 6 高齢者の権利擁護のために

### (1) 成年後見制度に関する相談等

該当する市民が地域において安心して暮らせるよう「成年後見制度」利用に関する全般的な相談や利用手続きの支援を行っています。

～成年後見制度とは～

判断能力が不十分な方にとって不利益が生じないように財産や生活の保護を支援する制度です。

※詳しくは、旭川成年後見支援センター担当へ

5条通4丁目 旭川市ときわ市民ホール1階 電話23-1003

相談受付時間

月曜日から金曜日までの午前8時45分から午後5時15分まで（祝日・年末年始を除く。）

### (2) 成年後見制度利用支援事業

認知症等により、判断能力が不十分なため財産の管理ができないなど、成年後見人等による支援が必要な65歳以上の高齢者で、後見等の審判申立てを行う家族がない場合、市が申立てを行います。

※詳しくは、長寿社会課 地域支援係へ 電話25-5273

### (3) 日常生活自立支援事業

北海道地域福祉生活支援センターでは、日常生活での判断に困難を抱えている方の福祉サービス利用の手続きや、生活費の管理、年金証書などの大切な書類の預かりを行っています（旧地域福祉権利擁護事業）。

- 利用対象は、高齢や障がいなどのために、日常生活の中で自ら判断することが困難な方です（例えば、福祉サービスの利用手続きや生活費の管理が一人では難しいと思う方など）。
- サービスを直接提供するのには、登録されている「生活支援員」です。
- 1回（1時間程度）の利用で、利用料金1,200円と生活支援員の交通費実費がかかります（生活保護を受けている方は、公費で補助されるので無料です。）。
- 書類等の預かりで金融機関の貸金庫などを利用する場合は、費用の実費がかかります。

◎相談受付時間：月曜日～金曜日（祝日・年末年始を除く。）午前8時45分～午後5時15分

※詳しくは、旭川市社会福祉協議会 日常生活自立支援事業担当へ

5条通4丁目 旭川市ときわ市民ホール1階 電話90-2003

## (4) 法的トラブル解決のための総合案内

法テラス旭川では、面談や電話により、お問合せの内容に応じた法制度や手続、関係機関の相談窓口をご案内します。また、弁護士・司法書士による法律相談が必要な方が、経済的にお困りの場合には、法テラスの民事法律扶助による無料法律相談をご案内します。

◎相談窓口：法テラス旭川 3条通9丁目TKフロンティアビル6階

◎相談受付時間：月曜日～金曜日（祝日・年末年始を除く。）午前9時～午後5時  
電話0570-078391

※法テラス・サポートダイヤル 0570-078374

月曜日～金曜日（祝日・年末年始を除く。）午前9時～午後9時

土曜日（祝日・年末年始を除く。）午前9時～午後5時

## 7 火災・緊急等に備えて

### (1) 高齢者防火訪問（ほのぼの防火訪問）事業

高齢者が安全で安心して暮らせる生活の確保に資するとともに、災害時における救援、救護体制の充実強化を図ることを目的に行っている事業です。

◎対象者

75歳以上の方で構成される世帯（単身世帯を含む）の方。ただし、緊急通報システムの利用者は除きます。

◎実施内容

消防職員、消防団員又は防火訪問協力員が対象者の居宅を訪問し、住宅火災や救急事故の発生を予防するための点検、指導又は助言を行うとともに、火災、急病、事故等の緊急事態に消防救急活動の支援情報として活用するために、当該対象者の身体状況等について調査を行っています。

- 防火点検等 調理器具・暖房器具・電気器具などの防火点検、放火防止対策などの指導
- 予防救急指導 日常生活における体調管理などの指導
- 支援情報調査 日常生活の状況、身体状況等の調査、緊急連絡先の聞き取り

※詳しくは、消防本部 市民安心課へ 電話23-1668

### (2) ふれあい防火教室

女性消防団員が、各地域の会館等を訪問し「防火・防災に関する講話」「救急に関する講話・実技指導」等を行います。

◎対象者

おおむね65歳以上の方々に構成された、市民（住民）の団体・グループ。

◎申込方法等

- 消防本部市民安心課まで、電話かファックス、又は直接窓口へお申し込みください。
- 実施を希望する1か月前までにお知らせください。ただし、業務等の都合により希望日に訪問できない場合があります。

※詳しくは、消防本部 市民安心課へ 電話23-1668

### (3) 緊急通報システム（ホットライン119）事業

自宅で急病や火災・ガス漏れなどの緊急事態が発生したとき、押しボタン付きの緊急通報装置や無線発信機、煙・熱・ガスの各種センサーにより、消防防災指令センターへ自動又は簡易な操作により通報し、救急車・消防車をすみやかに出動させるシステムです。

#### ◎利用できる条件

旭川市内に居住し、固定電話回線がある方

※アナログ回線以外の場合、一部ご利用できないことがあります。

#### ◎通報機器の貸与を受けられる方（特定利用者）

次の要件にあてはまる方は、旭川市から通報機器の貸与を受け利用できます。なお、生計維持者（世帯員のうち所得金額が一番高い方）が市民税課税者である場合、利用開始時に1回のみ所得に応じた金額を負担していただきます。

- ひとり暮らしで65歳以上の身体虚弱で機敏に行動できない方
- ひとり暮らしで身体に重度の障がいがある方（身体障害者手帳1～3級）で機敏に行動できない方
- ひとり暮らしで突発的に生命の危険をもたらすおそれのある慢性疾患のある方
- 65歳以上のみの世帯で、寝たきりの状態又はこれに準ずる状態にある方
- 特定の地域に居住する75歳以上のみの世帯の方

（江丹別町・柏木・緑台・東山・新開の全地域及び東旭川町・西神楽・神居町・東鷹栖の一部地域）

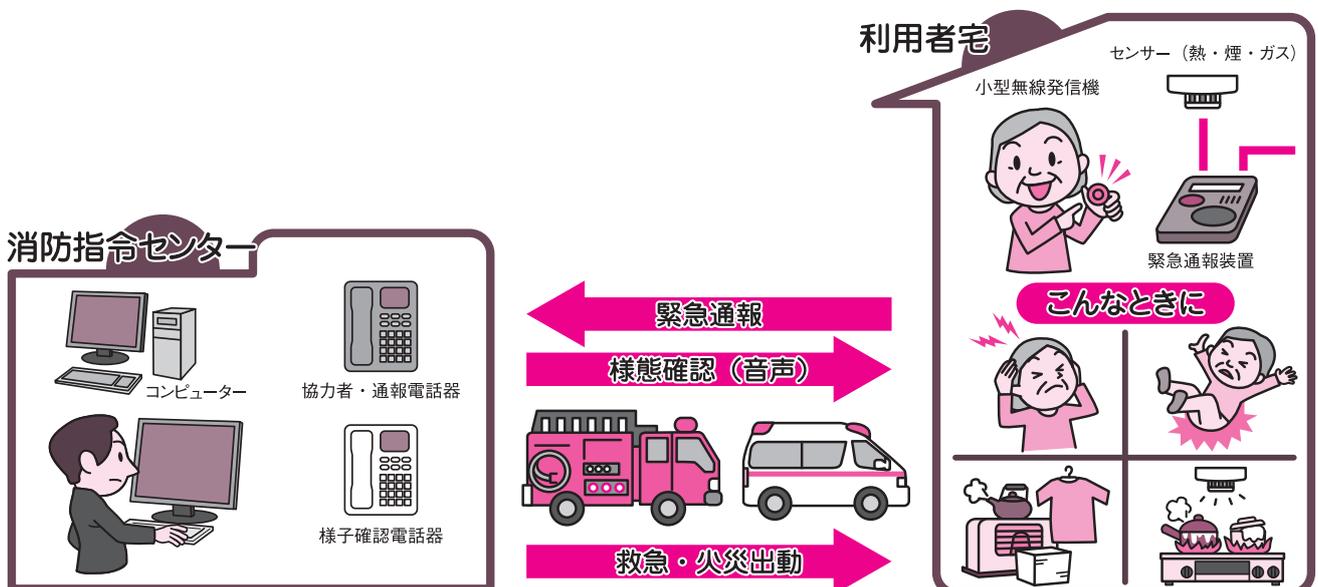
#### ◎通報機器を自費で利用する方（一般利用者）

特定利用者の要件に該当しない方で、ご利用を希望される方は、自費で通報機器を購入し、ご利用いただけます（この場合、維持管理費も利用者の負担となります。）。

なお、次の要件にあてはまる場合、購入・設置費用の1/3（40,000円を限度）を助成する制度があります（各年度助成件数に限りがあります。）。

- ひとり暮らしで65歳以上の方
- 65歳以上の身体病弱な方が属する世帯
- 身体に重度の障がいのある方（身体障害者手帳1～3級）が属する世帯

※詳しくは、消防本部 市民安心課へ 電話21-4119



## (4) 高齢者等安心カード配付事業

かかりつけ医療機関名、緊急連絡先等の情報を記した「安心カード」を冷蔵庫正面の目につきやすいところにマグネットなどで貼り付け、救急時の迅速な対応に役立てるものです。

### ◎対象者

- 高齢者（65歳以上）、又は身体障がい、持病等の理由により、日常生活に不安があり安心カードの配付を希望する方

### ◎配付の方法・配付場所

- 次の配付場所窓口にて、安心カードをお渡しします。

※安心カードは無償で配付します。ただし、貼り付けるためのマグネットなどは利用される方本人でご用意ください。

#### 〈配付場所〉

- 長寿社会課窓口（総合庁舎2階14番窓口）
- 各支所、出張所、東部まちづくりセンター
- 各老人福祉センター（65ページ参照）
- 各いきいきセンター（66ページ参照）
- 近文市民ふれあいセンター（66ページ参照）
- 各地域包括支援センター（76ページ参照）

※詳しくは、長寿社会課 高齢者支援係へ 電話25-6457

又は旭川市ホームページからダウンロードして印刷したものをお使いいただくこともできます。

#### 【旭川市ホームページ】

「安心カード」の配付について」

掲載場所：トップページ>暮らし>健康・福祉・衛生・ペット>

高齢者支援・介護保険>その他>「安心カード」の配付について

URL：<http://www.city.asahikawa.hokkaido.jp/kurashi/135/160/170/p002551.html>



## 『避難行動要支援者名簿』

介護が必要な方や障がいのある方などが災害時に身近な地域で避難支援を受けられるよう、支援が必要な方（避難行動要支援者）の名簿を作成し、同意していただいた方の情報を提供申請があった地域の自主防災組織等の避難支援者等関係者にお渡ししています。

市が保有する情報で把握した方のほか、要件を満たす方で避難行動要支援者名簿への登載を希望する方は、申込みができます。

#### 〈避難行動要支援者名簿に登載可能な方〉

- 要支援2以上の介護認定を受けている方
- 次のいずれかの交付を受けている方
  - 身体障害者手帳 ○療育手帳 ○精神障害者保健福祉手帳
  - 特定医療費（指定難病）受給者証 ○在宅難病患者等酸素濃縮器使用助成認定証
  - ウイルス性肝炎進行防止対策・橋本病重症患者対策医療受給者証
  - ウイルス性肝炎進行防止対策（肝炎治療特別促進事業）医療受給者証
  - 先天性血液凝固因子障害等医療受給者証

※名簿の掲載手続きについては、福祉保険課 地域福祉係へ 電話25-6425

名簿の活用や提供については、防災安全部 防災課へ 電話33-9969

# 介護が必要な方のために

## 1 なぜ介護保険が必要？

日本は、本格的な高齢社会に突入し、3人に1人が高齢者という時代を迎えようとしています。これに伴い、介護を必要とする高齢者も増えており、また、介護する人の高齢化も進み、介護の期間も長くなるなど、家族だけで「介護」を支えることは、もはや困難な状況になってきています。

いまや、介護は誰もが直面する問題になっています。そこで、介護を“家族”だけではなく“社会”全体で支え、誰もが安心して住み慣れた地域で健やかな老後を過ごせるよう、平成12年4月に「介護保険制度」が始まりました。

### 介護保険の基本理念

#### (1) 自立支援と重度化防止

介護保険は、介護（支援）などを必要とする方が、その能力に応じて自立した日常生活を送ることができるよう、要介護（要支援）状態の軽減と悪化を防止するために支援を行うことを目的としています。

#### (2) 国民の努力及び義務

被保険者である高齢者には、要介護状態になることを自ら予防するために、加齢に伴って生ずる心身の変化を自覚して常に健康の保持増進に努めるとともに、要介護状態となった場合においても、適切なサービスを利用することにより、その能力の維持向上に努めることが求められています。

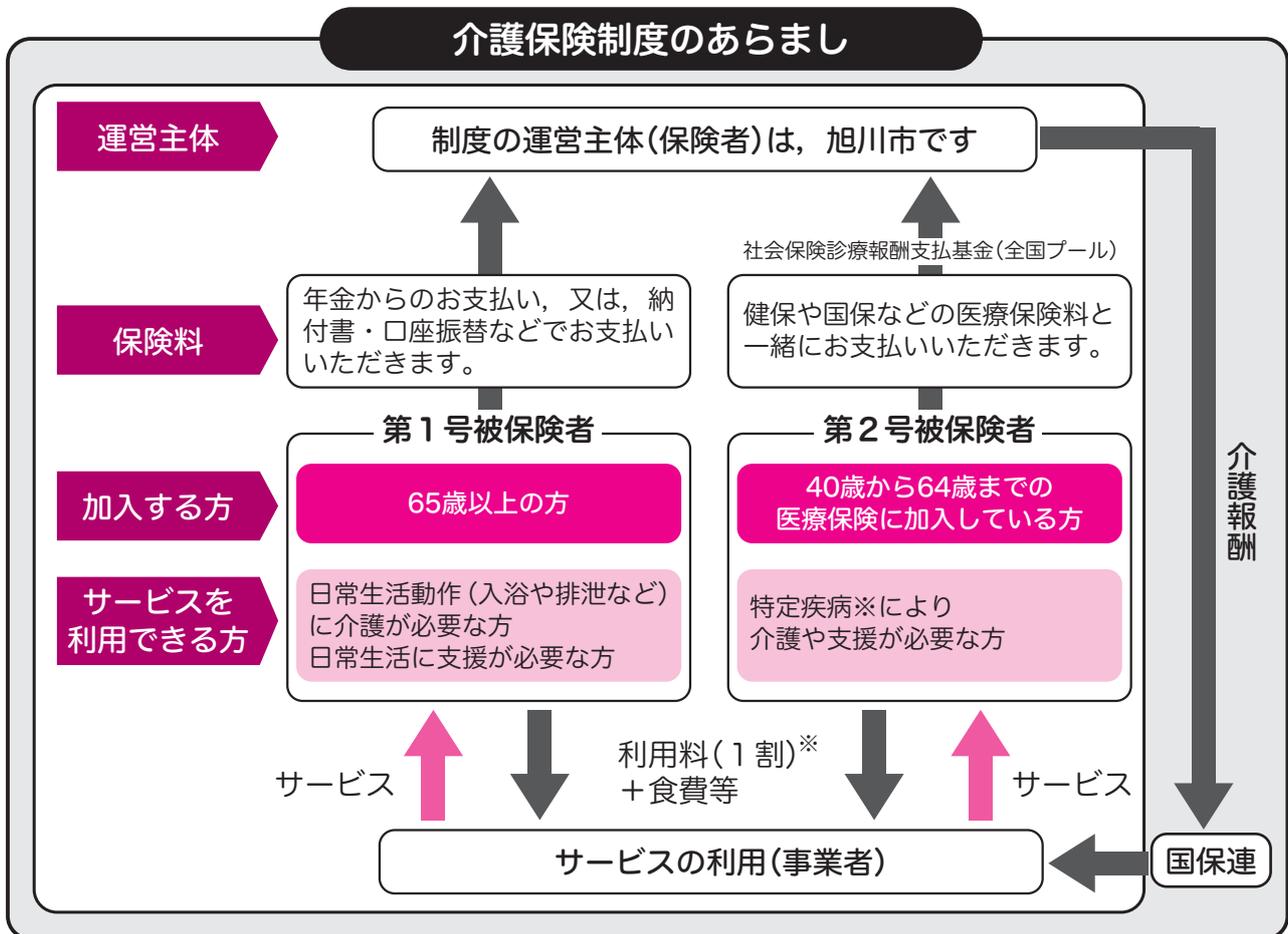
また、介護保険事業に必要な費用を、国民が公平に負担することとしています。

### サービスを利用するにあたって

- 目的・目標を持ってサービスを利用しましょう。
- 自分でできることは自分で行う、できることを増やす努力が介護予防・重度化防止には重要です。

## 2 介護保険のあらまし

介護保険は、40歳以上の市民（被保険者）が納める保険料と国、北海道、旭川市からの公費（税金）で運営されています。介護や支援が必要になった被保険者は、要介護等の認定を受けることで、サービス提供者が提供する介護サービスを利用することができます。



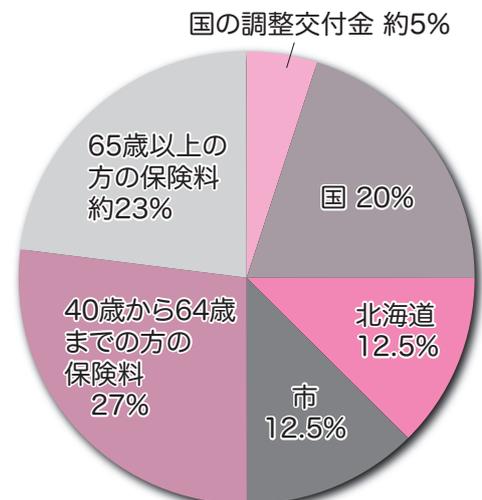
※特定疾病については、29ページをご覧ください。  
※一定以上の所得がある方は自己負担が2割又は3割になります。

## 3 介護保険の財政は？

介護保険は、介護サービス利用時の自己負担分を除き、半分を公費（税金）で、残り半分を保険料でまかっています。

保険料は、65歳以上の方『第1号被保険者』と、40歳から64歳までの医療保険に加入している方『第2号被保険者』が分担し、負担しています。

また、平成27年度からは、低所得の方の保険料を軽減するための財源として、国が50%、北海道と市が25%をそれぞれ負担しています。



(居宅サービスにおける介護給付費の割合)

## 4 旭川市の介護保険料

介護保険では、介護を国民皆で支えるため、原則として40歳以上の全ての方に、保険料を納めていただくことになっています。

### (1) 40歳から64歳までの方（第2号被保険者）の保険料

40歳から64歳までの方の介護保険料は、加入している医療保険の算定方法に基づき決められ、医療保険の保険料と合わせて納めていただきます。

### (2) 65歳以上の方（第1号被保険者）の保険料

65歳以上の方の介護保険料は、旭川市民が利用した介護保険のサービス量及び介護保険給付などを基に、基準額を算出しています。実際に納める保険料の額は、所得に応じて決まります。

#### 保険料の納め方

旭川市に直接納めていただきます。その納め方には「年金からの引き去り（特別徴収）」と「口座振替又は納付書によるお支払い（普通徴収）」の2種類があります。

### 年金（老齢福祉年金を除く）が年額18万円（月額1万5千円）以上の方

#### 年金からの引き去り（特別徴収）

保険料は、各年金支払月（年6回）に、年金からの引き去りにより納めていただきます。

2月の納め方が特別徴収の方は、引き続き4月・6月・8月の年金からも翌年度の仮徴収として、2月の保険料と同額を年金から引き去ります。（8月の保険料は平準化のため変更となる場合があります。）。仮徴収額については毎年7月中旬に送付します「介護保険料納入通知書」でご確認ください。

なお、次の(1)～(3)のいずれかに該当することとなった方は、その時期に応じて表のとおり特別徴収が始まります。それまでは「普通徴収」となりますが、徴収方法を変更する場合には、事前に市から通知書をお送りしてお知らせします。

- (1) 年金を受給していて、65歳に到達した方
- (2) 65歳以上で、年金を受給し始めた方
- (3) 年金を受給していて、他の市町村から転入してきた方（日本年金機構等への住所変更も必要）

#### 【特別徴収への切り替え時期の目安】

(1)～(3) に該当した時期	特別徴収開始月(目安)
令和5年4月2日～令和5年10月1日	令和6年4月
令和5年10月2日～令和5年12月1日	令和6年6月
令和5年12月2日～令和6年2月1日	令和6年8月
令和6年2月2日～令和6年4月1日	令和6年10月

※年度途中に所得の変更等があり年間保険料額が変わった方、年金の現況届の手続きの遅れ等で特別徴収が中止となった方は、納め方が一定期間普通徴収に変わります。

## 年金が年額18万円(月額1万5千円)未満の方

### 口座振替又は納付書によるお支払い(普通徴収)

金融機関、郵便局等の窓口で保険料を納めていただきます。

納期は、7月から翌年2月までの年8回となります。

「普通徴収」の方は、口座振替で保険料を支払うことができます。

預貯金口座のある金融機関又は郵便局、市の介護保険課、各支所でお申し込みください。



「介護保険料の還付」などと称した不審な電話にご注意ください。

還付金が生じた場合は「文書」でお知らせします。ATMでの操作を求めることはありません。

## 旭川市の65歳以上の方の保険料額（年額）

保険料は、次の表のとおり、所得などに応じて13段階に分かれています。

各段階の保険料年額は、基準額年額74,280円×乗率（100円未満は四捨五入）で算出します。

段 階	対 象		保険料年額
第1段階 (基準額×0.30)	■生活保護を受給されている方 ■中国残留邦人等支援給付を受給されている方		22,300円
	本人が市民税非課税	世帯全員が市民税非課税	
税課税者がいる		同一世帯に市民	合計所得金額(*)と課税年金収入額の合計が80万円以下の方
		合計所得金額(*)と課税年金収入額の合計が80万円を超えて120万円以下の方	26,700円
		第1段階, 第2段階以外の方	50,500円
第2段階 (基準額×0.36)			
第3段階 (基準×0.68)			
第4段階 (基準額×0.90)			
第5段階 (基準額)			
第6段階(基準額×1.20)	本人が市民税課税	合計所得金額が120万円未満の方	89,100円
第7段階(基準額×1.30)		合計所得金額が120万円以上210万円未満の方	96,600円
第8段階(基準額×1.50)		合計所得金額が210万円以上320万円未満の方	111,400円
第9段階(基準額×1.60)		合計所得金額が320万円以上400万円未満の方	118,800円
第10段階(基準額×1.80)		合計所得金額が400万円以上600万円未満の方	133,700円
第11段階(基準額×2.00)		合計所得金額が600万円以上800万円未満の方	148,600円
第12段階(基準額×2.30)		合計所得金額が800万円以上1,000万円未満の方	170,800円
第13段階(基準額×2.50)		合計所得金額が1,000万円以上の方	185,700円

※消費税を財源とした公費により令和元年度から非課税世帯（第1段階から第3段階）の保険料の軽減強化を行っています。

- 令和3（2021）年度から令和5（2023）年度までの基準額は、74,280円です。この基準額に対する割合（0.30～2.50）を乗じ、端数処理をしたものが、所得段階別の保険料になります。
- 令和5（2023）年度の保険料を決定する際の合計所得金額は、令和4（2022）年中の収入に基づく所得金額になります。
- 課税年金収入額とは、公的年金等控除前の公的年金等（老齢・退職年金など）の収入金額です。なお、遺族・障害年金などの非課税所得は含みません。
- 合計所得金額とは、収入から必要経費等（給与の場合は給与所得控除額、公的年金等の場合は公的年金等控除額）を差し引いた金額の合計額で、土地・建物等の譲渡所得（特別控除後）、並びに確定申告又は市町村民税の申告をした配当所得及び株式譲渡所得（譲渡損失の繰越控除前）も含まれます。なお、社会保険料控除、配偶者控除、扶養控除、医療費控除などの所得控除は適用されません（第1段階から第5段階の合計所得金額(\*)には、年金所得を含みません。）。

## 令和5年度保険料の納期と納付額（保険料が第5段階の例：年額74,300円）

介護保険料年額は毎年7月に決定し、7月中旬に送付する納入通知書でお知らせしています。

特別徴収の場合			普通徴収の場合		
月	徴収種別 (注1)	納付額	納期	納期限 (注2)	納付額
4月	仮徴収	12,400円			
5月					
6月	仮徴収	12,400円			
7月			第1期	7月31日	9,900円
8月	仮徴収	12,300円	第2期	8月31日	9,200円
9月			第3期	10月2日	9,200円
10月	本徴収	12,400円	第4期	10月31日	9,200円
11月			第5期	11月30日	9,200円
12月	本徴収	12,400円	第6期	12月25日	9,200円
1月			第7期	1月31日	9,200円
2月	本徴収	12,400円	第8期	2月29日	9,200円
3月					
合計		74,300円	合計	—	74,300円

### (注1)

2月の納め方が特別徴収の方は、引き続き4月、6月、8月の年金からも翌年度の仮徴収として2月の保険料と同額を引き去ります。10月、12月、2月は7月に決定した年額保険料から仮徴収額を差し引いた残額を3回に分け、本徴収として年金から引き去ります（8月の保険料は平準化のため変更となる場合があります。）。

### (注2)

普通徴収の方の各納期限は、7月から翌年2月までの各月の末日（12月は25日）になりますが、その日が休日及び土曜日の場合は、金融機関の翌営業日になります。

## 保険料の納め忘れに注意！

特別な事情があった場合を除き、保険料を滞納していると制度上、次のような制限を受けることがあります。保険料は、必ず納期限内に納めましょう。

- 1年以上の滞納の場合には、保険給付の支払いが、償還払い（一旦、介護サービスの費用の全額を支払い、申請により9割分～7割分の払い戻しを受けること）に変更になります。
- 1年6か月以上の滞納の場合には、保険給付の支払いの全部又は一部が一時差し止めになります。また、滞納保険料額を差し止めになっている保険給付額から控除することがあります。
- 過去10年間のうち2年以上の滞納の場合は、その期間に応じた一定期間、保険給付の支払いが、次のように引き下げ（利用者負担は引き上げ）られ、高額介護サービス費等の支給も受けられなくなります。

通常の場合	2年以上滞納の場合
支給額が9割（自己負担1割）の方	支給額が7割（自己負担3割）
支給額が8割（自己負担2割）の方	
支給額が7割（自己負担3割）の方	支給額が6割（自己負担4割）

## 保険料の減免について

災害等により著しい損害を受けた、長期の入院で収入が著しく減少したなどの特別な事情のため、保険料の納付が困難なときは、保険料の納付の一定期間猶予や、減免を受けられる場合があります。

また、収入や資産の状況により、保険料の納付が困難な方は、申請により保険料が減額となる場合があります。

### ○収入や資産の状況により、保険料の納付が困難な方

申請により、第1段階相当の保険料に減額される場合があります。

なお、納期が過ぎた保険料は、減額の対象になりませんので、速やかに申請してください。

対象となる方は、保険料が第2段階以上で、次の全ての条件を満たす方です。

- 世帯全員の合計した年間収入の見込額がその世帯の年間の生活保護基準額以下
- 世帯全員が活用できる資産（居住用財産は除く。）を所有していない
- 世帯全員の合計した預貯金額がその世帯の年間の生活保護基準額の2倍以下

○災害等の理由により保険料の納付が困難な方

事 由	条 件	減免の内容
災害などにより、住宅・家財などに著しい損害を受けた場合	<ul style="list-style-type: none"> <li>●第1号被保険者又は生計維持者の所有する住宅・家財等が火災などの災害により、価格の3割以上の損害を受けた場合</li> <li>●住宅・家財等の所有者の前年の合計所得金額が500万円以下</li> </ul>	○災害を受けた月から1年以内に到来する納期について保険料を減額又は免除
長期入院・失業・冷害等により、収入が著しく減少する場合	<p>○次のいずれかに該当する方</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>●生計維持者の死亡や、生計維持者が心身に重大な障がいを受け、若しくは、長期入院したことにより、収入が著しく減少した場合</li> <li>●生計維持者の収入が、事業の休廃止・事業における損失・失業等により、著しく減少した場合</li> <li>●生計維持者の収入が、干ばつ・冷害等による農作物の不作等により、著しく減少した場合</li> </ul> <p>○かつ、次の全ての条件を満たす方</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>●生計維持者の当該年の合計所得金額の減少見込額が前年の合計所得金額の3割以上</li> <li>●生計維持者の前年の合計所得金額が500万円以下</li> </ul>	○事実の発生した月から年度末までに到来する納期について保険料を減額
国外居住・刑事施設等収監により、介護サービスを受けることができなくなる場合	<p>○次のいずれかの条件を満たす方</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>●1年以上にわたり国外に居住している場合</li> <li>●刑事施設、労役場その他これらに準ずる施設に拘禁されている場合</li> </ul>	○国外居住期間又は収監期間の保険料を免除（申請年度分のみ）

※詳しくは、介護保険課 介護保険料係へ 電話25-5356

## 5 介護保険サービスを利用するには？

介護保険のサービスは、要支援・要介護状態区分により使えるサービスが異なり、次のような区分により、サービスを利用することとなります。

介護給付	要介護1から要介護5までの方には、介護給付として、居宅で利用するサービスや、施設に通って利用するサービス、施設に入所して利用するサービスなどがあります（詳細は、41ページをご覧ください。）。	利用方法は下欄に記載しています。
介護予防給付	要支援1又は要支援2の方には、介護予防給付として、居宅で利用するサービスや、施設に通って利用するサービスなどがあります（詳細は、36ページをご覧ください。）。	
介護予防・生活支援サービス事業	事業対象者、要支援1又は要支援2の方が、居宅で自立した生活を送ることができるよう支援を行う事業です。訪問型サービスと通所型サービスがあります（詳細は、34ページをご覧ください。）。	初めてサービスを利用する方は、要支援・要介護認定の申請が必要です。

### ○介護予防給付、介護給付の利用方法

介護予防給付、介護給付を利用するためには、要支援・要介護認定を受けることが必要です。要支援・要介護認定では、介護の必要性及び介護の手間のかかり具合（要支援・要介護状態区分）を判定します。状態区分により、利用することのできる居宅サービスの額や、施設に入所した場合のサービスの額、月々の利用限度額などが異なります。

申請できる人	申請できるのは、本人又は家族等です。居宅介護支援事業者や介護保険施設、又は地域包括支援センター（76ページ参照）に代行してもらうこともできます。			
申請先	市の介護保険課（総合庁舎2階14番窓口）又は各支所等			
申請に必要なもの	<ul style="list-style-type: none"> <li>●介護保険被保険者証（40歳～64歳の方は、医療保険の被保険者証を持参してください。）</li> <li>●医療保険被保険者証（申請書に医療保険者名及び医療保険被保険番号等の記入が必要です）</li> <li>●主治医の氏名・病院名の控え（申請書に記入が必要です。）</li> <li>●窓口へ来庁される方の身分証明書（顔写真付きのもの1点又は顔写真なしのもの2点）</li> </ul> ※印鑑は必要ありません（ただし、介護保険被保険者証を紛失している場合は、本人の印鑑が必要です。）。			
申請した後にすること	申請後、認定調査（ご自宅等に調査員がお伺いします。）を受けていただきます。また、認定調査とは別に、主治医への受診が必要となる場合があります。その後は認定結果が届くまでお待ちください。			
サービスを利用するには	ケアマネジャーが利用者にあったケアプランを作成し、その計画に沿ってサービスを利用することになります。 <table style="margin-left: 20px;"> <tr> <td>●要支援1～2の方：担当の地域包括支援センターへ</td> <td rowspan="2">} 連絡し、ケアプラン作成を依頼します。</td> </tr> <tr> <td>●要介護1～5の方：居宅介護支援事業所へ</td> </tr> </table> ※サービスは、申請した日から暫定的に利用することが可能です。詳しくは、地域包括支援センター又は居宅介護支援事業所にお問合せください。	●要支援1～2の方：担当の地域包括支援センターへ	} 連絡し、ケアプラン作成を依頼します。	●要介護1～5の方：居宅介護支援事業所へ
●要支援1～2の方：担当の地域包括支援センターへ	} 連絡し、ケアプラン作成を依頼します。			
●要介護1～5の方：居宅介護支援事業所へ				

※要支援・要介護認定の結果「非該当」となった場合でも、身体状況によっては「事業対象者」として、介護予防・生活支援サービス事業が利用できる場合がありますので、サービスが必要な方は地域包括支援センターにご相談ください。

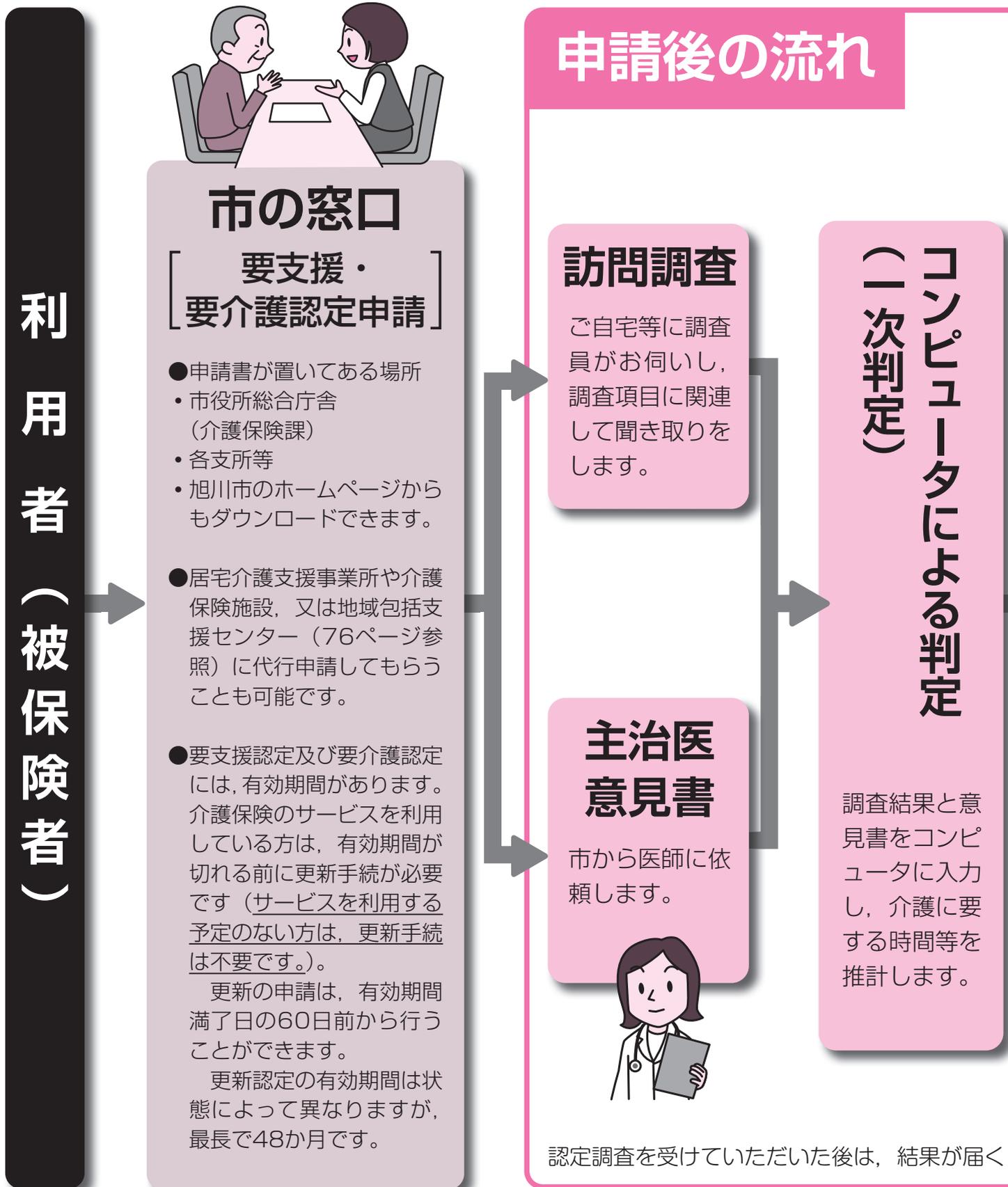
## 特定疾病

40歳から64歳までの方（第2号被保険者）については、特定疾病によって介護や支援が必要となった場合、介護予防給付・介護給付が利用できます。特定疾病とは、老化が原因とされる病気、要支援・要介護状態区分になる可能性が高い病気で、次の16種類が指定されています。

- きん い しゅくせいそくさくこう か しょう 筋萎縮性側索硬化症
- パーキンソン病関連疾患
- た けいとう い しゅくしょう 多系統萎縮症
- まんせいへいそくせいはいしつかん 慢性閉塞性肺疾患
- 両側の膝関節又は股関節に著しい変形を伴う変形性関節症
- 糖尿病性神経障害，糖尿病性腎症及び糖尿病性網膜症
- 脳血管疾患
- 骨折を伴う骨粗しょう症こつ そ
- 関節リウマチ
- せきずいしょうのうへんせいしょう 脊髄小脳変性症
- こうじゅうじんたいこつ か しょう 後縦靭帯骨化症
- へいそくせいどうみやくこう か しょう 閉塞性動脈硬化症
- 初老期における認知症
- せきちゅうかんきょうさくしょう 脊柱管狭窄症
- 早老症
- がん末期

※詳しくは、介護保険課 介護認定係へ 電話25-5355

## (1) 要支援・要介護認定までの流れ



# 介護認定審査会による 審査判定

一次判定結果、  
調査票、意見書をもとに介護認定審査会において判定します。

## 要支援状態区分・要介護状態区分の決定

非該当

認定

要支援 1

要支援 2

少ない

認定

要介護 1

要介護 2

要介護 3

要介護 4

要介護 5

介護の必要量

多い

までお待ちください。

※要支援・要介護認定の結果「非該当」となった場合でも、身体状況によっては「事業対象者」として、介護予防・生活支援サービス事業が利用できる場合がありますので、サービスが必要な方は地域包括支援センターにご相談ください。

## (2) サービスを利用するには

要介護等の認定を受けた方又は事業対象者が、居宅でサービスを受ける場合には、居宅介護支援事業所や地域包括支援センターの支援を受け、介護サービス計画を作成する必要があります。

利用者は、要介護度に応じて使える金額の範囲内で心身の状態、家庭の状況等に適したサービスを選ぶことができます。また、介護サービス計画の作成には、利用者負担はありません。なお、介護保険施設に入所する場合は、施設の介護支援専門員（ケアマネジャー）が施設サービス計画を作成し、計画に沿った介護サービスが提供されます。

### 介護予防給付、介護予防・生活支援サービス事業の対象となる方

事業対象者

要支援 1

要支援 2

地域包括支援センター

#### 状態の把握と課題の分析

地域包括支援センターの介護支援専門員（ケアマネジャー）などが、利用者本人や家族と面談し、抱えている問題点や解決すべき課題を分析します。

#### 介護予防サービス計画等原案の作成

介護支援専門員（ケアマネジャー）などと一緒に生活機能の維持・向上に留意し、利用者の望む生活の実現に向けた計画の原案を作成します。

### 介護給付の対象となる方

要介護 1

要介護 2

要介護 3

要介護 4

要介護 5

居宅介護支援事業所  
(ケアプラン作成事業所)

#### 状態の把握と課題の分析

介護支援専門員（ケアマネジャー）などが、利用者本人や家族と面談し、抱えている問題点や解決すべき課題を分析します。

#### 介護サービス計画原案の作成

介護支援専門員（ケアマネジャー）は、利用者の望む生活の実現に向けた計画の原案を作成します。

### 介護支援専門員（ケアマネジャー）とは？

介護保険のサービスを利用する方などからの相談に応じ、利用者の希望や心身の状態などを考慮して、適切な居宅又は施設のサービスが利用できるように市町村、居宅サービス事業所、介護保険施設などとの連絡調整を行うのが、「介護支援専門員（ケアマネジャー）」です。

介護支援専門員は、サービスを利用する方が自立した日常生活を営むために必要な援助ができるような専門的な知識・技術を持った人です。



### サービス担当者との連絡・調整

介護支援専門員（ケアマネジャー）などの関係者と、利用者本人や家族も参加し、意見交換などを行います。

### ケアプランの作成

目標と達成時期、サービスの種類・内容・利用料など利用者本人の希望や心身の状態をよく考慮して、適切なケアプランを作成します。

### 利用者の同意

作成したケアプランの内容を利用者本人と家族に説明し、利用者の意向や希望に沿ったものであるかを確認します。

※  
1割〜3割の負担で介護サービスが利用できます。

※地域包括支援センターから委託を受けた居宅介護支援事業所が、一部を実施する場合があります。

### サービス担当者との連絡・調整

介護支援専門員（ケアマネジャー）などの関係者と、利用者本人や家族も参加し、意見交換などを行います。

### ケアプランの作成

目標と達成時期、サービスの種類・内容・利用料など利用者本人の希望や心身の状態をよく考慮して、適切なケアプランを作成します。

### 利用者の同意

作成したケアプランの内容を利用者本人と家族に説明し、利用者の意向や希望に沿ったものであるかを確認します。

※介護予防・生活支援サービス事業の利用者を除く要支援1又は要支援2の方、要介護1から要介護5までの方は、ご自分でサービス利用計画を作成することもできます。

※地域包括支援センターについては、76ページをご覧ください。

※一定以上の所得がある方は自己負担が2割又は3割になります。



## 6 介護保険のサービス

### (1) 介護保険サービスの利用者負担割合

介護保険のサービスを利用するときには、所得等に応じ利用者負担をしていただくことになります。要介護等認定者又は事業対象者には、負担割合を記載した「介護保険負担割合証」が交付されます。利用者負担割合は、次のとおりです。

本人の年齢	本人の 市民税	本人の 合計所得金額	本人を含む同一世帯の65歳以上の方の 課税年金収入＋その他の合計所得金額	負担割合
65歳以上 (第1号被保険者)	課税	220万円以上	単身：340万円以上 2人以上：合計463万円以上	3割
			単身：280万円以上340万円未満 2人以上：合計346万円以上463万円未満	2割
			単身：280万円未満 2人以上：合計346万円未満	1割
		160万円以上 220万円未満	単身：280万円以上 2人以上：合計346万円以上	2割
			単身：280万円未満 2人以上：合計346万円未満	1割
	160万円未満		1割	
	非課税 又は生活保護受給中		1割	
65歳未満 (第2号被保険者)				1割

※「合計所得金額」とは、収入から公的年金等控除や給与所得控除、必要経費を控除した後で、基礎控除や人的控除等の控除をする前の所得金額をいいます。

※租税特別措置法(昭和32年法律第26号)に規定される長期譲渡所得又は短期譲渡所得に係る特別控除額がある場合、合計所得金額からこれらを控除します。

※「課税年金収入」とは、公的年金等控除をする前の年金収入額です。課税年金には遺族・障害年金などの非課税年金は含みません。

※「その他の合計所得金額」とは、「合計所得金額」から年金の雑所得を除いた所得金額をいいます。

### (2) 介護予防・生活支援サービス事業



#### 事業対象者、要支援1・2の方が利用できるサービス

事業対象者、要支援1・要支援2の方は、介護予防・生活支援サービス事業を利用することができます。初めてサービスを利用する方は、要支援・要介護認定の申請が必要です。

#### ◎介護予防・生活支援サービス事業を利用できる方

- 要支援1・2の方
- 事業対象者(65歳以上で要支援1・2に相当する状態の方)

“要支援1・2に相当する状態の方”とは

#### ① 要支援認定の有効期間が満了となる場合

認定の有効期間が満了となる「要支援1・2」の方のうち、有効期間満了後に要支援・要介護認

定を受けずに、訪問型サービス、通所型サービスのみの利用を希望する方で基本チェックリストに該当した方

② 要支援・要介護認定が非該当となった場合

要支援・要介護認定が「非該当」となった方のうち、訪問型サービス、通所型サービスのみの利用を希望する方で基本チェックリストに該当し、地域包括支援センターのアセスメントにより、サービスの利用が必要と確認された方

(要支援・要介護認定が「非該当」の通知を受けた日から60日以内に基本チェックリストを受ける必要があります。担当の地域包括支援センターにご相談ください。)

**基本チェックリストとは**

25項目の質問で構成される生活機能や身体の状態を知るための質問票です。

基本チェックリストにより生活機能の低下が確認された方がサービス利用の対象となります。

**介護予防・生活支援サービス事業**

※費用の一例は、1割負担の方の代表的な例を令和5年4月1日現在で記載していますので、実際の金額と異なる場合があります。



○第1号訪問事業

訪問型サービス（ホームヘルプサービス） ホームヘルパーが家庭を訪問し、食事・入浴・排せつの支援や、炊事・掃除・洗濯などの日常生活の手助けを行います。	<b>【費用の一例】（1か月あたり）</b>
	週1回程度の利用 1,176円
	週2回程度の利用 2,349円
	週2回程度を超える利用（要支援2の方のみ） 3,727円

○第1号通所事業

通所型サービス（デイサービス） デイサービスセンターに通い、食事や日常生活上の支援などの共通的なサービスや、その方の目標に合わせた選択的なサービス（運動器の機能向上、栄養改善、口腔機能の向上）を受けることができます。	<b>【費用の一例】（1か月あたり）</b>
	● 共通サービス
	要支援1，事業対象者 1,672円
	要支援2 3,428円
	※他に選択的サービスを受けた場合、費用がかかります。 ※食事代、おむつ代、日常生活費などが、別途自己負担になります。

**事業対象者のサービス利用限度額**

1か月ごとの利用限度額が設定されています。限度額を超えてサービスを利用した場合には、その超えた分が「全額自己負担」になります。

区分	サービスの利用限度額（1か月）	自己負担（1割）	自己負担（2割）	自己負担（3割）
事業対象者	50,320円	5,032円	10,064円	15,096円

- ※上記の限度額、自己負担は、令和5年4月1日現在で記載しています。
- ※上記の限度額が適用になるサービスは、第1号訪問事業及び第1号通所事業です。
- ※第1号訪問事業及び第1号通所事業はそれぞれ1か所の事業所のみ利用となります。
- ※一定以上の所得がある方は自己負担が2割又は3割になります。
- ※支給限度額管理対象外の加算等により、実際の金額は上記を超える場合があります。

### (3) 介護予防給付



## 要支援1・2の方が利用できるサービス

要支援1及び要支援2の方は、(2)のほか予防給付として、「介護予防サービス（居宅で利用するサービスや、施設に通って利用するサービスで、介護予防を重視したサービスをいいます。）」が利用できます。また、住み慣れた地域でサービスを利用できる「地域密着型介護予防サービス」が利用できます。

### 要支援1・2の方が利用できるサービス

#### 居宅で利用するサービス

##### 介護予防サービス

- 介護予防訪問看護
- 介護予防福祉用具貸与
- 特定介護予防福祉用具販売
- 介護予防短期入所介護（ショートステイ）
- 介護予防住宅改修
- 介護予防特定施設入居者生活介護 など

##### 地域密着型介護予防サービス

- 介護予防認知症対応型通所介護（デイサービス）
- 介護予防小規模多機能型居宅介護
- 介護予防認知症対応型共同生活介護（グループホーム）

※介護予防認知症対応型共同生活介護は、要支援2の方のみ利用できます。

### 介護予防サービス

※費用の一例は、1割負担の方の代表的な例を令和5年4月1日現在で記載していますので、実際の金額と異なる場合があります。

<p>○<b>介護予防訪問入浴介護</b> 浴槽を積んだ入浴車などで家庭を訪問し、入浴介助を行います。</p>	<p><b>【費用の一例】（1回あたり）</b> 全身入浴（看護職員・介護職員各1人） 852円</p>						
<p>○<b>介護予防訪問看護</b> 主治医の指示により、看護師等が居宅を訪問し、療養上の世話や、診療の補助を行います。</p>	<p><b>【費用の一例】（1回あたり）</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 訪問看護ステーションの場合</li> </ul> <table border="0"> <tr> <td>30分未満</td> <td>450円</td> </tr> <tr> <td>30分以上1時間未満</td> <td>792円</td> </tr> <tr> <td>1時間以上1時間30分未満</td> <td>1,087円</td> </tr> </table>	30分未満	450円	30分以上1時間未満	792円	1時間以上1時間30分未満	1,087円
30分未満	450円						
30分以上1時間未満	792円						
1時間以上1時間30分未満	1,087円						
<p>○<b>介護予防訪問リハビリテーション</b> 理学療法士、作業療法士又は言語聴覚士が自宅を訪問して、介護予防を目的とした理学療法や作業療法、その他のリハビリテーションを行います。</p>	<p><b>【費用の一例】（1回あたり）</b> 307円</p>						



### ○介護予防通所リハビリテーション(デイケア)

介護老人保健施設や医療機関に通い、介護予防を目的に、理学療法や作業療法、その他のリハビリテーションを受けることができます。

共通的なサービスのほか、その人の目標に合わせた選択的なサービス(運動器の機能向上、栄養改善、口腔機能の向上)を受けることができます。

### 【費用の一例】(1か月あたり)

● 共通サービス

要支援1 2,053円  
要支援2 3,999円

※他に選択的サービスを受けた場合、費用がかかります。

※食事代、おむつ代、日常生活費などが、別途自己負担になります。

### ○介護予防短期入所生活介護・短期入所療養介護(ショートステイ)

一時的に居宅でのサービスの利用が難しくなった場合に、福祉施設や医療施設に短期間入所し、施設において継続的に生活機能の向上を図るため、必要なサービスを受けられます。

### 【費用の一例】(1日あたり)

● 介護予防短期入所生活介護(Ⅱ)  
(併設型・多床室の場合)

要支援1 446円  
要支援2 555円

※食費、滞在費、理美容代、日常生活費などが、別途自己負担になります。

### ○介護予防福祉用具貸与

生活機能の維持・改善を図り、自立した日常生活を送る上で必要と認められる福祉用具を借りることができます。対象品目は、次のとおりです。

《対象品目》●手すり ●スロープ・歩行器 ●歩行補助つえ(松葉づえ等種類が限られています。)

《原則不可の品目》

●車いす ●車いす付属品(クッション、電動補助装置等) ●特殊寝台 ●体位変換器  
●特殊寝台付属品(マットレス、サイドレール等) ●移動用リフト(つり具の部分を除く)  
●床ずれ防止用具 ●認知症老人徘徊感知機器 ●自動排泄処理装置(尿のみを吸収するものは利用可)  
ただし、身体状況に応じて貸与の必要性が認められる場合には、所定の手続きをとることにより例外的に介護保険での利用ができます。詳しくはケアマネジメント担当者等へご相談ください。

### ○特定介護予防福祉用具販売

生活機能の維持・改善を図り、自立した日常生活を送る上で必要と認められる場合、入浴や排せつ時に使用する福祉用具を購入することができます。

市長等から指定を受けた特定福祉用具販売店で、対象の福祉用具を購入した場合のみ支給対象となっており、10万円を上限とした福祉用具購入費用の9割が支給されます(同一年度内9万円まで)。

※2割負担の方には、10万円を上限とした福祉用具の購入費用の8割が支給されます(同一年度内8万円まで)。

※3割負担の方には、10万円を上限とした福祉用具の購入費用の7割が支給されます(同一年度内7万円まで)。

《対象品目》

●腰掛便座 ●自動排泄処理装置の交換可能部品 ●入浴補助用具  
●簡易浴槽 ●移動用リフトのつり具の部分

※購入費用の支払いが困難な方に対して、支給予定額の9割相当額を無利子で貸付けする制度があります。

※給付金の受領権を販売事業者へ委任することにより、購入時の支払い額を軽減する受領委任払制度があります(登録事業者でのみ利用可能です。)

※詳しくは、介護保険課 管理給付係へ 電話25-6485

### ○介護予防住宅改修費の支給

20万円を上限とした対象工事費用の9割が支給されます（最高18万円まで）。

※2割負担の方には、20万円を上限とした対象工事費用の8割が支給されます（最高16万円まで）。

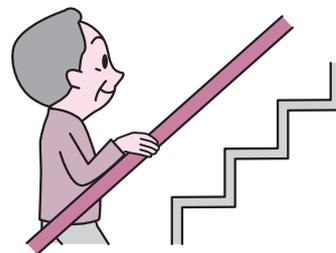
※3割負担の方には、20万円を上限とした対象工事費用の7割が支給されます（最高14万円まで）。

※必要書類（見積書、住宅改修を必要とする理由書、住宅改修の予定の状態が確認できる書類など）を、工事着工前に市に提出する必要があります。

#### 《対象工事》

- 手すりの取付け
- 段差の解消
- 滑りの防止及び移動の円滑化等のための床又は通路面の材料の変更
- 引き戸等への扉の取替え
- 洋式便器等への便器の取替え
- その他のこれらの工事に付帯して必要な工事

※屋外部分の改修工事も給付の対象となります。



※住宅改修費用の支払いが困難な方に対して、支給予定額の9割相当額を無利子で貸付けする制度があります。

※給付金の受領権を施工事業者へ委任することにより、工事完了時の支払い額を軽減する受領委任払制度があります（登録事業者でのみ利用可能です。）。

※詳しくは、介護保険課 管理給付係へ 電話25-6485

### ○介護予防特定施設入居者生活介護

介護保険の指定を受けた有料老人ホームやケアハウスなどに入居している高齢者を対象に、介護予防を目的とした、入浴、排せつ、食事等の介護、その他の日常生活上の支援、機能訓練及び療養上の世話をを行います。

#### 【費用の一例】（1日あたり）

要支援1	182円
要支援2	311円

## 地域密着型介護予防サービス

※費用の一例は、1割負担の方の代表的な例を令和5年4月1日現在で記載していますので、実際の金額と異なる場合があります。

<p><b>○介護予防認知症対応型通所介護(デイサービス)</b>            認知症の方を対象に、認知症の症状の進行の緩和や、心身の機能の維持、家族の身体的・精神的負担の軽減を図るため、通所により、食事、入浴、日常生活上の世話、機能訓練を行います。また、生活等の相談にも応じます。</p>	<p><b>【費用の一例】(1回あたり)</b>            (単独型・7時間以上8時間未満の例)</p> <table border="0"> <tr> <td>要支援1</td> <td>859円</td> </tr> <tr> <td>要支援2</td> <td>959円</td> </tr> </table> <p>※食事代、おむつ代、日常生活費などが、別途自己負担になります。</p>	要支援1	859円	要支援2	959円
要支援1	859円				
要支援2	959円				
<p><b>○介護予防小規模多機能型居宅介護</b>            小規模な住居等で、「通い」を中心としながら、「訪問」や「泊まり」を組み合わせ、入浴、排せつ、食事等の介護や、日常生活上の世話、機能訓練を行います。            ※第1号訪問事業、第1号通所事業、介護予防訪問入浴介護、介護予防通所リハビリテーション、介護予防短期入所生活介護・療養介護、介護予防認知症対応型通所介護などを一緒に利用することはできません。</p>	<p><b>【費用の一例】(1か月あたり)</b></p> <table border="0"> <tr> <td>要支援1</td> <td>3,438円</td> </tr> <tr> <td>要支援2</td> <td>6,948円</td> </tr> </table> <p>※食事代、おむつ代、日常生活費などが、別途自己負担になります。</p>	要支援1	3,438円	要支援2	6,948円
要支援1	3,438円				
要支援2	6,948円				
<p><b>○介護予防認知症対応型共同生活介護(グループホーム、要支援2の方のみ)</b>            認知症の方が、家庭的な環境で自立した日常生活を営むことができるよう、入浴、排せつ、食事等の介護や、日常生活上の世話、機能訓練を行います(期限を定めてサービスを受ける短期利用型もあります)。事業所一覧については、46ページをご覧ください。</p>	<p><b>【費用の一例】(1日あたり)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>●入居型 760円</li> </ul> <p>※食材料費、理美容代、おむつ代、日常生活費、光熱水費、家賃などが、別途自己負担になります。</p>				

## 要支援者のサービス利用限度額

介護保険では、介護予防サービス等について、要支援度に応じて利用できるサービスの限度額が設けられています。

この限度額は、1か月ごとの金額で設定されています。限度額を超えてサービスを利用した場合には、その超えた分が「全額自己負担」になります。

区分	サービスの利用限度額 (1か月)	自己負担(1割)	自己負担(2割)	自己負担(3割)
要支援1	50,320円	5,032円	10,064円	15,096円
要支援2	105,310円	10,531円	21,062円	31,593円

※上記の限度額、自己負担は、令和5年4月1日現在で記載しています。

※上記の限度額が適用になるサービスは次のサービスです。

介護予防訪問入浴介護、介護予防訪問看護、介護予防訪問リハビリテーション、介護予防通所リハビリテーション(デイケア)、介護予防短期入所生活介護・療養介護(ショートステイ)、介護予防福祉用具貸与、介護予防認知症対応型通所介護、介護予防小規模多機能型居宅介護、介護予防認知症対応型共同生活介護(利用期間を定めた短期利用の場合)、第1号訪問事業、第1号通所事業

※介護予防通所リハビリテーション、介護予防小規模多機能型居宅介護、第1号訪問事業、第1号通所事業はそれぞれ1か所の事業所でのみの利用となります。

※一定以上の所得がある方は自己負担が2割又は3割になります。

※支給限度額管理対象外の加算等により、実際の金額は上記を超える場合があります。

**要支援1及び要支援2の方は、施設サービスを利用できません。**

## (4) 介護給付



### 要介護1～要介護5の方が利用できるサービス

要介護1から要介護5の方は、介護給付として、「居宅サービス（居宅で利用するサービスや、施設に通って利用するサービスをいいます）」や「施設サービス（施設に入所して利用するサービスをいいます）」が利用できます。また、住み慣れた地域でサービスを利用できる「地域密着型サービス」が利用できます。

#### 要介護1から要介護5の方が利用できるサービス

##### 居宅で利用するサービス

###### 居宅サービス

- 訪問介護
- 訪問看護
- 通所介護（デイサービス）
- 短期入所生活介護（ショートステイ）
- 福祉用具貸与
- 特定福祉用具販売
- 住宅改修
- 特定施設入居者生活介護 など

##### 施設に入所して利用するサービス

###### 施設サービス

- 介護老人福祉施設（特別養護老人ホーム）
- 介護老人保健施設
- 介護療養型医療施設
- 介護医療院

##### 地域密着型サービス

- 定期巡回・随時対応型訪問介護看護
- 夜間対応型訪問介護
- 地域密着型通所介護
- 認知症対応型通所介護
- 小規模多機能型居宅介護
- 認知症対応型共同生活介護（グループホーム）
- 地域密着型特定施設入居者生活介護※
- 地域密着型介護老人福祉施設入所者生活介護
- 看護小規模多機能型居宅介護

※については、令和5年4月1日現在、旭川市内に指定を受けた事業所はありません。

### 居宅サービス

※費用の一例は、1割負担の方の代表的な例を令和5年4月1日現在で記載していますので、実際の金額と異なる場合があります。

#### ○訪問介護（ホームヘルプ）

ホームヘルパーが家庭を訪問し、食事・入浴・排せつの介助や、炊事・掃除・洗濯などの日常生活の手助けを行います。



#### 【費用の一例】（1回あたり）

- |                    |      |
|--------------------|------|
| • 身体が中心            |      |
| 20分未満              | 167円 |
| 20分以上30分未満         | 250円 |
| 30分以上1時間未満         | 396円 |
| • 生活援助が中心          |      |
| 20分以上45分未満         | 183円 |
| 45分以上              | 225円 |
| • 通院等の乗車・降車介助      | 99円  |
| （※運賃は別途自己負担となります。） |      |

<p><b>○訪問入浴介護</b></p> <p>浴槽を積んだ入浴車などで家庭を訪問し、入浴介助を行います。</p> 	<p><b>【費用の一例】（1回あたり）</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>全身入浴（看護職員1人と介護職員2人）</li> </ul> <p style="text-align: right;">1,260円</p>						
<p><b>○訪問看護</b></p> <p>主治医の指示により、看護師等が居宅を訪問し、療養上の世話や、診療の補助を行います。</p>	<p><b>【費用の一例】（1回あたり）</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>訪問看護ステーションの場合</li> </ul> <table style="width: 100%; border: none;"> <tr> <td style="width: 80%;">30分未満</td> <td style="text-align: right;">470円</td> </tr> <tr> <td>30分以上1時間未満</td> <td style="text-align: right;">821円</td> </tr> <tr> <td>1時間以上1時間30分未満</td> <td style="text-align: right;">1,125円</td> </tr> </table>	30分未満	470円	30分以上1時間未満	821円	1時間以上1時間30分未満	1,125円
30分未満	470円						
30分以上1時間未満	821円						
1時間以上1時間30分未満	1,125円						
<p><b>○訪問リハビリテーション</b></p> <p>理学療法士、作業療法士又は言語聴覚士が自宅を訪問して、理学療法や作業療法、その他のリハビリテーションを行います。</p>	<p><b>【費用の一例】（1回あたり）</b></p> <p style="text-align: right;">307円</p>						
<p><b>○通所介護（デイサービス）</b></p> <p>心身機能の維持、家族の身体的・精神的負担の軽減を図るため、デイサービスセンターに通い、食事や入浴などの日常生活上の世話、機能訓練を受けることができます。</p> <p>また、生活等の相談にも応じます。</p> <p>※定員18人以下のものは、平成28年4月から「地域密着型通所介護」に移行されました。</p>	<p><b>【費用の一例】（1回あたり）</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>通常規模型通所介護の場合（8時間以上9時間未満の例）</li> </ul> <table style="width: 100%; border: none;"> <tr> <td style="width: 50%;">要介護1 666円</td> <td style="width: 10%; text-align: center;">～</td> <td style="width: 40%;">要介護5 1,162円</td> </tr> </table> <p style="text-align: right;">※食事代、おむつ代、日常生活費などが、別途自己負担になります。</p> 	要介護1 666円	～	要介護5 1,162円			
要介護1 666円	～	要介護5 1,162円					
<p><b>○通所リハビリテーション（デイケア）</b></p> <p>介護老人保健施設や医療機関に通い、利用者の心身機能の維持回復を図るため、理学療法や作業療法、その他のリハビリテーションを受けることができます。</p>	<p><b>【費用の一例】（1回あたり）</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>通常規模の医療機関の場合（7時間以上8時間未満の例）</li> </ul> <table style="width: 100%; border: none;"> <tr> <td style="width: 50%;">要介護1 757円</td> <td style="width: 10%; text-align: center;">～</td> <td style="width: 40%;">要介護5 1,369円</td> </tr> </table> <p style="text-align: right;">※食事代、おむつ代、日常生活費などが、別途自己負担になります。</p>	要介護1 757円	～	要介護5 1,369円			
要介護1 757円	～	要介護5 1,369円					
<p><b>○短期入所生活介護・短期入所療養介護（ショートステイ）</b></p> <p>一時的に居宅での介護が難しくなった場合に、福祉施設や医療施設に短期間入所し、継続的に生活機能の向上を図るための必要なサービスを受けられます。</p>	<p><b>【費用の一例】（1日あたり）</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>短期入所生活介護（併設型・多床室の場合）</li> </ul> <table style="width: 100%; border: none;"> <tr> <td style="width: 50%;">要介護1 596円</td> <td style="width: 10%; text-align: center;">～</td> <td style="width: 40%;">要介護5 874円</td> </tr> </table> <ul style="list-style-type: none"> <li>短期入所療養介護（老健・多床室の場合）</li> </ul> <table style="width: 100%; border: none;"> <tr> <td style="width: 50%;">要介護1 827円</td> <td style="width: 10%; text-align: center;">～</td> <td style="width: 40%;">要介護5 1,045円</td> </tr> </table> <p style="text-align: right;">※食費、滞在費、日常生活費などが、別途自己負担になります。</p>	要介護1 596円	～	要介護5 874円	要介護1 827円	～	要介護5 1,045円
要介護1 596円	～	要介護5 874円					
要介護1 827円	～	要介護5 1,045円					

## ○福祉用具貸与

日常生活上の手助けを行い、機能訓練に役立つ場合、福祉用具を借りることができます。

### 要介護2～5の方

#### 《利用可能な品目》

- 車いす ● 車いす付属品（クッション、電動補助装置等） ● 特殊寝台
- 特殊寝台付属品（マットレス、サイドレール等） ● 床ずれ防止用具 ● 体位変換器
- 手すり ● スロープ ● 歩行器 ● 歩行補助つえ（松葉づえ等種類が限られています。）
- 認知症老人徘徊感知機器 ● 移動用リフト（つり具の部分を除く。）
- 自動排泄処理装置（要介護4・5の方のみ。尿のみを吸収するものは要介護1～3の方も利用可）

### 要介護1の方

#### 《利用可能な品目》

- 手すり ● スロープ ● 歩行器 ● 歩行補助つえ（松葉づえ等種類が限られています。）

#### 《原則不可の品目》

- 車いす ● 車いす付属品（クッション、電動補助装置等） ● 特殊寝台
- 特殊寝台付属品（マットレス、サイドレール等） ● 床ずれ防止用品
- 体位変換器 ● 認知症老人徘徊感知機器 ● 移動用リフト（つり具の部分を除く。）
- 自動排泄処理装置（尿のみを吸収するものは利用可）

ただし、身体状況に応じて貸与の必要性が認められる場合には、所定の手続きをとることにより例外的に介護保険での利用ができます。詳しくはケアマネジメント担当者等へご相談ください。

## ○特定福祉用具販売

日常生活上の自立の手助けをするために役立つ場合、入浴や排せつ時に使用する福祉用具を購入することができます。

市長等から指定を受けた特定福祉用具販売店で、対象の福祉用具を購入した場合のみ支給対象となっており、10万円を上限とした福祉用具の購入費用の9割が支給されます（同一年内9万円まで）。

※2割負担の方には、10万円を上限とした福祉用具の購入費用の8割が支給されます（同一年内8万円まで）。

※3割負担の方には、10万円を上限とした福祉用具の購入費用の7割が支給されます（同一年内7万円まで）。

#### 《対象品目》

- 腰掛便座 ● 自動排泄処理装置の交換可能部品 ● 入浴補助用具
- 簡易浴槽 ● 移動用リフトのつり具の部分

※購入費用の支払いが困難な方に対して、支給予定額の9割相当額を無利子で貸付けする制度があります。

※給付金の受領権を販売事業者へ委任することにより、購入時の支払い額を軽減する受領委任払制度があります（登録事業者でのみ利用可能です。）。

※詳しくは、介護保険課 管理給付係へ 電話25-6485



### ○住宅改修費の支給

20万円を上限とした対象工事費用の9割が支給されます（最高18万円まで）。

※2割負担の方には、20万円を上限とした対象工事費用の8割が支給されます（最高16万円まで）。

※3割負担の方には20万円を上限とした対象工事費用の7割が支給されます（最高14万円まで）。

※必要書類（見積書、住宅改修を必要とする理由書、住宅改修の予定の状態が確認できる書類など）を、工事着工前に市に提出する必要があります。

#### 《対象工事》

- 手すりの取付け ●段差の解消
- 滑りの防止及び移動の円滑化等のための床又は通路面の材料の変更
- 引き戸等への扉の取替え ●洋式便器等への便器の取替え
- その他のこれらの工事に付帯して必要な工事

※屋外部分の改修工事も給付の対象となります。

※住宅改修費用の支払いが困難な方に対して、支給予定額の9割相当額を無利子で貸付けする制度があります。

※給付金の受領権を施工事業者へ委任することにより、工事完了の支払い額を軽減する受領委任払制度があります（登録事業者でのみ利用可能です）。

※詳しくは、介護保険課 管理給付係へ 電話25-6485

### ○特定施設入居者生活介護

介護保険の指定を受けた有料老人ホームやケアハウスなどに入居している高齢者を対象に、入浴、排せつ、食事等の介護、その他の日常生活上の世話、機能訓練及び療養上の世話を行います。

#### 【費用の一例】（1日あたり）

要介護1 538円 ～ 要介護5 807円

## 地域密着型サービス

※費用の一例は、1割負担の方の代表的な例を令和5年4月1日現在で記載していますので、実際の金額と異なる場合があります。

### ○定期巡回・随時対応型訪問介護看護

日中・夜間を通して、訪問介護と訪問看護が密接に連携しながら、訪問介護員等による定期巡回サービス、利用者・家族等からの通報による随時対応サービス、看護師等による訪問看護サービスを行います。

#### 【費用の一例】（1か月あたり）

●訪問看護サービスを行わない場合  
要介護1 5,697円 ～ 要介護5 25,829円

### ○夜間対応型訪問介護

ホームヘルパーが夜間に定期的な巡回又は通報により家庭を訪問し、入浴、排せつ、食事等の介護などの日常生活上の世話、緊急時の対応を行います。

#### 【費用の一例】

基本費用（1か月あたり）	1,025円
定期巡回（1回あたり）	386円
随時訪問（1回あたり）	588円
随時訪問（1回あたり）2人で訪問	792円

<p><b>○地域密着型通所介護</b></p> <p>心身機能の維持，家族の身体的・精神的負担の軽減を図るため，デイサービスセンターに通い，食事や入浴などの日常生活上の世話，機能訓練を受けることができます。</p> <p>また，生活等の相談にも応じます。</p> <p>定員が18人以下の小規模な施設です</p>	<p><b>【費用の一例】（1回あたり）</b></p> <p>（5時間以上6時間未満の例）</p> <p>要介護1 655円～ 要介護5 1,130円</p> <p>※食事代，おむつ代，日常生活費などが，別途自己負担になります。</p>
<p><b>○認知症対応型通所介護</b></p> <p>認知症の方を対象に，認知症の症状の進行の緩和や，心身の機能の維持，家族の身体的・精神的負担の軽減を図るため，通所により，食事，入浴，日常生活上の世話，機能訓練を行います。</p> <p>また，生活等の相談にも応じます。</p>	<p><b>【費用の一例】（1回あたり）</b></p> <p>（単独型・7時間以上8時間未満の例）</p> <p>要介護1 992円 ～ 要介護5 1,424円</p> <p>※食事代，おむつ代，日常生活費などが，別途自己負担になります。</p>
<p><b>○小規模多機能型居宅介護</b></p> <p>小規模な住居等で，「通い」を中心としながら，「訪問」や「泊まり」を組み合わせて，入浴，排せつ，食事等の介護や，日常生活上の世話，機能訓練を行います。</p> <p>※訪問介護，訪問入浴介護，通所介護，通所リハビリテーション，短期入所生活介護・療養介護，認知症対応型通所介護などを一緒に利用することはできません。</p>	<p><b>【費用の一例】（1か月あたり）</b></p> <p>要介護1 10,423円～要介護5 27,117円</p> <p>※食事代，おむつ代，日常生活費などが，別途自己負担になります。</p>
<p><b>○地域密着型介護老人福祉施設入所者生活介護（地域密着型特別養護老人ホーム）</b></p> <p>常時介護を必要とする在宅介護が困難な要介護者に対し，入浴・排せつ・食事等の介護や機能訓練，健康管理，療養上の世話を行うことを目的とした施設です。</p> <p>定員が30人未満の小規模な施設です。</p>	<p><b>【費用の一例】（1日あたり・入居の場合）</b></p> <p>（ユニット型個室の場合）</p> <p>要介護1 661円 ～ 要介護5 942円</p> <p>※食材料費，理美容代，日常生活費，光熱水費，家賃などが，別途自己負担になります。</p>
<p><b>○認知症対応型共同生活介護（グループホーム）</b></p> <p>認知症の方が，家庭的な環境で自立した日常生活を営むことができるよう，入浴，排せつ，食事等の介護や，日常生活上の世話，機能訓練を行います（期限を定めてサービスを受ける短期利用型もあります。）。</p>	<p><b>【費用の一例】（1日あたり・入居の場合）</b></p> <p>要介護1 764円 ～ 要介護5 858円</p> <p>※食材料費，理美容代，おむつ代，日常生活費，光熱水費，家賃などが，別途自己負担になります。</p>

## 認知症対応型共同生活介護（グループホーム）

認知症の方が、家庭的な環境で自立した日常生活を営むことができるよう、入浴、排せつ、食事等の介護や、日常生活上の世話、機能訓練を行います（期限を定めてサービスを受ける短期利用型もあります）。

1	ひまわり	定員 9人	錦町18丁目2150番地	電話59-5775
2	こうえい館	定員 9人	豊岡8条8丁目1番3号	電話35-9877
3	めぐみ	定員 9人	錦町19丁目2166番地の149	電話55-2320
4	こうえい愛宕館	定員18人	豊岡8条7丁目3番2号	電話37-4611
5	ほーぷ	定員18人	春光台5条2丁目14番7号	電話50-2188
6	きれんじゃく	定員18人	末広5条7丁目1番11号	電話58-3838
7	κ館	定員18人	永山町5丁目135番地の2	電話40-3380
8	ハッピーヴィラしんまち	定員 9人	6条西1丁目1番2号	電話21-5353
9	はる	定員18人	忠和6条1丁目4番20号	電話74-8021
10	ことぶき	定員18人	3条通21丁目1973番地の10	電話31-1165
11	そよかぜ	定員18人	旭神2条3丁目1番5号	電話66-8588
12	みのり	定員18人	永山2条17丁目1番11号	電話48-2123
13	ぞう	定員18人	末広1条13丁目2番10号	電話59-6670
14	あさがお	定員18人	豊岡4条6丁目4番27号	電話38-6121
15	あい	定員18人	川端町4条8丁目2番18号	電話55-6501
16	春の里	定員18人	旭岡1丁目14番地の2	電話50-2636
17	ゆうあい	定員18人	神居9条8丁目1番11号	電話60-2005
18	太陽	定員18人	東旭川町共栄29番地12	電話34-9143
19	大空	定員18人	永山2条21丁目2番12号	電話46-0031
20	やすらぎ	定員18人	東旭川町上兵村32番地2	電話36-1578
21	東光	定員18人	東光10条1丁目1番8号	電話32-8071
22	すてきだね	定員18人	東光15条5丁目2番12号	電話32-9123
23	つながり	定員 9人	北門町9丁目2644番地36	電話55-9120
24	ゆうゆうの家	定員18人	豊岡8条2丁目1番8号	電話33-5496
25	なごみ	定員15人	神楽6条11丁目1番26号	電話62-3630
26	プランタン	定員27人	東旭川町上兵村464番地1	電話36-3937
27	夢	定員18人	春光台4条9丁目4番3号	電話55-2556

28	らい鳥	定員18人	末広4条7丁目5番5号	電話57-0882
29	あじさい	定員18人	春光4条9丁目6番12号	電話54-6946
30	プランタンⅡ	定員18人	東旭川北1条4丁目15番26号	電話36-6608
31	喜	定員18人	高砂台8丁目248番地60の2	電話69-2511
32	愛あい	定員 9人	川端町2条5丁目2番3号	電話53-9898
33	シャイニング	定員18人	永山1条11丁目2番39号	電話49-5228
34	あけぼの	定員18人	亀吉1条1丁目2番1号	電話21-7010
35	陽	定員18人	9条通8丁目2486番地の25	電話21-9585
36	ひだまり	定員18人	神楽4条1丁目3番5号	電話69-0230
37	春光台クリニックグループホーム	定員18人	春光台3条3丁目5番32号	電話46-8806
38	ほーぷ旭川	定員18人	永山12条2丁目5番1号	電話25-2188
39	すえひろ	定員18人	末広5条2丁目4番1号	電話55-6606
40	あらた	定員18人	豊岡8条1丁目3番20号	電話34-1297
41	和が家	定員18人	春光台5条3丁目7番24号	電話52-0755
42	ぶどうの木	定員 9人	忠和7条3丁目4番31号	電話60-3130
43	永山亭	定員18人	永山4条22丁目4番12号	電話47-7211
44	あけぼのⅡ	定員18人	曙2条6丁目1番1号	電話21-3513
45	こころ	定員18人	亀吉2条2丁目3番5号	電話29-1127
46	ライラック	定員18人	永山4条6丁目2番2号	電話40-3880
47	まごころの贈り物	定員18人	末広東1条3丁目2番27号	電話54-8310
48	幸	定員18人	春光台4条9丁目4番地5	電話55-1733
49	和の里	定員15人	神楽岡12条3丁目1番16号	電話66-4888
50	ななかまど	定員18人	緑町19丁目2656番地1	電話51-0717
51	忠和	定員18人	忠和1条4丁目3番21号	電話60-1822
52	あけぼのⅢ	定員18人	忠和6条6丁目2番24号	電話60-2020
53	こもれ陽	定員 9人	春光台3条9丁目2番18号	電話51-4774
54	ゆとり	定員18人	永山4条3丁目1番20号	電話46-5061
55	であい	定員18人	東光16条7丁目3番15号	電話37-8811
56	アテナ	定員18人	永山町5丁目135番地の11	電話46-5565
57	プランタンⅢ	定員18人	9条通16丁目24番地	電話25-0010
58	太陽と緑	定員18人	旭神町19番地36	電話66-5527

59	おおまち	定員18人	大町1条3丁目14番7号オークビル2階	電話51-8228
60	プランタンⅣ	定員18人	2条通16丁目500番地の2	電話24-1182
61	ひかり	定員18人	春光台2条6丁目1番11号	電話51-3088
62	おいかわ	定員18人	豊岡4条10丁目4番1号	電話36-0303
63	ファミリー	定員 9人	永山1条11丁目2番38号	電話48-8100
64	大空Ⅱ	定員18人	永山2条14丁目2番4号	電話46-5166
65	ひだまりの家	定員 9人	神楽4条1丁目2番4号	電話69-2222
66	ふれあいの里 グループホーム 花みずき	定員18人	神居7条18丁目377番地	電話63-0202
67	いちご畑	定員18人	末広東2条13丁目1番10号	電話57-8292
68	春光	定員 9人	春光5条6丁目5番20号	電話59-0802
69	あすか	定員18人	豊岡8条1丁目3番17号	電話33-2661
70	殿	定員18人	東6条10丁目1番22号	電話24-7277
71	あけぼのⅣ	定員18人	曙3条6丁目1番14号	電話21-3177
72	花	定員18人	春光台2条6丁目1番11号	電話51-8787
73	福寿草	定員17人	永山2条23丁目	電話40-4077
74	プランタンⅤ	定員18人	9条通15丁目24番地	電話25-0656
75	やすらぎⅡ	定員18人	東旭川町下兵村254番地3	電話36-6511
76	こばやしさんち	定員 6人	東光16条6丁目2番19号	電話33-4852
77	きらら	定員 9人	東光17条8丁目1番10号	電話33-2163
78	花の丘	定員 9人	南が丘 2丁目1番2 3号	電話62-0660
79	せせらぎⅠ	定員18人	永山4条4丁目9番1号	電話49-5581
80	せせらぎⅡ	定員18人	永山7条4丁目2番1号	電話49-6060
81	グッドケア・旭神	定員18人	旭神2条4丁目10番4号	電話66-1294

(令和5年4月1日指定分まで)

## 要介護者のサービス利用限度額

介護保険では、居宅サービスについて、要介護度に応じて利用できるサービスの限度額が設けられています。

この限度額は、1か月ごとの金額で設定されています。限度額を超えてサービスを利用した場合には、その超えた分が「全額自己負担」となります。

区分	サービスの利用限度額 (1か月)	自己負担(1割)	自己負担(2割)	自己負担(3割)
要介護1	167,650円	16,765円	33,530円	50,295円
要介護2	197,050円	19,705円	39,410円	59,115円
要介護3	270,480円	27,048円	54,096円	81,144円
要介護4	309,380円	30,938円	61,876円	92,814円
要介護5	362,170円	36,217円	72,434円	108,651円

※上記の限度額、自己負担は令和5年4月1日現在で記載しています。

※上記の限度額が適用になるサービスは次のサービスです。

訪問介護、訪問入浴介護、訪問看護、訪問リハビリテーション、通所介護(デイサービス)、通所リハビリテーション(デイケア)、短期入所生活介護・療養介護(ショートステイ)、福祉用具貸与、夜間対応型訪問介護、認知症対応型通所介護、小規模多機能型居宅介護、認知症対応型共同生活介護(利用期間を定めた短期利用の場合)、地域密着型通所介護、定期巡回・随時対応型訪問介護看護

※小規模多機能型居宅介護については、1か所の事業所のみ利用になります。

※一定以上の所得がある方は自己負担が2割又は3割になります。

※支給限度額管理対象外の加算等により、実際の金額は上記を超える場合があります。

## 施設サービス

介護保険で利用できる施設サービスには、4種類あります。

生活介護が中心か、どの程度医療的なケアが必要かなどによって、4種類の中から利用する施設を選びます。

介護保険施設の最新の情報については、長寿社会課にあります「介護保険指定介護サービス事業所一覧」又は旭川市ホームページに一覧を掲載しておりますので、次のページをご覧ください。

【旭川市ホームページ】

「介護保険の施設・事業所一覧」

掲載場所：トップページ>ライフイベント>高齢者・介護>介護保険>介護保険の施設・事業所一覧

URL : <https://www.city.asahikawa.hokkaido.jp/800/843/847/d053094.html>



## 介護老人福祉施設（特別養護老人ホーム 入所対象：原則要介護3以上）

常時介護を必要とする在宅介護が困難な要介護者に対し、入浴・排せつ・食事等の介護や機能訓練、健康管理、療養上の世話を行うことを目的とした施設です。

※要介護1・2の方で利用を希望する場合は、それぞれの施設にご相談ください。

1	敬生園	定員110人	末広8条6丁目5305番地	電話51-5115
2	愛善園	定員110人	春光台4条11丁目5249番地10	電話52-8118
3	誠徳園	定員100人	末広8条6丁目5307番地	電話51-1126
4	緑が丘あさひ園	定員 60人	緑が丘東1条2丁目1番21号	電話66-2666
5	旭川のなか園	定員 60人	神居9条3丁目1番24号	電話62-1111
6	養生の杜カムイ	定員 60人	永山町5丁目136番地1	電話47-7730
7	旭川緑苑	定員 60人	東旭川町上兵村229番地8	電話36-6338
8	たいせつの郷	定員 60人	東鷹栖2線18号1045番地	電話58-3333
9	永山園	定員 50人	永山町15丁目116番地4	電話48-3033
10	共生園	定員 50人	東旭川町共栄123番地	電話33-8000
11	宏生苑	定員 70人	東旭川町上兵村556番地4	電話37-3885
12	末広たいせつの郷	定員100人	末広東1条13丁目2番34号	電話58-5566
13	楽生園	定員100人	1条通12丁目177番2	電話27-0070
14	旭川のなかの里	定員 30人	神居9条3丁目1番24号	電話69-2288
15	旭川緑苑（ユニット型）	定員 30人	東旭川町上兵村229番地の8	電話36-6338
16	永山園（ユニット型）	定員 30人	永山町15丁目116番地4	電話48-3033
17	共生園Ⅲ	定員 30人	東旭川町共栄123番地	電話33-8000
18	たいせつの郷（ユニット型）	定員 30人	東鷹栖2線18号1045番地	電話58-3333
19	仁慈苑	定員 80人	神楽3条12丁目1番8号	電話63-8700
20	旭川ねむのきの華	定員 80人	忠和4条2丁目10番23号	電話61-3277
21	エテルナ	定員100人	近文町13丁目2916番地2	電話85-7875
22	新富宏生苑（※）	定員 29人	新富3条1丁目506番13	電話25-0707
23	ヴィラ・プラタナス（※）	定員 29人	大町1条18丁目134番6	電話50-0011
24	緑が丘あさひ園 （ユニット型）（※）	定員 20人	緑が丘東1条2丁目1番21号	電話66-2666
25	養生の杜カムイ（※）	定員 20人	永山町5丁目136番地1	電話47-7730

※地域密着型介護老人福祉施設（地域密着型特別養護老人ホーム）

（令和5年4月1日指定分まで）

## 介護老人保健施設（入所対象：原則要介護1以上）

病状が安定期にある要介護者に対し、看護、医学的管理下での介護、機能訓練等の医療、日常生活上の世話を行うことを目的とした施設で、在宅への復帰を目指したサービスが提供されます。

1	ふれあい	定員100人	錦町18丁目2150番地4	電話51-1818
2	サニーヒル	定員 85人	末広8条6丁目5307番地	電話51-1127
3	旭泉苑	定員 72人	永山4条6丁目3番24号	電話47-8000
4	グリーンライフ	定員100人	神楽岡14条7丁目1番1号	電話65-7700
5	さくら館	定員 86人	4条西4丁目2番1号	電話27-0200
6	愛善ハイツ	定員 87人	春光台4条11丁目5249番地の2	電話54-7371
7	フェニックス	定員100人	豊岡13条1丁目1番17号	電話34-8181
8	かたくりの郷	定員 80人	神楽3条4丁目2番14号	電話63-1165
9	みやびの森	定員100人	東旭川町下兵村320番18	電話36-6520
10	ことぶき	定員100人	東旭川町上兵村35番地の5	電話36-1940
11	旭泉苑（ユニット型）	定員 12人	永山4条6丁目3番24号	電話47-8000

（令和5年4月1日許可分まで）

## 介護療養型医療施設（入所対象：原則要介護1以上）

長期療養が必要な要介護者に対し、療養上の管理、看護、医学的管理下での介護等の世話、機能訓練等の医療を行うことを目的とした施設です。

1	旭川高砂台病院	49床	高砂台1丁目1番22号	電話61-5700
---	---------	-----	-------------	-----------

（令和5年4月1日指定分まで）

## 介護医療院（入所対象：原則要介護1以上）

今後増加が見込まれる長期的な医療と介護ニーズを併せ持つ高齢者を対象に、「日常的な医学管理が必要な重介護者の受入れ」や「看取り・ターミナル」等の医療機能と、「生活施設」としての機能を兼ね備えた施設サービスとして、平成30年4月より介護医療院が創設されました。

介護医療院では、「長期療養のための医療」と「日常生活上の世話（介護）」が一体的に提供されます。

1	沼崎介護医療院	50床	8条通8丁目43番地	電話23-2090
2	末広中央介護医療院	19床	末広3条4丁目1番5号	電話53-8800
3	佐藤内科医院介護医療院	17床	豊岡4条3丁目2番2号	電話32-3366
4	藤井病院介護医療院	109床	旭町1条3丁目841番地の138	電話51-1411

（令和5年4月1日許可分まで）

### 費用のめやす（日額）

施設の種類の	介護保険の利用料	食費	居住費
介護老人福祉施設（特別養護老人ホーム） ※地域密着型介護老人福祉施設（地域密着型特別養護老人ホーム）含む	573円～1,015円	1,445円	855円～2,006円
介護老人保健施設	714円～1,252円	1,445円	377円～2,006円
介護療養型医療施設	593円～1,213円	1,445円	377円～2,006円
介護医療院	688円～1,379円	1,445円	377円～2,006円

※上記の介護保険の利用料は、1割負担の方の代表的な例を令和5年4月1日現在で記載しています。

※上記の日額の利用料のほかに、各種加算や特定診療費などの利用料の負担が生じる場合があります。また、施設の職員配置等の体制により、利用料は異なります。

※居住費・食費は国が示す基準費用額により、令和5年4月1日現在で記載しています。料金は各施設で異なりますので、直接お問い合わせください。

※居住費・食費は所得の状況等により負担が軽減されます。軽減を受けるには、あらかじめ市に申請が必要になります（詳しくは56ページをご覧ください）。

## 7 利用料の軽減について

### 災害等による介護保険サービス利用料の負担軽減

震災、風水害、火災等の災害により、要介護等被保険者又はその属する世帯の生計維持者の所有する住宅で著しい被害を受けた場合や、失業など特別な事情で所得が著しく減少したことにより、介護サービス費の利用者負担額の支払いが困難になったときは、その被害の程度や収入の状況に応じて申請により利用者負担の軽減を受けられる場合があります。

#### 1 減免の申請対象となる方

生計維持者の前年の合計所得金額が500万円以下の方で、合計所得金額の減少見込額が前年より3割以上減少となる次の(1)又は(2)のいずれかに該当する方

(1) 生計維持者が死亡又は重篤な傷病を負った方

(2) 生計維持者の事業収入等(\*)が前年より3割以上減少された方(事業等の休廃止や失業を含む)

\*事業収入等とは事業収入・不動産収入・山林収入又は給与収入のことで、減少することが見込まれる事業収入等以外の前年の所得金額が500万円以下であることが条件となります。

#### 2 減免額の内容

次の表に掲げる合所得金額の区分に応じた給付割合とし、利用者負担軽減を行います。

前年の合計所得金額	給付割合	利用者負担割合(*)
125万円未満	100分の97	100分の3へ軽減
125万円以上250万円未満	100分の95	100分の5へ軽減
250万円以上500万円以下	100分の93	100分の7へ軽減

\*負担割合が1割の方の場合

## 高額サービス費の支給

介護保険適応のサービス（予防サービス及び第1号事業を含む）に対して支払った1か月ごとの利用者負担の合計額が、下の表の上限額を超えた場合、超えた分について、申請により高額サービス費が支給されます。

### ○利用者負担上限額

区 分		月々の自己負担の上限額	
		世帯の上限額	個人の上限額
生活保護受給者の方等			15,000円
世帯全員が市民税非課税の世帯	① 老齢福祉年金受給者の方	24,600円	15,000円
	② 合計所得金額と課税年金収入額の合計が年間80万円以下の方 等	24,600円	15,000円
	③ ①・②以外の方 等	24,600円	24,600円
市民税課税世帯	④ 課税所得年間約145万円以上約380万円未満の方 等	44,400円	44,400円
	⑤ 課税所得年間約380万円以上約690万円未満の方 等	93,000円	93,000円
	⑥ 課税所得年間約690万円以上 等	140,100円	140,100円

※同じ世帯の中で複数の方が介護サービスを利用している場合は、自己負担額は世帯で合算されます。

※介護保険料を滞納している場合には、支給が受けられないことがあります。

※(i) 租税特別措置法（昭和32年法律第26号）に規定される長期譲渡所得又は短期譲渡所得に係る特別控除額がある場合、(ii) 年金収入に係る所得がある場合は、合計所得金額からこれらを控除します。

※高額サービス費は、サービスの利用から支給まで約3か月かかります。その間の利用者負担を軽減するため、高額サービス費の9割相当額を無利子で貸付する制度があります。

※詳しくは、介護保険課 管理給付係へ 電話25-6485

## 高額医療合算介護（予防）サービス費の支給

介護サービス（予防サービス及び第1号事業を含む）と医療の両方とも利用している世帯で、利用者負担を1年間（毎年8月1日～翌年7月31日）で合計して高額になった場合は、申請により下の表の上限額を超えた分を医療と介護で按分して支給します。

※基準日（7月31日）における医療保険上の世帯を基準に合算しますので、同じ世帯でも、それぞれ異なる医療保険に加入している場合は、別計算になります。

※低所得者Ⅰ区分の世帯で、介護サービスの利用者が複数いる場合、医療保険からの支給は上段①の自己負担限度額で計算され、介護保険からの支給は下段②の自己負担限度額で計算されます。

所得区分	医療制度上の世帯		後期高齢者医療制度又は 国民健康保険・被用者保険など +介護保険 (70歳以上の方) ※2	国民健康保険・ 被用者保険など +介護保険 (70歳未満の方)
	年収約1,160万円～ 健保 標準報酬月額83万円以上 国保・後期 課税所得690万円以上			212万円
年収約770万円～約1,160万円 健保 標準報酬月額53～79万円 国保・後期 課税所得380万円以上			141万円	141万円
年収約370万円～約770万円 健保 標準報酬月額28～50万円 国保・後期 課税所得145万円以上			67万円	67万円
一般（年収156万円～約370万円） 健保 標準報酬月額26万円以下 国保・後期 課税所得145万円未満 ※1			56万円	60万円
低所得者 (市民税非課税)	Ⅱ		31万円	34万円
	Ⅰ (所得が一定基準以下の方)	①	19万円	
		②	31万円	

※申請を受けてから支給までに5か月程度かかります。

※1 収入の合計額が520万円未満（一人世帯の場合は383万円未満）の場合及び旧ただし書所得の合計額が210万円以下の場合も含む。

※2 対象世帯に70～74歳と70歳未満が混在する場合、まず70～74歳の自己負担合算額に限度額を適用した後、残る負担額と70歳未満の自己負担合算額を合わせた額に限度額を適用する。

### 【所得区分の説明】

- 低所得者Ⅱ…世帯全員が市（区）町村民税非課税の方で低所得者Ⅰ以外の方
- 低所得者Ⅰ…世帯全員が市（区）町村民税非課税の方で次のいずれかに該当する方
  - 〔高齢福祉年金を受給されている方〕
  - 〔世帯全員が所得0円かつ公的年金受給額80万円以下〕

※旧ただし書所得とは「総所得金額及び山林所得金額並びに株式・長期（短期）譲渡所得金額等の合計から基礎控除額最大430,000円（前年の所得金額により控除額が異なる場合があります）を控除した額（ただし、雑損失の繰越控除額は控除しません。）」です。

※詳しくは、旭川市国民健康保険又は後期高齢者医療制度に加入している方は、国民健康保険課へ  
電話25-6247（国民健康保険）  
電話25-8536（後期高齢者医療制度）

旭川市国民健康保険及び後期高齢者医療制度以外の医療保険に加入している方は、各医療保険の保険者へ

※旭川市国民健康保険及び後期高齢者医療制度以外の医療保険に加入している方は、介護保険担当課からの自己負担額証明書が必要になります。

※詳しくは、介護保険課 管理給付係へ 電話25-6485

## 居住費（滞在費）・食費の負担軽減

介護保険施設（介護老人福祉施設（特別養護老人ホーム）、介護老人保健施設、介護療養型医療施設、介護医療院、地域密着型介護老人福祉施設）の入所者や、ショートステイ（短期入所生活介護・短期入所療養介護）の利用者は、居住費（ショートステイの場合は滞在費）と食費を自己負担することになります。

居住費（滞在費）や食費は、所得の低い方の負担が重くならないよう、「負担限度額」が設定されています。「負担限度額」は、所得等の状況により設定された「利用者負担段階」によって異なります。

### ○利用者負担段階別の負担限度額

利用者負担段階	負担限度額（日額）			
	食費	居住費（滞在費）		
			介護老人福祉施設 （特別養護老人ホーム） 短期入所生活介護 地域密着型介護 老人福祉施設 （地域密着型特別養護老人ホーム）	介護老人保健施設 介護療養型医療施設 介護医療院 短期入所療養介護
第1段階		ユニット型個室	820円	820円
(1)生活保護受給者 (2)世帯全員及び配偶者が市民税非課税で、預貯金等が1,000万円以下の老齢福祉年金受給者	300円	ユニット型個室的多床室	490円	490円
		従来型個室	320円	490円
		多床室	0円	0円
		ユニット型個室	820円	820円
第2段階	390円 (600円)	ユニット型個室的多床室	490円	490円
従来型個室		420円	490円	
多床室		370円	370円	
ユニット型個室		820円	820円	
第3段階①	650円 (1,000円)	ユニット型個室	1,310円	1,310円
世帯全員及び配偶者が市民税非課税で預貯金等が550万円以下かつ合計所得金額と課税年金収入額及び非課税年金収入額の合計が年間80万円以下の方		ユニット型個室的多床室	1,310円	1,310円
		従来型個室	820円	1,310円
		多床室	370円	370円
第3段階②	1,360円 (1,300円)	ユニット型個室	1,310円	1,310円
世帯全員及び配偶者が市民税非課税で預貯金等が500万円以下かつ合計所得金額と課税年金収入額及び非課税年金収入額の合計が年間120万円を超える方		ユニット型個室的多床室	1,310円	1,310円
		従来型個室	820円	1,310円
		多床室	370円	370円
第4段階 (第1～3段階以外の方)	負担限度額はありません（施設との契約により定めた額となります。）。			

※食費の（ ）内の金額はショートステイ利用時の金額です。

※配偶者がいる場合、各段階の預貯金等基準額は1,000万円上乗せした額となります。

※配偶者には、内縁関係の方及び別世帯の方を含みます。

※第2号被保険者の預貯金等の基準額は1,000万円以下です。（配偶者がいる場合は2,000万円以下）

※8月～12月の申請については前年中、また、1月～7月の申請については前々年中の合計所得等により判定いたします。

※非課税年金とは、遺族年金・障害年金を指し、遺族年金には寡婦年金、かん夫年金、母子年金、準母子年金、遺児年金を含みます。

※(i) 租税特別措置法（昭和32年法律第26号）に規定される長期譲渡所得又は短期譲渡所得に係る特別控除額がある場合、(ii) 年金収入に係る所得がある場合は、合計所得金額からこれらを控除します。

居住費（滞在費）・食費の負担軽減を受けるには、「介護保険負担限度額認定申請書」を市に提出し、認定を受ける必要があります。

申請した方で利用者負担段階第1～3段階に該当する方には、市から「介護保険負担限度額認定証」をお送りしますので、その認定証を介護保険施設やサービス事業所へ提示してください。

※申請した日の属する月の初日にさかのぼって認定になります。

### ○従来型個室には、経過措置があります。

平成17年9月30日以前から従来型個室に既に入所されている方などには、利用者負担が急増しないように激変緩和措置が講じられています。

- |  |   |  |
|--|---|--|
| <ul style="list-style-type: none"><li>●従来型個室の既入所者で特別な室料を払っていない</li><li>●感染症などにより一定期間個室への入所が必要(新規入所者)</li><li>●居室の面積が一定以下(新規入所者)</li><li>●精神症状等により個室以外での対応が不可能(新規入所者)</li></ul> | } | <ul style="list-style-type: none"><li>●多床室と同額の介護報酬を適用</li><li>●居住費（滞在費）は多床室と同額</li><li>●特別な室料を求めることができない</li></ul> |
|--|---|--|

### ○高齢者夫婦世帯などの軽減

利用者負担段階第4段階の高齢夫婦世帯などで、一方が介護保険施設に入った場合、在宅で生活される配偶者等の収入が一定額以下となる場合などには、居住費・食費のいずれか又は両方が引き下げられます。

対象者の要件（いずれにも該当）

- ① 世帯の構成員の数（配偶者が別世帯の場合は、配偶者も含めた数）が2人以上であること。
  - 介護保険施設への入所により世帯分離した場合は、世帯分離前の世帯
  - 配偶者には内縁関係の方を含む。
- ② 介護保険施設に入所しており、利用者負担段階第4段階の居住費・食費を負担していること（短期入所は対象外）。
- ③ 世帯員全て及び配偶者の公的年金等の収入金額と年金以外の合計所得金額（長期譲渡所得又は短期譲渡所得の特別控除の適用がある場合には、控除すべき金額を控除して得た額）の合計額から、施設の利用者負担（1割（又は2割又は3割）負担（高額介護サービス費が支給される場合は、これを差し引いた額）・食費・居住費）を差し引いた額が80万円以下であること。
- ④ 世帯員全て及び配偶者の預貯金等の額が450万円以下であること。
- ⑤ 世帯員全て及び配偶者に日常生活に供する資産以外に活用できる資産がないこと。
- ⑥ 介護保険料を滞納していないこと。

※8月～12月の申請については前年中、また、1月～7月の申請については前々年中の公的年金等の収入金額等により判定いたします。

### ○旧措置入所者の負担軽減

介護保険施行前から介護老人福祉施設（特別養護老人ホーム）に入所している方で、負担軽減措置を受けている方（利用者負担割合が5%以下の方）は、居住費・食費を含め介護保険施行前より負担が増えないように配慮されています。なお、利用者負担割合が10%の方については、一般の入所者と同様の利用者負担になります。

### ○利用料を支払うと生活保護の適用となる方の軽減

本来適用すべき利用者負担段階とした場合に生活保護が必要になり、それより低い利用者負担段階であれば生活保護を必要としない場合には、低い利用者負担段階額に負担を軽減します。

※詳しくは、介護保険課 管理給付係へ 電話25-6485

## 居宅サービス利用料の軽減

要介護又は要支援の認定を受けている方や事業対象者で、収入や資産の状況により、生活が困窮していると認められる方は、介護保険の居宅サービス利用料（10%分）について、本人の負担を5%とし、5%を超える分が軽減されます。また、対象サービスに伴う食費・滞在費も50%を超える分が軽減されます（申請した月の初日から対象となります。）。

※負担限度額認定が非該当の方は、そのサービスについて食費・滞在費は対象外となります。

### ○軽減対象となるサービス

- 訪問介護（第1号訪問事業含む）
- 訪問入浴介護（介護予防訪問入浴介護含む）
- 訪問看護（介護予防訪問看護含む）
- 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含む）
- 居宅療養管理指導（介護予防居宅療養管理指導含む）
- 通所介護（第1号通所事業含む）
- 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含む）
- 短期入所生活介護（介護予防短期入所生活介護含む）
- 短期入所療養介護（介護予防短期入所療養介護含む）
- 福祉用具貸与（介護予防福祉用具貸与含む）
- 地域密着型通所介護
- 認知症対応型通所介護（介護予防認知症対応型通所介護含む）
- 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含む）
- 認知症対応型共同生活介護（短期利用に限る。介護予防認知症対応型共同生活介護含む）
- 夜間対応型訪問介護
- 定期巡回・随時対応型訪問介護看護
- 看護小規模多機能型居宅介護

### ○対象となる方は、次のいずれかの条件を満たす方です（生活保護受給者を除く。）。

- ① 市民税非課税世帯であって、老齢福祉年金を受給している方
- ② 高額サービス費の負担上限額について、15,000円の基準の適用を受けることにより、生活保護を必要としないと判定された方
- ③ 次の条件のいずれにも該当する方
  - 世帯全員の合計した年間収入の見込額がその世帯の年間の生活保護基準額以下
  - 世帯全員が活用できる資産（居住用財産は除く。）を所有していない
  - 世帯全員の合計した預貯金額がその世帯の年間の生活保護基準額の2倍以下
  - 負担能力のある親族等に扶養されていない（税法上の扶養を含む。）
  - 申請時において介護保険料を滞納していない

※詳しくは、介護保険課 管理給付係へ 電話25-6485

## 社会福祉法人による利用者負担の軽減

社会福祉法人により提供されるサービスの利用者で、収入や資産の状況により、利用料等の負担が困難な方は、申請により、利用料・食費・居住費・宿泊費・滞在費の25%（老齢福祉年金受給者は50%）が軽減される場合があります（申請した月の初日から対象となります。）。

※負担限度額認定が非該当の方は、そのサービスについて食費・居住費・滞在費は対象外となります。

### ○軽減対象となるサービスと軽減される費用の種類（実施内容は事業所により異なります。）

軽減対象のサービス種類	軽減される費用の種類
訪問介護（ホームヘルプ）	利用者負担額
定期巡回・随時対応型訪問介護看護	
夜間対応型訪問介護	
通所介護（デイサービス）	利用者負担額，食費
地域密着型通所介護	
認知症対応型通所介護	
短期入所生活介護（ショートステイ）	利用者負担額，食費，滞在費
小規模多機能型居宅介護	利用者負担額，食費，宿泊費
看護小規模多機能型居宅介護	
介護老人福祉施設（特別養護老人ホーム）	利用者負担額（利用者負担第2段階の方を除く）， 食費，居住費
地域密着型介護老人福祉施設入所者生活介護	

※対象となるサービスの有無は、各社会福祉法人へお問い合わせください。

※上記サービスには予防給付及び第1号事業も含まれます。

### ○軽減の対象となる方は、次の要件のすべてに該当することが必要です。

- 市民税非課税世帯
- 世帯の年間収入額が、単身世帯で150万円以下、世帯員が一人増えるごとに50万円を加算した額以下
- 世帯の預貯金等の額が、単身世帯で350万円以下、世帯員が一人増えるごとに100万円を加算した額以下
- 居住に供する資産及びその他日常生活に必要な資産以外に活用できる資産がない
- 負担能力のある親族等に扶養されていない（税法上の扶養を含む。）
- 申請時において介護保険料を滞納していない

※詳しくは、介護保険課 管理給付係へ 電話25-6485

# 在宅生活が困難になったとき

## 1 介護保険の施設

在宅生活が困難で、要介護認定を受けている方は、介護保険の施設サービスが利用できます。介護保険の施設には、介護老人福祉施設(特別養護老人ホーム)、介護老人保健施設、介護療養型医療施設、介護医療院があります。費用・施設名などについては、50～52ページをご覧ください。

## 2 介護保険以外の施設

### 養護老人ホーム

養護老人ホームは、65歳以上で身の回りのことは自分でできるか、軽い介助を必要とする程度の方で、家庭環境や経済上の理由などにより、家庭で生活することが困難な方が入所できる施設です。なお、入所できる方は収入の少ない世帯の方（世帯員全員の市民税が非課税又は均等割のみ課税）に限られ、申請後生活状況等を調査の上、所定の審査により入所の適否を決定します。本人の収入に応じた負担金（利用料）がかかるほか、場合によっては扶養義務者にも負担金がかかることもあります。

#### 市内の養護老人ホーム

養護老人ホーム	緑風苑	定員120人	春光台4条11丁目	電話51-3148
	敬心園	定員100人	春光台1条7丁目	電話51-5117
養護(盲人)老人ホーム	旭光園	定員50人	7条通17丁目	電話24-1215

※近郊市町村の養護老人ホームについてもご相談ください。

※詳しくは、長寿社会課 高齢者支援係へ 電話25-6457

### 軽費老人ホーム

軽費老人ホームは、60歳以上のひとり暮らしの方や家族と一緒に暮らせない事情のある方で、身の回りのことは自分でできる方が入所できる施設です。軽費老人ホームには、施設の種類によって、軽費老人ホーム（ケアハウス）と都市部のみを対象とした都市型軽費老人ホームがあるほか、平成20年以前の旧基準に基づく経過措置による軽費老人ホームA型、軽費老人ホームB型があり、旭川市内には軽費老人ホーム（ケアハウス）及びA型が整備されています。

#### ケアハウス（介護利用型軽費老人ホーム）

利用対象者は、60歳以上の高齢者（ご夫婦等で入所する場合はどちらか一方が60歳以上）で、自炊ができない程度の身体機能の低下等が認められ、健康状態や高齢などの理由により独立して生活するには不安がある方で、家族による援助を受けることが困難な方です。

なお、ケアハウス自体が介護保険の事業所（特定施設入居者生活介護）となっている場合、身の回りのことに介助が必要な方は、ケアハウス内で事業所の職員から介護サービスを受けながら生活することができます。

利用料金は本人の収入により月8万円～15万円程度となります。

### 軽費老人ホーム（A型）

利用対象者は、60歳以上の高齢者（ご夫婦等で入所する場合はどちらか一方が60歳以上）で、家庭環境・住宅事情などの理由で家庭での生活ができない方です。

利用料金は本人の収入によって7万円～17万円程度となります。

#### 市内の軽費老人ホーム

軽費老人ホーム	A型	緑が丘太陽園	定員50人	緑が丘東1条2丁目	電話65-4321
		旭川緑光苑	定員50人	神居町台場299番地	電話61-8182
	ケアハウス（介護利用型）	ケアハウス サンハイム	定員55人	末広8条5丁目	電話54-3816
		ケアハウス ふれあい	定員50人	錦町19丁目	電話51-0888
		ケアハウス リバーサイド	定員50人	旭神町22番地	電話65-0200
		ケアハウス 忠和 （特定施設入居者生活介護）	定員50人	忠和3条7丁目	電話61-0366
		ケアハウス フォルテ （特定施設入居者生活介護）	定員60人	東旭川町上兵村557番地	電話36-7373
		ケアハウス 順風	定員60人	2条通11丁目106番地	電話21-8551
		ケアプレゼンテーション サンライズ （特定施設入居者生活介護）	定員50人	永山町10丁目263番地	電話40-1215

※詳しくは、入所を希望される施設に直接お問い合わせください。

又は、長寿社会課 高齢者支援係へ 電話25-6457

### 生活支援ハウス

生活支援ハウスは、60歳以上で、高齢等のため独立して生活することに不安のある方で、介護老人福祉施設（特別養護老人ホーム）に入所していて、要介護認定の結果、自立又は要支援と認定され退所する方、ひとり暮らし又は夫婦のみの世帯に属する方などで、身の回りのことは自分でできる方（ただし生活保護受給者を除く）が入所できる施設です。申請後生活状況等を調査し、所定の審査により入所の適否を決定します。（親族と同居されている方は対象とならない場合があります。）本人の収入に応じた月額負担金（利用料）のほか、実費として食事代と光熱水費の負担がかかります。

#### 市内の生活支援ハウス

生活支援ハウス「ぬくもり」	定員18人	末広8条6丁目	電話51-1126 （誠徳園と共用）
生活支援ハウス「きらら」	定員20人	東光17条8丁目	電話38-5050

※詳しくは、長寿社会課 高齢者支援係へ 電話25-6457

## 有料老人ホーム

有料老人ホームは「入浴、排せつ若しくは食事の世話、食事の提供又はその他の日常生活上必要なサービス」を提供する高齢者向けの生活施設であり、老人福祉法第29条に規定されています。

有料老人ホームには以下の種類があります。

介護付有料老人ホーム	介護等のサービスが付いた高齢者向けの居住施設です。介護保険上の「特定施設入居者生活介護」の指定を受けており、介護が必要になった場合、有料老人ホームのスタッフが介護サービスを提供します。
住宅型有料老人ホーム	生活支援等のサービスが付いた高齢者向けの居住施設です。介護が必要になった場合、入居者自身の選択により、地域の訪問介護サービスなどを利用することができます。
健康型有料老人ホーム	介護が不要で、自立した生活を送ることができる高齢者が対象の施設です。介護が必要になった場合、契約を解除し、退去しなくてはなりません。

### 旭川市内の有料老人ホームについて

市内の有料老人ホームについては、旭川市ホームページに一覧を掲載しておりますので、次のページをご覧ください。

【旭川市ホームページ】

「介護保険の施設・事業所一覧」

掲載場所：トップページ>ライフイベント>高齢者・介護>介護保険>介護保険の施設・事業所一覧

URL : <https://www.city.asahikawa.hokkaido.jp/800/843/847/d053094.html>



なお、ホームページを閲覧することができない方は、長寿社会課で一覧をお渡しすることもできます。

※詳しくは、長寿社会課 地域包括ケア推進係へ 電話25-9797

## サービス付き高齢者向け住宅

サービス付き高齢者向け住宅は、高齢者が安心して暮らすことができるように生活相談サービスと安否確認サービスが提供されるバリアフリー構造の住宅です。

住宅の規模や設備、家賃、サービスの内容など、サービス付き高齢者向け住宅の詳しい情報については、一般社団法人高齢者住宅「サービス付き高齢者向け住宅」登録事務局のホームページ (<http://www.satsuki-jutaku.jp/search/index.php>) や建築総務課の窓口で公開しています。



### 市内のサービス付き高齢者向け住宅

サービス付き高齢者向け住宅	サービス付き高齢者向け住宅 夕陽の丘仕合わせの里	22戸	末広7条6丁目	電話51-7007
	サービス付き高齢者向け住宅 旭川透析タウン夢みらい	33戸	曙北2条5丁目	電話22-1515
	ふれあいの里華音	53戸	4条通17丁目	電話011-598-7277
	シルバーハイツ春光	16戸	春光5条6丁目	電話59-0801
	けあらいふ神楽館	60戸	神楽3条8丁目	電話73-3678

サービス付き高齢者向け住宅	まごころ館	20戸	東旭川南2条6丁目	電話36-5818
	かりのすまい東光	23戸	東光15条3丁目	電話52-3641
	医療法人仁友会サービス付き 高齢者住宅みやびの森	30戸	東旭川北1条4丁目	電話36-8811
	のぞみグリーンコート永山	29戸	永山9条3丁目	電話47-2333
	エバーグリーン宮下	20戸	宮下通5丁目	電話23-2001
	スコーレ大町	29戸	大町3条4丁目	電話53-3300
	イリーゼ旭川3条通	63戸	3条通17丁目	電話03-6632-7702
	ら・ら	22戸	高砂台2丁目	電話60-4666
	エムズコート旭川	36戸	5条通11丁目	電話011-823-0330
	ブルーテラス大雪	80戸	大雪通7丁目	電話011-215-8940
	ブルーテラス神楽	100戸	神楽2条9丁目	電話011-215-8940
	ガーデナース南永山	31戸	永山8条1丁目	電話73-8132
	SKたいせつの郷	53戸	末広東1条13丁目	電話58-3333
	喜族の架け橋	66戸	宮下通11丁目	電話25-4411
	北彩都宮下	25戸	宮下通14丁目	電話73-9950
ナーシングホーム花さとか	30戸	東光8条6丁目	電話33-0500	
ペット共生型サービス付き 高齢者向け住宅すみれ	27戸	神楽3条12丁目	電話74-7361	

・全22棟 868戸

(令和5年4月1日現在)

※詳しくは、建築総務課へ 電話25-9708

## 施設等への転居に向けて

在宅生活が困難になり、施設等に転居する際には、家の管理を委託することや売却等をご検討されてはいかがでしょうか。

空き家となってしまった場合に、適切な管理がなされなければ、屋根からの落雪等で地域住民に多大な不安や迷惑を与えてしまうことがあります。困ったときにはご相談ください。

相談窓口	団体名	電話	受付時間
不動産に関する一般的な相談【無料相談】	公益社団法人 北海道宅地建物取引業 協会旭川支部	39-2323	毎週火曜、木曜 午後1時30分～午後4時 30分
登記・相続手続、債務整理、成年後見等について【無料相談】	旭川司法書士会 (司法書士総合相談 センターあさひかわ)	51-7837 ※事前予約制	毎週月～金曜 午前10時～午後4時 ※事前予約制 (相談時間) 毎週火・木曜日 午後5時～午後7時

※法律相談については、17ページの「法テラス旭川」又は79ページの「市民相談センター」もご覧ください。

※詳しくは、建築指導課へ 電話25-8561

## 不在者投票について

選挙の投票日当日、次の理由で投票できない方は不在者投票ができます

### ① 病院や老人ホームなどに入院中又は入所中の方

北海道選挙管理委員会が指定した病院又は老人ホーム等（以下「指定施設」という。）に入院又は入所している方は、その指定施設で不在者投票をすることができます。

### ② 郵便等による不在者投票について

一定の条件に該当する方は、あらかじめ郵便等投票証明書の交付手続きを行うことで、自宅等から郵便で投票することができます。

#### (1) 身体障害者手帳をお持ちの方で、次に該当する方

- 両下肢、体幹の障がい、移動機能障害が1級又は2級の方
- 心臓、じん臓、呼吸器、ぼうこう、直腸、小腸の障がい1級又は3級の方
- 免疫、肝臓の障がい1級から3級までの方

#### (2) 戦傷病者手帳をお持ちの方で、次に該当する方

- 両下肢、体幹の障がい特別項症、第1項症又は第2項症の方
- 心臓、じん臓、呼吸器、ぼうこう、直腸、小腸、肝臓の障がい特別項症、第1項症、第2項症又は第3項症の方

#### (3) 介護保険の被保険者証をお持ちの方で、次に該当する方

- 要介護状態区分が要介護5の方

○自ら投票用紙に記載できる方は、(1)～(3)に該当する方が対象になります。

○自ら投票用紙に記載できない方は、(1)～(3)に該当し、かつ次の条件に該当する方は、代理記載人を届け出ることによって、代理記載による郵便投票ができます。

- 身体障害者手帳をお持ちの方で、上肢又は視覚の障がいの程度が1級の方
- 戦傷病者手帳をお持ちの方で、上肢又は視覚の障がいの程度が特別項症、第1項症又は第2項症の方

※詳しくは、選挙管理委員会事務局へ 電話25-6513

# 生きがいづくりのために

## 1 老人クラブ

老人クラブでは、高齢者の皆さんの生活を健康的で活力あるものにするために、趣味や健康づくりの活動やボランティア活動を行っています。

老人クラブには、おおむね60歳以上であれば、どなたでも自由に入会できます。お気軽にご連絡ください。

また、老人クラブ連合会では、毎年、パークゴルフ大会やペタンク大会、カラオケ交流会を開催しているほか、社会奉仕活動などの各種事業を実施しています。

老人クラブの活動として、ひとり暮らしの方（65歳以上）や病弱な高齢者夫婦などを訪問するなどし、安否を気遣い、高齢者相互で見守りを行っています（実施していない老人クラブもあります。）。

※詳しくは、最寄りの老人クラブ

又は、旭川市老人クラブ連合会事務局へ 電話26-1111（内線5318）

## 2 高齢者いこいの家

高齢者いこいの家は、高齢者が一日を楽しく過ごし、友人との交流を深めるための場として、おおむね60歳以上の方が利用できる施設です。

※詳しくは、最寄りの高齢者いこいの家

又は、長寿社会課 高齢者支援係へ 電話25-6457

## 3 活動と交流の場

### (1) 老人福祉センター

趣味の講座（民謡、踊り、ダンス、陶芸など）や健康相談などを行っている高齢者専用のセンターです。60歳以上の方であれば、どなたでも無料で利用できます。

利用時間：午前9時30分～午後4時30分

休館日：日曜日、敬老の日を除く祝日、年末年始

◎北部老人福祉センター 春光2条7丁目 電話54-5125

◎東部老人福祉センター 東旭川南1条6丁目 電話36-2287

※詳しくは、各老人福祉センター

又は、長寿社会課 高齢者支援係へ 電話25-6457

## (2) いきいきセンター

高齢者の皆さんの健康・生きがいづくりのためのセンターです。世代間交流のために利用することもできます。

### ◎いきいきセンター新旭川 新富1条2丁目 電話27-2287

利用時間・料金

60歳以上：火～土曜日…午前9時～午後5時・無料（一般の時間帯で利用する場合は150円）

一般：火～土曜日…午後6時～午後9時，日曜日・祝日…午前9時～午後9時

大人220円，高校生150円，中学生以下無料

※団体利用の場合は，規定の料金がかかります。

休館日：敬老の日を除く月曜日，年末年始

### ◎いきいきセンター永山 永山3条19丁目 電話47-6060

利用時間・料金

60歳以上：月～土曜日…午前9時～午後5時・無料（一般の時間帯で利用する場合は150円）

一般：日曜日…午前9時～午後5時

大人220円，高校生150円，中学生以下無料

※団体利用の場合は，規定の料金がかかります。

休館日：敬老の日を除く祝日，年末年始

### ◎いきいきセンター神楽 神楽4条8丁目 電話61-0520

利用時間・料金

60歳以上：火～土曜日…午前9時～午後5時・無料（一般の時間帯で利用する場合は150円）

一般：火～土曜日…午後6時～午後9時，日曜日・祝日…午前9時～午後9時

大人220円，高校生150円，中学生以下無料

※団体利用の場合は，規定の料金がかかります。

休館日：敬老の日を除く月曜日，年末年始

※詳しくは，各いきいきセンター

又は，長寿社会課 高齢者支援係へ 電話25-6457

## (3) 近文市民ふれあいセンター

集会室や娯楽室などがある高齢者交流センター，卓球やバドミントンができる多目的ホール，長さ25メートルの温水プールがあります。

### ◎高齢者交流センター

利用時間・料金

60歳以上：月～金曜日…午前9時～午後5時・無料（一般の時間帯で利用する場合は150円）

一般：月～金曜日…午後6時～午後9時・有料

土・日曜日，祝日…午前9時～午後9時・有料

休館日：第2・4月曜日（祝日の場合は，その翌日），年末年始

### ◎多目的ホール

利用時間・料金

一般：午前9時～午後9時・有料

休館日：高齢者交流センターに同じ

### ◎温水プール

利用時間・料金

一般：午前10時～午後9時・有料

休館日：高齢者交流センターに同じ

※詳しくは，近文市民ふれあいセンター 近文町15丁目 電話55-3200

又は，長寿社会課 高齢者支援係へ 電話25-6457

## (4)ときわ市民ホール

ときわ市民ホールは、女性や勤労青少年、高齢者、障がい者、ボランティアなど、市民の皆さんの様々な活動や交流の場として設置された施設です。利用する団体及び利用目的により、利用料金が定められています。

開館時間：午前9時～午後10時

休館日：12月を除く毎月末日及び12月28日（当該日が土曜日のときは前日、日曜日のときは前々日）、12月29日～1月4日

※詳しくは、ときわ市民ホールへ 5条通4丁目 電話23-5577

## 4 行事・イベント

### (1)長寿大運動会

毎年、市と老人クラブ連合会との共催により開催され、約1千名の仲間が参加します。

※詳しくは、長寿社会課 高齢者支援係へ  
電話25-6457

### (2)パークゴルフ大会・ペタンク大会・カラオケ交流会

高齢者相互の親睦と健康増進を図るため、毎年、老人クラブ連合会主催により、パークゴルフ大会、ペタンク大会、カラオケ交流会を開催しています。

※詳しくは、旭川市老人クラブ連合会事務局  
電話26-1111（内線5318）

又は、長寿社会課 高齢者支援係へ 電話25-6457



### (3)高齢者文化祭

毎年、市と老人クラブ連合会との共催により、高齢者の趣味を生かし、絵画、書、工芸品、写真の作品展示と老人クラブ等の団体による芸能発表を行っています。

※詳しくは、長寿社会課 高齢者支援係へ 電話25-6457

## 5 スポーツ・運動

### (1)各種スポーツ教室

体力・健康増進や仲間づくり等を目的として、肩こり腰痛予防教室や太極拳教室の実施を予定しています。

※詳しくは、旭川市リアルター夢りんご体育館（旭川市総合体育館）旭川市スポーツ協会へ  
花咲町5丁目 電話51-4545

## (2) ゲートボール・パークゴルフのお問合せ

ゲートボール、パークゴルフについてのお問合せ先は、次のとおりです。

- 冬季間の学校施設スポーツ開放事業によるゲートボールの利用  
※詳しくは、スポーツ課へ 電話23-1944
- ゲートボール初心者募集、毎週火曜日（午前11時）に随時開催（東豊公園体育館）  
※詳しくは、旭川ゲートボール連合事務局へ 電話090-1640-6573（石田）
- 河川敷にあるパークゴルフ場の利用  
※詳しくは、グリーンテックス株式会社へ 電話57-8552
- 公園にあるゲートボール場、パークゴルフ場の利用  
※詳しくは、旭川市公園緑地協会へ 電話52-1934
- その他  
パークランド嵐山は、電話63-0044（センターハウス）へ  
旭川市21世紀の森せせらぎ交流広場パークゴルフ場は、電話76-2454（総合案内所）へ

## (3) ニュースポーツ出前講座

市民の健康づくりやスポーツ活動の活性化を目的として、地域の方々にニュースポーツ出前講座を無料で行っています。講師派遣のほか用具の貸出案内も行っています。

ニュースポーツは、ボッチャ・フロアカーリング・キンボール・四面バレーなど、技術やルールが比較的簡単で、いつでも・どこでも・だれでも楽しむことができるレクリエーション性の高いスポーツです。

お気軽にお問い合わせください。

※詳しくは、スポーツ課へ 電話23-1944

## 6 敬老会

9月15日の老人の日を中心に、77歳以上（その年度内に77歳になる方を含む）の方を対象とした敬老祝賀会を開催する地域の社会福祉協議会や市民委員会などに、補助金を交付します。

また、年度内に77歳に到達される方については、長寿祝金として5,000円を贈呈いたします。

※詳しくは、長寿社会課 高齢者支援係へ 電話25-6457

## 7 高齢者バス料金助成事業（寿バスカード）

70歳以上（その年度内に70歳になる方を含む）で、バスの利用が可能な方に、市内のバス乗降に限り、旭川電気軌道・道北バス・空知中央バスの路線バス（定期観光バス・都市間バス等を除く）・沿岸バス、及び旭川中央交通の運行する東旭川地域のオンデマンド型交通を、一乗車につき100円（身体障害者手帳又は療育手帳の交付を受けている方は50円）の負担で利用できる乗車証（寿バスカード）を交付しています。有効期限は毎年6月1日から翌年5月31日までとなっています。

寿バスカードは交付を受ける際に2,000円（身障者等は1,000円）を負担していただきます。

なお、7月以降に交付を受ける場合は、2,000円の負担が減額されます。

また、路線バスのない東旭川町桜岡にお住まいの方に限り、寿バスカードの代わりにJR乗車券（8,000円以内）を選択することもできます。

※詳しくは、長寿社会課 高齢者支援係へ 電話25-6457

## 8 旭川市高齢者運転免許証自主返納サポート事業

旭川市では、市内企業等の御協力をいただき、運転に不安を感じる高齢者が免許証を返納しやすい環境を整え、高齢者による交通事故を防ぐため、「高齢者運転免許証自主返納サポート事業」を行っています。

「運転経歴証明書」の交付を受けた65歳以上の旭川市民が、市内のサポート事業協力店舗等を利用した際に「運転経歴証明書」を提示することで、さまざまな特典を受けることができます。

サポート事業協力店一覧及び特典内容については、次のページをご覧ください。

【旭川市ホームページ】

「旭川市高齢者運転免許証自主返納サポート事業」

掲載場所：トップページ>暮らし>防災・安全>交通安全・防犯

>交通安全>旭川市高齢者運転免許証自主返納サポート事業



URL：<https://www.city.asahikawa.hokkaido.jp/kurashi/320/327/327002/d064742.html>

※詳しくは、**防災安全部 交通防犯課**へ 電話25-6215

【運転経歴証明書に関する問い合わせ】

詳しくは、**旭川運転免許試験場**へ 電話51-2489

## 9 長寿社会生きがい振興事業

長寿社会生きがい振興事業は、市民の皆さんから寄せられた寄附金と、市の積立金を合わせて設置されている「旭川市長寿社会生きがい基金」を利用して行われる事業です。

高齢者の方々が地域の皆さんと支え合い、心豊かに暮らしていくことを目標に、高齢者の生きがい活動や、地域の皆さんやボランティアが行う福祉活動などに要する費用を補助しています。

現在、各地域でひとり暮らしの高齢者宅を訪問し、安否を確認するとともに、はげましや親睦を深める活動などがすすめられています。

※詳しくは、**長寿社会課 高齢者支援係**へ 電話25-6457

## 10 百寿大学、シニア大学

60歳以上の方を対象として、市内の各公民館で百寿大学を、またフィール旭川（1条通8丁目）7階ではシニア大学・大学院（大学院は令和7年度まで）を開設しています。各大学では、生涯にわたって学び続けることの喜びを体験しながら、生きがいのある人生観の確立と社会参加を目指して、月2回程度集まって学習します。

※詳しくは、**お近くの公民館** 又は**公民館事業課**へ

**公民館事業課 神楽3条6丁目（神楽市民交流センター内）** 電話61-6194

## 11 シルバー人材センター

シルバー人材センターでは、旭川市在住の働く意欲がある方（60歳以上）に、臨時的、短期的又は軽易な仕事を紹介しています。シルバー人材センターは、会員登録制です。

なお、シルバー人材センターでは、次のような軽易な仕事を実施しています。

費用は、仕事の内容等により異なりますので、ご相談ください。

### ◎シルバー人材センターの主な仕事

- 除草、草刈
- 軽作業、冬囲い、冬囲い外し、除雪
- 家事サービス
- 日曜大工
- 宛名書き
- 庭木の剪定（樹高が4 m以下）

※詳しくは、公益社団法人 旭川市シルバー人材センターへ  
春光町3639番4 電話51-1600



## 12 図書宅配サービス

図書館の図書・雑誌・CD・ビデオ等を、ボランティアがお届けするサービスを実施しています。

利用できる方は、旭川市内に居住している、原則として65歳以上の方で、おひとりでは来館が困難な方です。

おひとり、図書・雑誌あわせて10冊、CD・ビデオあわせて3点まで、2週間借りることができます。

※詳しくは、旭川市中央図書館（宅配担当）へ  
常磐公園 電話22-4174

## 13 施設利用等の割引・無料見学

高齢者の方を対象に、市有施設等の利用割引及び無料見学を実施しています。

いずれも、健康保険証や免許証など年齢のわかるものを受付でお見せください。

### ◎旭山動物園の無料利用

70歳以上の旭川市民は、無料で利用できます。

※詳しくは、旭川市旭山動物園（東旭川町倉沼）へ 電話36-1104

### ◎北海道立旭川美術館の無料利用

65歳以上の方は、所蔵品展のみ無料で北海道立旭川美術館を利用できます。

※詳しくは、北海道立旭川美術館へ 常磐公園内 電話25-2577

### ◎科学館・博物館・彫刻美術館・井上靖記念館の観覧料割引

70歳以上の旭川市民は、1/2の負担で観覧をすることができます。

※詳しくは、各施設へ

旭川市科学館	宮前1条3丁目	電話31-3186
旭川市博物館	神楽3条7丁目	電話69-2004
中原悌二郎記念旭川市彫刻美術館	春光5条7丁目	電話46-6277
井上靖記念館	春光5条7丁目	電話51-1188

# 経済的支援

## 1 生活保護

生活に困ったときは、生活保護を受けることができます。生活保護は、最低限度の生活を保障し、自分の力によって生活していけるようになるまで援助を行う制度で、次の8つの扶助があります。

- 生活扶助……衣食など日常の生活に必要な費用
- 住宅扶助……家賃や家屋の補修などに必要な費用
- 教育扶助……義務教育に必要な学用品、学校給食費などの費用
- 介護扶助……介護サービスの利用に必要な費用
- 医療扶助……病気やケガなどの治療に必要な費用
- 出産扶助……お産に必要な費用
- 生業扶助……勤めたり、仕事を始めたり、仕事を覚えるために必要な費用
- 葬祭扶助……葬祭のために必要な費用

以上の扶助を受けるためには、いろいろな条件があります。

※詳しくは、生活支援課 相談支援係へ 電話25-9108

## 2 生活つなぎ資金

旭川市に3か月以上住所を有していて、市民税が非課税又は均等割のみ課税されている世帯主の方が、予定外の出費で生活することが難しくなった場合、次の収入日までの必要最小限の金額（原則として食費相当額）をお貸しする制度です。

なお、貸付には条件がありますので、お問い合わせください。

※詳しくは、生活支援課 相談支援係へ 電話25-9108

## 3 在日外国人高齢者等福祉給付金

旭川市内に居住し、住民登録をしている在日外国人高齢者の方（大正15年4月1日以前に生まれた永住者、特別永住者の方）に月額12,000円、障がい者の方（昭和57年1月1日以前に20歳に達し、身体障害者手帳1・2級又は療育手帳Aの交付を受けている方）に月額25,000円の福祉給付金を支給しています。また、一部の帰化者も対象になります。

ただし、生活保護を受けている方や、一定額以上の所得がある場合は支給されません。

なお、ほかにも支給条件がありますので、お問い合わせください。

※詳しくは、長寿社会課 高齢者支援係へ 電話25-6457

## 4 特別障害者手当

在宅の20歳以上で、重度の重複障がいのため常時特別の介護を必要とする方に、月額27,980円の特別障害者手当を支給します（支給額は改定されることがあります。）。

また、一定額以上の所得がある方は対象にならないなど、支給には条件があります。

※詳しくは、障害福祉課 障害福祉係へ 電話25-9855

## 5 水道料金等減額

満70歳以上のひとり暮らしで、水道局と直接契約されている方の水道料金と下水道使用料の基本料金が減額になる制度があります。

なお、家事用以外でご使用の方、集合住宅（アパート・マンション等）にお住まいで、水道料金・下水道使用料を管理人等にお支払いしている方は対象になりません。

※詳しくは、水道局 お客様センターへ（申請前に必ずお問い合わせください。）

上常盤町1丁目 電話24-3163

## 6 福祉電話

70歳以上のひとり暮らしで固定電話及び携帯電話をお持ちでない低所得世帯の方（生活保護を受給していない市・道民税非課税者）に固定電話をお貸しします。

設置費用と基本料金は市が負担します。

※詳しくは、長寿社会課 高齢者支援係へ 電話25-6457

## 7 市税と国民健康保険料の納付相談

市税と国民健康保険料は、納期内に納めていただくのが原則ですが、事情があって納期内に納付できない場合は、事前にご相談ください。

●相談日：月～金曜日（祝日、年末年始を除く。） 午前8時45分～午後5時15分

※詳しくは、納税推進課へ 電話25-5980

## 市民課からのお知らせ

### 住民票請求などの際に本人確認を実施しています。

住民票や戸籍の証明などを請求するときや、転入・転出・転居・戸籍などの届出をするときの請求者や届出人について、本人確認が法律で定められています。市役所や支所の窓口で手続きをする際には、次のいずれかの有効期限内のものをお持ちくださるようお願いします。

- 1 官公署発行の顔写真付きの身分証明書  
・マイナンバーカード・運転免許証・パスポート・住民基本台帳カード（顔写真付き）など
- 2 上記のものがない場合は、次のいずれか2点をお持ちください。  
健康保険証、医療受給者証、介護保険証、年金手帳、年金証書、顔写真付きの社員証・学生証など
- 3 やむを得ず用意できないときは、本人確認に関する質問をさせていただきます。

※なお、代理人による請求や届出の際には、委任状などが必要です。

代理人：住民票請求や転入届等の住民異動届は別世帯の方、  
戸籍証明請求は本人・配偶者・直系者以外の方

### 市民課窓口の開設時間を延長しています。

毎週木曜日に、市民課窓口の開設時間を午後7時まで延長していますのでご利用ください。

◎開設時間 午後5時15分～午後7時

- ◎取扱業務
- ① 戸籍に関する届出（出生、婚姻、離婚、死亡、転籍、その他）
  - ② 住民異動届出（転入、転出、転居、その他）
  - ③ 印鑑登録に関する届出（登録、廃止、亡失、その他）
  - ④ 国民健康保険（加入、脱退、葬祭費の請求）
  - ⑤ 各種証明の発行（戸籍の証明、住民票の写し、印鑑登録証明書、その他）
  - ⑥ 特別永住者証明書の申請・交付
  - ⑦ 火（埋）葬許可及び火葬場使用許可証の発行
  - ⑧ 旅券（パスポート）の申請・交付
  - ⑨ マイナンバーカード（個人番号カード）の申請・交付

※①及び⑦は、木曜日以外にも宿日直で対応しています。

### コンビニエンスストアで土日・祝日や平日時間外にも証明書がとれます。

◎利用できる時間

午前6時30分～午後11時（店舗の営業時間内に限る。）

※年末年始、土日祝日も利用できます。

◎利用できない日

- 機械の保守点検日

◎取得できる証明書

- 住民票の写し
- 戸籍全部事項証明書（謄本）
- 印鑑登録証明書
- 戸籍個人事項証明書（抄本）
- 所得課税証明書
- 戸籍附票の写し

◎市内で利用できる店舗

- セブン-イレブン
- ローソン
- セイコーマート
- イオン北海道
- サッポロドラッグストアー

※その他全国のマルチコピー機設置のコンビニエンスストア等で利用できます。

※戸籍証明書は旭川市に本籍がある方

※利用には、暗証番号（利用者証明用電子証明書）を登録したマイナンバーカードが必要です。マイナンバーカードの取得申請は、随時受け付けています。市の窓口のほか、郵送やパソコン、スマートフォンでも申請できます。

※詳しくは、市民課へ 電話25-6204

※所得課税証明書については、税制課へ 電話25-5604

# 年金・税

## 1 国民年金

### 老齢給付

○大正15年4月1日以前に生まれた方（旧制度適用）

老 齢 年 金	国民年金の保険料を納めた期間（保険料を免除された期間も含む）だけで資格期間（生年月日で短縮あり）を満たす人に65歳から支給されます。
通算老齢年金	老齢年金には該当しないが他の公的年金の加入期間などと通算すると資格期間（生年月日で短縮あり）を満たす人に65歳から支給されます。

○大正15年4月2日以後に生まれた方（新制度適用）

老齢基礎年金	国民年金の保険料を納めた期間（保険料を免除された期間、合算対象期間も含む）などで資格期間（生年月日で短縮あり）を満たす人に65歳から支給されます。
--------	---

※ただし、大正15年4月2日以後に生まれた方でも、一部の方については旧制度が適用されます。

### 老齢福祉年金

明治44年4月1日以前に生まれた方などに支給される年金です。

ただし、受給している本人の他の公的年金の受給状況や、本人及び扶養義務者の所得額に応じて、年金の一部又は全額が支給停止になることもあります。

※詳しくは、市民課 国民年金担当へ 電話25-6306

なお、厚生年金や共済年金など他の公的年金については、それぞれの関係機関にお問い合わせください。

## 2 税控除

税金には、いろいろな控除があり、高齢者にかかわる主なものとして次の控除があります。

70歳以上の高齢者を扶養した場合の老人扶養控除	控除額：所得税48万円，市民税・道民税38万円 ※なお，両親，祖父母などの直系尊属と同居の場合（配偶者の両親，祖父母なども含む）には，この控除額に所得税10万円，市民税・道民税7万円がさらに加算されて控除されます。
配偶者が70歳以上の場合の老人配偶者控除	控除額：所得税48万円，市民税・道民税38万円 ※扶養する方の合計所得金額が，900万円を超える場合には控除額が減額になり，1,000万円を超える場合には適用されません。

※このほか、障害者控除、同居特別障害者控除などさまざまな控除があります。

※詳しくは、市民税課へ 電話25-5786

## ○おむつ代の医療費控除に係る情報確認回答書

初めておむつ代の医療費控除を受ける時は、医師が発行する「おむつ使用証明書」が必要です。

控除を受けることが2年目以降の方で、一定の要件に該当する場合は、医師が発行する「おむつ使用証明書」に代わる書類（おむつ代の医療費控除に係る情報確認回答書）を発行することができます。

### 対象となる条件

対象となる方	要介護認定を受けていて、おむつ代の医療費控除を受けることが2年目以降の方（既に一度おむつ代の医療費控除を受けていることが必要です。）
主治医意見書の要件	① おむつを使用した年が要介護認定の有効期間内であること。 ② 上記要介護認定の審査判定時に用いた主治医意見書が以下の要件を満たしていること ● 障がい高齢者の日常生活自立度がB1, B2, C1, C2のいずれかであること。 ● 「尿失禁の発生の可能性」の記載があること。

※詳しくは、介護保険課 介護認定係へ 電話25-5355

### 【おむつ代の医療費控除に関する問合せ】

詳しくは、旭川中税務署（電話90-1451）、旭川東税務署（電話23-6291）、又は市役所市民税課（電話25-5786）へ

## ○障害者控除対象者認定申請

身体障害者手帳、精神障害者保健福祉手帳及び療育手帳の交付を受けていない65歳以上の方で、身体の障がい又は認知症の状態が、一定の基準に該当すると市が認定した場合は、障害者控除を受けるのに必要な「障害者控除対象者認定書」を発行することができます。

※次の要件の全てに該当することが必要です。

- 旭川市民で満65歳以上の方（確定申告や年末調整の対象となる年の12月31日現在）
- 要支援・要介護認定を受けている方、又は長期入院中で、病状が安定した状態にあり、治療のため要介護認定を受ける必要のない方
- 身体障害者手帳、精神障害者保健福祉手帳又は療育手帳の交付を受けていない方
- 所得税や住民税が課税されている方（本人又はその扶養者）

※身体や認知症の状態が障害者又は特別障害者に相当するかは要介護認定調査の資料を基に市が判定します。要介護度のみで一律に判断するものではありません。

※詳しくは、介護保険課 介護認定係へ 電話25-5355

### 【障害者控除に関する問合せ】

詳しくは、旭川中税務署（電話90-1451）、旭川東税務署（電話23-6291）、又は市役所市民税課（電話25-5786）へ

# 各種相談

## 1 高齢者に関わる相談

### (1) 地域包括支援センター

高齢者が住み慣れた地域で安心して暮らしていくために、高齢者に関する相談を受ける地域包括支援センターを設置しています。社会福祉士、保健師、主任ケアマネジャー、旭川市が独自に配置している精神保健福祉士が連携して、高齢者の支援を行います。相談された内容や、個人の秘密は守られますので、お気軽にご相談ください。

○地域包括支援センターは、次の仕事を行います。

- 本人、家族、地域の方から様々な相談を受け、適切なサービス等につなぐとともに、継続的な支援を行います。
- 高齢者に対する虐待防止への対応や成年後見制度の活用支援などを行います。
- いつまでも元気で暮らすために「介護予防」のお手伝いをします。
- 認知症高齢者やその家族を支えるため、関係機関との連携を図りながら継続的な支援を行います。

○お住まいの住所により、担当の地域包括支援センターが決まっています。

中央 地域包括支援センター	6条通4丁目 (旭川勤労者福祉会館内)	電話23-6022
豊岡 地域包括支援センター	豊岡3条3丁目5番10号 (東部まちづくりセンター内)	電話35-2275
東旭川・千代田 地域包括支援センター	東旭川北1条6丁目2番3号 (東旭川支所内)	電話36-5577
東光 地域包括支援センター	東光5条2丁目2番6号 (東部住民センター内)	電話76-6020
新旭川・永山南 地域包括支援センター	永山2条5丁目4番地	電話40-3003
永山 地域包括支援センター	永山3条19丁目4番15号 (永山市民交流センター内)	電話40-2323
末広・東鷹栖 地域包括支援センター	東鷹栖4条3丁目636番地 (東鷹栖地域センター内)	電話76-5065
春光・春光台 地域包括支援センター	春光5条4丁目1番16号 (北部住民センター内)	電話54-1165
北星・旭星 地域包括支援センター	川端町6条10丁目2番16号	電話46-6500
神居・江丹別 地域包括支援センター	神居2条10丁目3番8号	電話76-5511
神楽・西神楽 地域包括支援センター	緑が丘東3条1丁目10番30号 (緑が丘地域活動センター内)	電話66-5351

- 開設日 月曜日～金曜日（祝日、年末年始を除く。）
- 開設時間 午前9時～午後6時

※詳しくは、長寿社会課 地域支援係へ 電話25-5273

## (2) 介護119番（介護総合相談）

高齢者介護に関する総合相談窓口「介護119番」を開設しています。

介護や医療、保健、福祉などに関する情報提供や支援を行っていますので、お気軽にご利用ください。

※面接相談が必要な方はご予約をお勧めします。

- 開設場所：6条通9丁目 旭川市総合庁舎2階  
長寿社会課内
- 開設時間：月～金曜日（祝日、年末年始を除く。）  
午前8時45分～午後5時15分
- 専用電話：電話25-9119



## 2 健康相談

### (1) こころの健康相談

心の健康に不安がある方、依存症、自殺に関する事等で困っている方やそのご家族からの相談を電話・面接（予約制）でお受けします。

- 相談日：月～金曜日（祝日、年末年始を除く。） 午前8時45分～午後5時15分
- ※詳しくは、健康推進課 こころの健康係へ 電話25-6364

### (2) 難病相談

難病をお持ちの方やそのご家族から療養等に関する相談を電話・面接でお受けします。

- 相談日：月～金曜日（祝日、年末年始を除く。） 午前8時45分～午後5時15分
- ※詳しくは、健康推進課 健康推進係へ 電話25-6315

## 3 民生委員

民生委員は、地域住民の福祉増進のために、常に住民の立場に立った相談・支援活動を行っています。生活に困っている、身体が不自由など、いろいろな問題で悩んでいる方はいませんか。

相談された内容や身の上などの個人の秘密は守られますので、お気軽に地域の民生委員にご相談ください。

- ※お住まいの地域を担当する民生委員の確認は、福祉保険課 地域福祉係へ 電話25-6425

## 4 旭川まちなかしごとプラザ（旭川市職業相談室）

市の相談員が生活・就労相談を行うほか、ハローワークまちプラコーナーの相談員による職業紹介等を行っています。室内には、ハローワーク旭川にあるものと同じ「求人情報一覧表」、「求人情報検索パソコン」が置かれているほか、お仕事の紹介では「紹介状」をお渡しできます。

また、ジョブカフェ・ジョブサロン旭川、マザーズ・キャリアカフェ旭川では、専任のアドバイザーによる職業相談や履歴書の書き方などの各種就職セミナーを行っています。

※ハローワークで求職登録されている方は、「ハローワークカード」（雇用保険の受給手続きをされている方は「雇用保険受給資格者証」）をお持ちください。

●開設場所：旭川市1条通8丁目 フィール旭川2階

●開設時間及び電話番号

旭川市職業相談室・ハローワークまちプラコーナー（電話23-1401）

火～土曜日（日曜日、月曜日、祝日、年末年始を除く。）午前10時30分～午後7時

ジョブカフェ・ジョブサロン旭川、マザーズ・キャリアカフェ旭川（電話26-8808）

月～金曜日（土曜日、日曜日、祝日、年末年始を除く。）午前10時30分～午後5時30分

●駐車料金：フィール旭川指定駐車場は1時間まで無料

※詳しくは、経済総務課 雇用労政係へ 電話25-7152

## 5 旭川市社会福祉協議会ボランティアセンター

### (1) ボランティアに関する相談など

ボランティア活動をしたい方や、ボランティアを必要としている方などの、ボランティアに関する相談を受け付けています。また、ボランティア養成研修等を行っています。

### (2) 愛情銀行

市民から善意で寄せられる日用品や介護用品などの物品の「橋渡し」をしています。

寄附物品は、寄附者の意向に沿って、福祉施設や福祉関係団体にお渡しするなどし役立てられています。

### (3) ボランティア振興基金

市民から寄附（預託）いただいた金銭を基金に積立て、ボランティア情報の発信や福祉教育の推進、災害対応のための備品整備などボランティア活動の振興に活用しています。

### (4) 介護用品の貸出

愛情銀行に寄贈された物品（車いす等）を高齢者・障がい者等で一時的に必要とする方へ貸し出しています。貸出には一定の要件があります。なお、今後貸出の有料化を予定しています。

(1)～(4) について

※詳しくは、旭川市社会福祉協議会へ

5条通4丁目 旭川市ときわ市民ホール1階 電話23-0742

## 6 地域まるごと支援員

日常生活において支援が必要な方に対する生活上の手伝いに関するボランティアのマッチング等を行い、地域における支え合い活動の仕組み作りをサポートしています。

また、福祉制度の狭間や複雑化・複合化した福祉的な課題を抱える方に関する相談や各種支援について、関係機関と連携しながら柔軟に対応しています。

※詳しくは、旭川市社会福祉協議会 地域共生課 包括的支援体制整備事業担当へ  
5条通4丁目 ときわ市民ホール1階 電話23-0742

## 7 認知症に係る家族の交流

認知症の方の家族と、かつて経験したことのある家族が会を結成し、家族の集い、介護講座、相談事業などの活動を行っています。

※詳しくは、旭川認知症の人と家族を支える会（やまびこの会）へ 電話52-7760  
認知症介護の家族の会（ほっとひととき）へ 電話90-1449  
若年認知症家族会（旭川ひまわりの会）へ 電話090-3898-0418

## 8 市民相談センター

### ○一般市民相談

日常生活全般の悩みごとなどの相談を受け、必要に応じて関係機関を紹介し、問題解決へのアドバイスを行っています。

●相談日：月～金曜日（祝日、年末年始を除く。） 午前8時45分～午後5時15分

### ○無料法律相談

弁護士による日常生活全般の無料法律相談を実施しています。ご相談を希望される方は事前に電話でお申込みください。

●相談日：毎月第1～第4木曜日（祝日、年末年始を除く。） 午後1時～午後4時

※詳しくは、市民相談センターへ

7条通10丁目 旭川市第二庁舎2階（新庁舎移転後は、「7条通9丁目 旭川市総合庁舎2階」です。） 電話26-1998

## 9 消費生活相談

悪質商法による被害や電話勧誘等による契約トラブル、商品事故の苦情等といった消費生活に関する相談に応じ、問題解決のための助言やあっせん等を行っています。困ったときはご相談ください。

●相談日：月～金曜日（祝日、年末年始を除く。）

午前9時～午後5時

※詳しくは、旭川市消費生活センターへ

1条通8丁目 フィール旭川7階 電話22-8228



## 10 住宅建築相談

快適な住まいづくりのため、新築、増築、リフォーム等の計画がある方はご相談ください。

- 相談日：月～金曜日（祝日、年末年始を除く。）

※詳しくは、一般財団法人北海道建築指導センター旭川支所へ  
（午前10時～午後4時）電話22-8894

## 11 旭川市結婚相談所

結婚を希望する方の相談に応じています。直接おこしてください。また、年に数回、出会いのパーティーも行っています。

- 相談日：月・水・金曜日（祝日、年末年始を除く。）午前10時～午後4時  
第1から第4日曜日（祝日、年始を除く。）午前10時～午後4時

※詳しくは、旭川市結婚相談所へ  
1条通8丁目 フィール旭川7階 電話23-6588

## 12 警察相談窓口

警察では、身の回りにおける出来事で生活の安全等に関する幅広い相談をお受けしています。

旭川方面本部相談センター 1条通25丁目 電話#9110 又は 34-9110

※「#9110」はプッシュ回線電話、公衆電話、携帯電話で利用可能

旭川中央警察署相談室 6条通10丁目 電話25-0110（内線217）

旭川東警察署相談室 1条通25丁目 電話34-0110（内線217）

## 13 安全運転相談窓口

自動車等の安全な運転に不安がある高齢ドライバーやそのご家族からの相談に対して、必要な助言・指導を行なうほか、運転免許証の自主返納手続きについてご案内しています。

- 利用時間：午前8時45分～午後5時（土日祝を除く。）

※詳しくは、旭川方面本部交通課旭川運転免許試験場適性審査係へ  
電話#8080 又は 51-2489

## 14 旭川のいのちの電話

さびしいとき  
悩んでいるとき

名前を言う必要は  
ありません

秘密を守ります

思想や宗教は  
尊重します

相談員は、訓練を受け、認定されたボランティアです。

◇いのちの電話 電話23-4343（ふたりで話してみようしみじみと）

- 相談日：月曜日 午前0時～午後3時30分  
火・水曜日 午前9時～午後3時30分  
木曜日 午前9時～翌午前0時  
金～日曜日，祝日 24時間対応

## 15 動物愛護センター（あにまある）

長期入院や施設入所などによりペットを飼い続けることが困難になり、新しい飼い主も見つからない場合は、動物愛護センターへご相談ください。

この他、ペットを正しく飼い続けることについて、問題や不安がある場合にはご相談ください。

- 相談日：月～金曜日（祝日，年末年始を除く。） 午前8時45分～午後5時15分

※詳しくは、動物愛護センターへ 電話25-5271

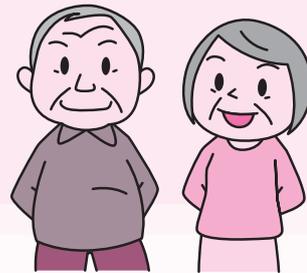
# 『もしものとき』について考えてみませんか

誰でも、いつでも、命に関わる大きな病気やケガをする可能性があります。

命の危険が迫った状態になると、約70%の方が、これからの医療や介護などを自分で決めたり、望みを人に伝えたりすることができなくなると言われています。

自分が希望する医療や介護について、大切にしていることや望んでいること、どこでどのような医療や介護を受けたいかを、日頃から考え、家族など大切な人たちと話し合っておくと安心です。

生活の中で  
大切にしている事は  
何ですか？



何かあったときに  
誰に連絡して欲しいですか？

どこで過ごしたいですか？

- できるだけ自宅にいたい
- 病院で医療を受けたい
- 施設に入りたい など



どのような医療やケアを望みますか？

- できるだけ延命治療をしてほしい
- 痛みや苦しみをのぞく医療をしてほしい
- 延命治療はしないでほしい など



食事をとることができなくなったら・・・

- 胃ろうなどで栄養を入れてほしい
- 点滴をしてほしい
- そのまま自然に任せたい など

自分らしく生きるために、自分の思いを伝えたり、文書に残しておくことが「もしものとき」に家族など大切な人の支えになります。

市販のエンディングノート等を活用して整理しておく方法もあります。

【旭川市ホームページ】

「自分らしく生き活きと暮らし続けるためには…」

掲載場所：トップページ>暮らし>健康・福祉・衛生・ペット>高齢者支援・介護保険>その他

URL：<https://www.city.asahikawa.hokkaido.jp/kurashi/135/160/170/d073174.html>



ルールを守って

# 交通安全！

高齢者が犠牲になる交通事故が増加しています。

## ■無理な横断をしていませんか？

- 道路の横断は近道をせず、近くに横断歩道があるときは必ず横断歩道をわたりましょう。
- 車は急に止まれません。車が来ていないか安全を確認しましょう。
- 車の直前直後や、車の間をぬっての横断はやめましょう。
- 右から来る車だけでなく、左からの車にも注意しましょう。



## ■夜の安全は、自分を見せることです。

- 夜の外出には、夜光反射材を身につけましょう。
- 運転者から見やすいように、明るい色合いの服装を心がけましょう。
- 道路照明のあるところなど、明るい場所を渡りましょう。

## ■自転車も車の仲間です。交通ルールを守りましょう！

- 急に飛び出すのは危険です。交差点では一時停止をして安全を確かめましょう。
- 「70歳以上の人」や「車道通行が危険な場合」は、法令で歩道通行が認められています。
- 自転車事故による被害を軽減するために乗車用ヘルメットを着用しましょう。

この冊子の作成に当たっては、各関係機関・団体のご協力をいただきました。  
掲載の内容につきましては、令和5年4月1日現在のものです。

この冊子についてのお問合せは、長寿社会課まで

旭川市6条通9丁目 旭川市総合庁舎2階（新庁舎移転後は、「旭川市7条通9丁目 旭川市総合庁舎2階」です。）

旭川市 福祉保険部 長寿社会課 地域包括ケア推進係

電話 25-9797

ファックス 29-6404

メールアドレス chojushakai@city.asahikawa.lg.jp

旭川市のホームページ <https://www.city.asahikawa.hokkaido.jp/>



その他

介護予防に関するお問合せは………長寿社会課	地域支援係	電話25-5273
高齢者の生きがいづくりや		
生活の支援に関するお問合せは………長寿社会課	高齢者支援係	電話25-6457
介護保険料に関するお問合せは………介護保険課	介護保険料係	電話25-5356
要介護認定に関するお問合せは………介護保険課	介護認定係	電話25-5355
介護サービスに関するお問合せは………介護保険課	管理給付係	電話25-6485

■緊急のときの連絡先

	名前	住所	電話	関係
1				
2				
3				
4				
5				

■かかりつけの病院

	病院名	住所	電話	病名等
1				
2				
3				
4				
5				



ご希望やご相談は、直接担当課又は関係機関へ連絡されるか、担当の民生委員又は地域包括支援センターへご連絡ください。

担当の民生委員		担当の地域包括支援センター	
氏名		氏名	
住所		住所	
電話番号		電話番号	