

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

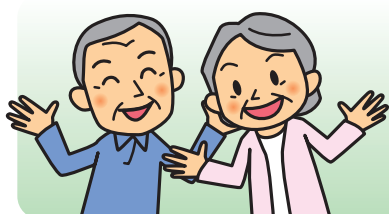
『もしものとき』について考えてみませんか 82

■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