

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

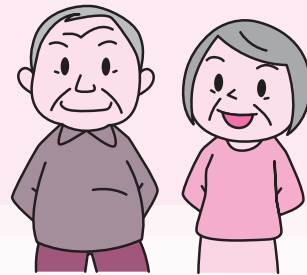
『もしものとき』について考えてみませんか

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>



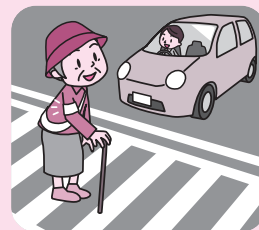
ルールを守って

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