

一般介護予防事業（お住まいの地区の地域包括支援センター）



健幸出前講座	5名以上の集会に対し、以下のメニューで行います。 ※利用料無料 ≪メニュー≫転倒予防（体カチェック・体操）、脳活性の秘けつ（認知症予防）、口腔ケアや口腔体操と食事のポイント、権利擁護 など
いきいき百歳体操	いきいき百歳体操は、高知市発祥の体操で、手首・足首に錘を装着し、椅子を使ってゆっくり身体を動かす体操です。概ね5名以上で、週1回以上継続してこの体操を実施する自主グループに対し、バンドと錘、DVDの貸し出しや体力測定などの支援を行います。

在宅生活の事業や介護者支援（地域包括ケア推進室）

認知症カフェ（おいで～家カフェ）	認知症の人やその家族、地域の人等、誰でも参加できます。情報交換や脳活性の活動等を行い居心地の良い時間を過ごせるようカフェをYYふれあいセンター健康相談室に設置しています。※毎月第4木曜日
認知症高齢者家族等支援事業	認知症により徘徊の恐れのある40歳以上の人の家族等が、GPS（位置情報サービス）を定期的に発信する携帯型見守り専用端末の購入やレンタルを費用負担する場合、初回費用を上限2万円まで補助し、精神的・経済的支援を行います。
「食」の自立支援事業	安否確認が必要で、調理や食材調達が困難な65歳以上の独り暮らしまたは高齢者のみの世帯の方に必要に応じてお弁当を配達し、見守りを行います。 ※個人負担金：650円/食（課税世帯）、400円/食（非課税世帯）
家族介護用品支給事業	常時介護を必要としている方を在宅で介護している家族に上限8,000円/月の紙オムツ等の介護用品を支給します。 ※市内在住の家族で、要介護4または5と認定された方を介護されている方で、住民税非課税世帯に属する方が対象

高齢福祉事業や介護者支援（高齢福祉班）

家族介護見舞金支給事業	要介護4または5の方を、介護している家族に見舞金を支給します。 ※同居家族に限る（所得制限、日数基準あり）
地域見守り体制整備事業	慢性疾患等のある65歳以上の独り暮らしまたは高齢者のみの世帯の家に緊急通報装置を設置し、定期的に安否確認を行い、急病等の緊急事態に素早く対応します。 ※個人負担金：440円/月（収入によって免除あり）
養護老人ホーム	環境上の理由および経済的理由等により、在宅での生活が困難な概ね65歳以上の方が入所できます。 ※所得等による利用者負担・扶養義務者負担あり
福祉タクシー助成事業	要介護認定1、2、3、4、5をお持ちの在宅生活者にタクシー料金の助成を行っています。※利用券の交付枚数：500円/年48枚。10月以降の申請は24枚。

令和7年度



長門市高齢者支援に関するお知らせ

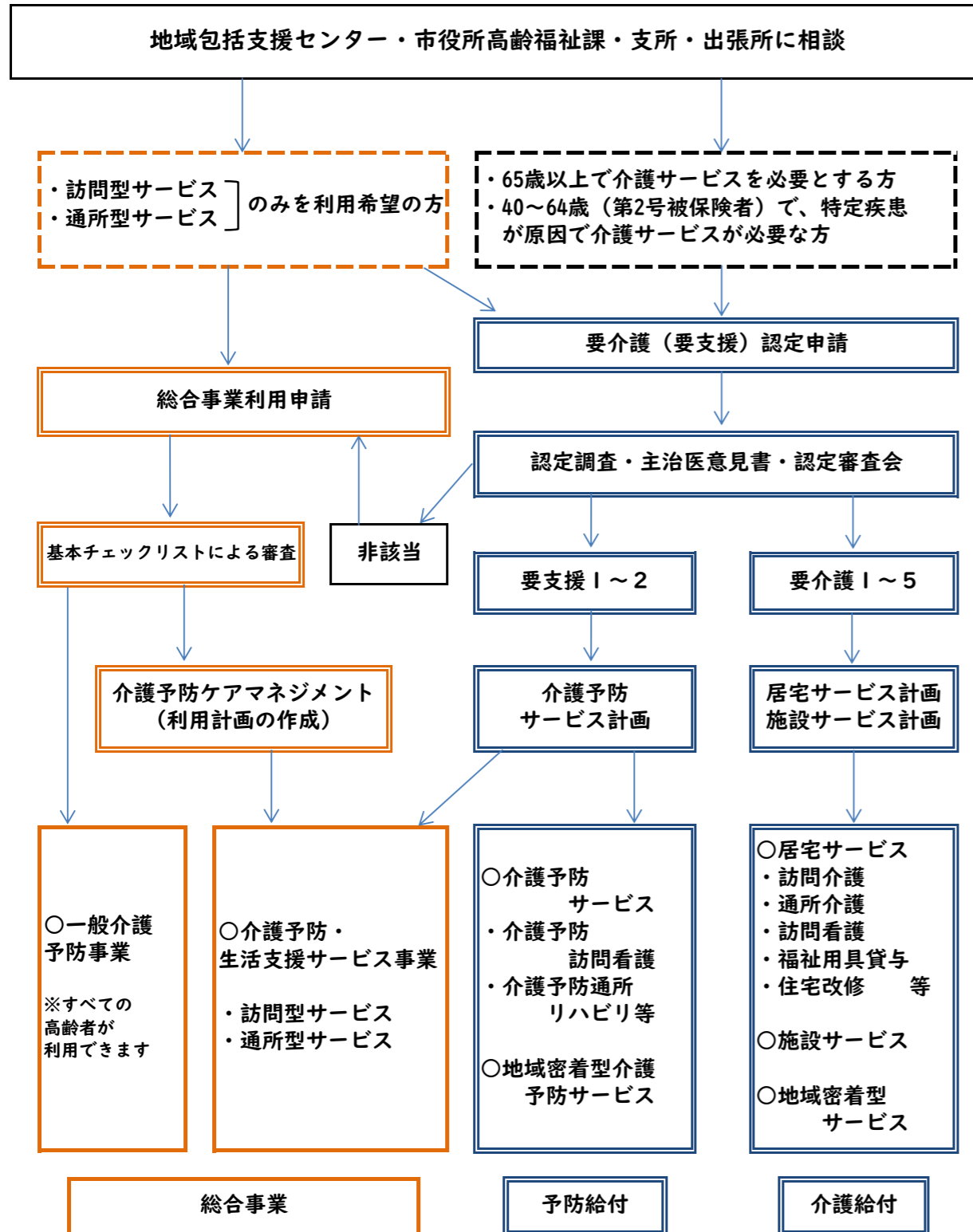


名称	地区	電話番号
長門市地域包括支援センター	深川・俵山	0837 (23) 1244
長門市東地域包括支援センター	通・仙崎 三隅	0837 (27) 0410
長門市西地域包括支援センター	日置・油谷	0837 (33) 2020

名称	電話番号
長門市役所 高齢福祉課	高齢福祉班 0837 (23) 1157
	福祉総合相談窓口 0837 (27) 0035
	介護支援班 0837 (23) 1158

介護保険サービス利用の手続きについて

利用までの流れ



●介護保険と同時に申請することはできませんが、総合事業対象者となった後、いつでも介護保険の申請をすることができます。

総合事業で利用できるサービス

訪問型サービス (短期集中予防サービス)

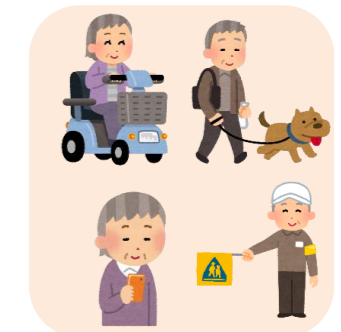
リハビリ専門職と面談し、元の生活に戻るお手伝いをします。セルフマネジメント（自分で自分の調子を整える）能力を身につけ、利用者が元気になることを目指すサービスです。



①生活のしづらさを解消する



②セルフマネジメントが可能になり自信をもって生活ができるようになる



③地域資源を活用した活動的な暮らしを獲得する

訪問型サービス (自立支援型・緩和型)

日常生活を送る中で、利用者本人に必要な支援が受けられます。



利用者のための一般的な調理や片付け



生活必需品の買い物



普段使っている部屋の掃除



利用者の服などの洗濯



ゴミ出し
....など

通所型サービス (自立支援型・地域版)

体操や趣味活動等の各種活動を通じ、健康の保持増進、介護予防に取り組みます。



デイサービスに行きます



健康チェック



お昼ご飯



プログラムが終わったら帰ります



レクリエーションや体操など
(機能訓練活動)

※事業所により、内容や順番は異なります。

住み慣れた地域で、どのような暮らしを送りたいのか。これまでの暮らしを参考に、自分でできる活動を増やし、社会参加につながるよう介護予防に取り組みましょう。

介護予防ケアマネジメントを実施する事業所

事業所名	提供地域						
	通	仙崎	深川	俵山	三隅	日置	油谷
1 長門市地域包括支援センター			○	○			
2 長門市東地域包括支援センター	○	○			○		
3 長門市西地域包括支援センター						○	○
4 (委託) 岡田病院居宅介護支援センター	○	○	○	○	○	○	○
5 (委託) 恵光苑居宅介護支援事業所	○	○	○	○	○	○	○
6 (委託) 居宅介護支援事業所しあわせ長門	○	○	○	○	○	○	
7 (委託) ゆもと苑居宅介護支援事業所	○	○	○	○	○		
8 (委託) 生き生きネットみすみ	○	○	○	○	○	○	○
9 (委託) 明和苑居宅介護支援事業所	○	○	○	○	○	○	○
10 (委託) 福寿会居宅介護支援事業所	○	○	○	○	○	○	○
11 (委託) へき楽園居宅介護支援事業所	○	○	○	○	○	○	○
12 (委託) 居宅介護支援事業所ケアホームありす	○	○	○	○	○	○	○
13 (委託) 養寿苑居宅介護支援事業所						○	○
14 (指定・委託) 長門市社協ゆや居宅介護支援事業所						○	○

訪問型サービスを実施する事業所

●短期集中予防サービス

事業所名	利用料
1 岡田病院	利用者負担なし
2 サンライズ21	
3 長門総合病院	
4 訪問看護ステーション こころの樹	

●自立支援型ヘルプサービス

事業所名	利用時間	利用料 (表示は1割分)
標準的なサービス	—	287円
生活援助が中心のサービス	20～45分	179円
	45分～	220円
短時間の身体介護	—	163円

●緩和型ヘルプサービス

事業所名	利用料 (表示は1割分)
長門市シルバー人材センター	(45分未満の生活援助)
	130円
	(45分以上の生活援助)
	160円

※利用料は介護保険負担割合証に基づきます (1～3割)

事業所名	提供地域						
	通	仙崎	深川	俵山	三隅	日置	油谷
1 ゆもと苑指定訪問介護事業所	○	○	○	○	○	要相談	
2 訪問介護事業所はればれ長門	○	○	○	○	○	○	
3 ヘルパーステーションしあわせ長門	○	○	○	○	○	○	
4 ヘルパーステーション生き生きネットみすみ	○	○	○	要相談	○	要相談	要相談
5 ヘルパーステーションひまわり長州						○	
6 長門市社協ゆや訪問介護事業所							○

●健幸支え合いサービス

ほのぼのサービスへき 【日置地区社会福祉協議会 TEL37-3937】 提供地域：日置	
サービス内容 (利用券方式)	ごみの分別300円/回、ゴミだし100円/回、話し相手200円/1時間毎
	宅地敷地内草むしり 500円/30分毎、畑の掘り返し600円/30分毎
	電球交換100円/回、神棚の榊上げ100円/回、電球・榊の購入は+300円/回ほか実費
	軽微な作業 (30分程度) 300円/30分毎

通所型サービスを実施する事業所

●自立支援型デイサービス

利用頻度	対象	利用料（表示は1割分）
週1回の利用	事業対象者 要支援1	436円/回 + 実費（食事代） ※月4回を超えるときには1,798円/月
週2回の利用	事業対象者 要支援2	447円/回 + 実費（食事代） ※月8回を超えるときには3,621円/月

※利用料は介護保険負担割合証に基づきます（1～3割）

事業所名	所在地	提供地域							
		通	仙崎	深川	俵山	三隅	日置	油谷	
1 恵光苑デイサービスセンター	東深川	○	○	○	○	○	○	○	○
2 デイサービスセンターしあわせ長門	東深川		○	○	○				
3 いそしばデイサービス	東深川	○	○	○	○	○	○	○	○
4 花と月	西深川	○	○	○	○	○	○	○	○
5 ひとやすみ	西深川	○	○	○	○	○	○	○	○
6 デイサービスゆったり	渋木	○	○	○	○	○	○	○	○
7 長門市社協かよいデイサービスセンター	通	○							
8 デイサービスセンター明和苑	三隅		○	○		○			
9 清風ポラリスデイサービスセンター	三隅	○	○	○		○			
10 きんさい家	三隅	○	○	○	○	○	○	○	○
11 へき楽園デイサービスセンター	日置			一部			○	一部	
12 小規模デイサービス虹	油谷	○	○	○	○	○	○	○	○
13 長門市社協ゆやデイサービスセンター	油谷								○
14 養寿苑デイサービスセンター	油谷						一部	○	
15 リハビリ型デイサービスかなで	油谷						○	○	

●地域版デイサービス

利用頻度	対象	利用料（表示は1割分）							
週1回利用	事業対象者 要支援1・2	285円/回 + 実費（食事代） （※利用料は介護保険負担割合証に基づきます（1～3割））							
事業所名	会場	提供地域							
		通	仙崎	深川	俵山	三隅	日置	油谷	
1 長門市社会福祉協議会	仙崎人工島多目的集会所		○						
2 長門市社会福祉協議会	深川老人憩いの家			○					
3 NPO法人ゆうゆうグリーン俵山	俵山生きがいの館				○				
4 長門市社会福祉協議会 三隅支所	三隅保健センター					○			

●健幸支え合いサービス

まちかふえ事業【深川地区社会福祉協議会】	
田屋まちカフェ	田屋公会堂にて、毎週水曜日 10時～15時まで 毎週木曜日 13時～16時まで（将棋）
渋木まちカフェ	JA渋木ふれあい店舗にて、月1回 第2木曜日 10時～12時まで