



# 高齢者福祉

## 高齢者のみなさんのために

問 長寿包括ケア課 ☎898-6134

### 高齢者へのサービス

| サービス名                  | 支援の内容                                                                      |
|------------------------|----------------------------------------------------------------------------|
| 支援が必要な人やひとり暮らし高齢者のサービス | 生活管理指導短期宿泊、配食サービス、布団丸洗い・乾燥サービス、緊急通報電話の設置、電話訪問、公衆浴場無料入浴券、ボランティア訪問、養護老人ホーム入所 |
| 介護を必要とする人のサービス         | おむつサービス、出張理・美容サービス、高齢者介護慰労金、成年後見制度利用支援                                     |
| 生きがい支援のサービス            | 敬老祝金贈呈                                                                     |
|                        | はり・きゅう・マッサージ施術料助成                                                          |
|                        | 88歳、100歳                                                                   |
|                        | 70歳以上                                                                      |

### 老人福祉センター

| 老人福祉センター名 | 所在地         | 電話        |
|-----------|-------------|-----------|
| しきしま      | 荒牧町1154-1   | ☎233-2121 |
| ひろせ       | 広瀬町二丁目16    | ☎261-0880 |
| おおとも      | 大友町一丁目12-10 | ☎252-3077 |
| かすかわ      | 粕川町前皆戸189-1 | ☎285-3801 |
| ふじみ       | 富士見町田島866-1 | ☎288-6113 |

### その他の施設・団体など

| 施設・団体名        | 電話        |
|---------------|-----------|
| 前橋市社会福祉協議会    | ☎237-1112 |
| 前橋市老人クラブ連合会   | ☎219-0777 |
| 前橋市シルバー人材センター | ☎254-5022 |

65歳以上(ふじみは60歳以上)の人は無料で利用できます。

## 介護保険のサービス

問 介護保険課 ☎898-6157

### 介護保険サービスを受けられる人

65歳以上の介護や支援が必要になった人と、40歳から64歳までの国の定める病気(16種の特定疾病※)が原因で介護や支援が必要になった人で、要介護認定・要支援認定を受けた人

※16種の特定疾病とは、介護を必要とする原因となった心身の障害が、がん末期や初老期認知症、脳血管疾患などの老化に起因する、国が定める疾病。

〈以下は広告スペースです〉

～人と人との、ぬくもりと絆を大切に、  
家庭的環境で安心できる施設を目指します。～

**powerhouse**  
住宅型有料老人ホーム

施設名称 住宅型有料老人ホーム パワーハウスZEN  
施設名称 訪問介護事業所 パワーセンターZEN  
指定年月日 平成30年4月1日  
訪問介護 許可番号 No.1070801558  
指定障害居宅介護 許可番号 No.1010800603  
生活保護法 指定番号 前介第680号  
外部連携サービス  
デイサービス・半日デイサービス・美容室サービス

4つの約束

- パワー溢れる介護
- 何事にも全力投球
- 笑顔 いっぱいの介護
- 仲間(職員)と協力

〒371-0132 群馬県前橋市五代町1185-8  
TEL 027-225-2220 FAX 027-225-2221  
E-mail : info@powercare.jp

パワーハウスZEN 検索

## 介護保険サービスを利用するには

問 介護保険課 ☎898-6155、☎898-6137

大胡支所市民サービス課 ☎283-0114

粕川支所市民サービス課 ☎285-4114

宮城支所市民サービス課 ☎283-2132

富士見支所市民サービス課 ☎288-1942

### 介護保険の要介護認定・要支援認定

| 申請する場所                                          | 用意する物                                            |
|-------------------------------------------------|--------------------------------------------------|
| 市役所介護保険課、大胡・宮城・粕川・富士見支所<br>(居宅介護支援事業所などの代行申請も可) | 介護保険の被保険者証、40歳から64歳までで16種の特定疾病に該当する人は医療保険証(コピー可) |

〈以下は広告スペースです〉

群馬県を中心に62の介護事業所を展開

 ケアサプライシステムズ株式会社

毎日を笑顔で過ごせるよう介護・看護の両面からサポート

藤和の杜 (介護付有料老人ホーム)

藤和の奏 (介護付有料老人ホーム)

藤和の華 (住宅型有料老人ホーム)



グループホームなでしこ

グループホームつば



前橋市内  
9  
事業所

- ・介護付有料老人ホーム：2
- ・住宅型有料老人ホーム：1
- ・認知症高齢者グループホーム：2
- ・通所介護：1
- ・訪問介護：2
- ・居宅介護支援：1

入居・入職に関するお問い合わせ  
本部・高崎市島野町 890-8

☎ 0120-940-970

Q ケアサプライシステムズ

検索



高齢者福祉

### ユニバーサルデザインでみんなが快適に

「ユニバーサルデザイン」とは、「すべての人のためのデザイン」を意味し、年齢や性別、障がい、身体的能力などの違いにかかわらず、どの人にとってもわかりやすく、利用しやすく設計(デザイン)された空間や建物、製品などのことをいいます。

例えば  
この本も



ピクトグラム

色弱者の方に  
配慮した  
ユニバーサル  
デザインカラー



読みやすく、  
誤読されにくい  
ユニバーサル  
デザインフォント

さまざまな  
工夫を  
しています



# 介護保険で利用できるサービス

問 介護保険課 ☎898-6157

## 要介護1～5と認定された人

| サービスの種類   | 利用できるサービス                         |
|-----------|-----------------------------------|
| 居宅サービス    | 訪問介護(ホームヘルプサービス)                  |
|           | 訪問入浴介護                            |
|           | 訪問看護                              |
|           | 訪問リハビリテーション                       |
|           | 居宅療養管理指導                          |
|           | 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(ショートステイ)                 |
|           | 短期入所療養介護(医療型ショートステイ)              |
|           | 福祉用具貸与                            |
|           | 特定福祉用具購入費支給                       |
|           | 住宅改修費支給                           |
|           | 特定施設入居者生活介護                       |
|           | 居宅介護支援                            |
| 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(デイサービス)                 |
|           | 認知症対応型通所介護                        |
|           | 小規模多機能型居宅介護                       |
|           | 看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)             |
|           | 地域密着型介護老人福祉施設入所者生活介護(特別養護老人ホーム) ※ |

※原則として要介護3以上の人

## 要支援1・2と認定された人

| サービスの種類   | 利用できるサービス                         |
|-----------|-----------------------------------|
| 居宅サービス    | 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                   |
|           | 介護予防居宅療養管理指導                      |
|           | 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(ショートステイ)             |
|           | 介護予防短期入所療養介護(医療型ショートステイ)          |
|           | 介護予防福祉用具貸与                        |
| 居宅サービス    | 介護予防特定福祉用具購入費支給                   |
|           | 介護予防住宅改修費支給                       |
|           | 介護予防特定施設入居者生活介護                   |
|           | 介護予防支援                            |
| 地域密着型サービス | 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(グループホーム)〈要支援2のみ〉 |

## 利用者負担とサービス費

|                     |                                                                                      |
|---------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|
| 利用者負担               | サービスを利用すると、掛かった費用の9割が介護保険から支払われ、残りを利用者が負担。一定以上の所得者は、8割か7割が介護保険から支払われ、残りの額を利用者が負担します。 |
| 高額介護(介護予防)サービス費     | 利用者負担が高くなりすぎないように、所得に応じた上限額が設けられています。利用者負担が一定額を超えた場合は、その差額を払い戻します。                   |
| 高額医療合算介護(介護予防)サービス費 | 介護保険と医療保険の両方で支払った利用者負担が高額になり、年間の利用者負担額を合算して一定額を超えた場合は、その差額を払い戻します。                   |

〈以下は広告スペースです〉

老人ホーム探しのお悩みはプロにお任せ  
お住まい相談員が入居までサポート!!

**高齢者住宅の無料入居相談**  
ウチシルベ  
高齢者住宅仲介センター

施設探しは、ご相談から入居まで  
**すべて無料**

ご自宅の買い取り・売却仲介いたします。  
宅地建物取引業免許 群馬県知事(2)第7527号 ライフテラス株式会社  
前橋市古市町334-5

お問い合わせは… **027-289-6925**

**ケアセンターあかね** 福祉用具 ショールーム  
ケアプラン・訪問介護・福祉用具レンタル/販売・住宅改修  
在庫多数

いっぱいあわわど... **シニアの靴屋さん**  
室内/屋外履き・施設/院内履き・装具対応シューズ  
前橋市南町3-35-3 セキスイハイムビル1F

**デイサービスあかね 前橋大島**  
前橋市上大島町539-5

お問い合わせは… **027-220-4125**

医療対応 住宅型有料老人ホーム  
**和護心**  
わごころ

私たち和護心は  
ご利用者さま・ご家族さまの想いによりそい  
その心を職員みんなで和になって  
護って(まもって)いきます

医療依存度の高い方も安心して入居していただけます。

前橋市幸塚町75-2  
TEL 027-289-8036  
FAX 027-289-8038

運営企業 **株式会社ネスル**  
前橋市千代田町1丁目3番地12号  
TEL 027-226-6750 FAX 027-226-6021

〈以下は広告スペースです〉

**会員大募集！**  
高齢者の知識と経験を活かそう！



**お気軽にお問い合わせ下さい！**

公益社団法人  
**前橋市シルバー人材センター**  
〒371-0846  
前橋市元総社町2丁目20番地6  
☎027-254-5022

前橋市シルバー人材センター 検索

**住宅型有料老人ホーム 室沢** 雄大な赤城山を背景にもつどなかでアットホームな施設です

施設見学大歓迎！

経験豊富なスタッフが本当の家族のように接し快適な日々をお過ごしいただけるよう誠心誠意努めます。

前橋市柏川町室沢672-1 TEL.027-280-9001

**住宅型有料老人ホーム たんぽぽ** 伊勢崎にも施設があります

**たんぽぽデイサービスセンター** 無料！1日体験・見学 ご自宅までの送迎も受けられます

**AIZAWA 株式会社 アイザワ**  
〒371-0212 前橋市柏川町下東田面274  
TEL.027-285-5800(代) FAX.027-285-6004  
E-mail:aizawa@kl.wind.ne.jp

**社会福祉法人 清栄会**



◀ **特別養護老人ホーム 清里荘**  
前橋市青梨子町503  
**TEL 027-254-1513(代)**

ユニット清里荘  
きよさとデイサービスセンター  
きよさとホームヘルパーステーション  
居宅支援事業所 清栄会 清里荘

**医療・介護・予防・生活支援を一体的に提供する。**

**施設系サービス**  
**介護老人保健施設おうみ (ユニット型、従来型)**  
●医療、リハビリ、介護の一体的な支援

**在宅系サービス**  
**通所リハビリテーションおうみ**  
●短時間デイ、リハビリ・予防、楽しみなどニーズに合わせたサービス提供

**短期入所療養介護(老健おうみ)**  
●ショートステイ

**訪問看護ステーションうしいけヘルパーステーションうしいけ**  
●在宅の療養、リハビリ、介護を支援します

**小規模多機能ホームしんとう十二前**  
●通い、訪問、宿泊の組み合わせによる、家族・本人のニーズに合わせた在宅支援

**医療法人 健英会** 健英会地域連携センター

相談窓口 **TEL 027-289-0080 FAX 027-289-0842**  
医療、介護のお悩みはお気軽にご相談ください

HP

**前橋中央店**  
TEL.027-289-0421

**宅配 123 ワン・ツウ・スリー**

99%の医師がおすすめ

業界初  
Doctors 医師推奨  
介護サービス部門

**幸タンパク食**  
**健康ボリューム食**

**高齢者の健康づくりを支える栄養管理に配慮したお弁当です。**

TEL.027-289-0421 <https://cook123.net>  
前橋市下小出町2丁目22-10 スマイルTI 102号

**福祉用具のレンタル 販売・住宅改修**

まごころ込めて 今を支える

**丸善テクノ**  
MaruZen

〒370-0826 高崎市連雀町7番地  
**TEL 027-328-4165**  
**FAX 027-328-4164**

丸善テクノ 検索

**安心・安全な暮らしを**



～心のこもったサービスを～

- ・部屋から見える最高の景色
- ・あたたかな食事で心もあたたか
- ・入居者、従業員共にアットホームで楽しい生活

**株式会社 こもれ陽**  
サービス付き高齢者住宅  
デイサービスこもれ陽 老人ホーム

前橋市総社町植野957-1  
Tel. 027-289-3663

**訪問看護ステーション えみ 聯**



ご自宅でのその人らしい生活を応援します

〒321-0837 前橋市箱田町1142番1  
**TEL 027-212-4668**  
**FAX 027-212-4669**

Googleで検索してください！ 訪問看護ステーション 联 前橋市 検索

株式会社サードプレイス

## 地域包括支援センター

問 長寿包括ケア課 ☎898-6275

高齢者が住み慣れた地域で、その人らしい生活を送るために介護サービスをはじめ、福祉、医療、権利擁護など、さまざまなサービスを包括的、継続的に支える総合相談機関です。

保健師、社会福祉士、主任ケアマネジャーなどの専門職が、介護予防に関するケアマネジメントや高齢者の総合的な相談に応じます。

### 令和5年度 地域包括支援センターとランチ(窓口)

|             | 地域包括支援センター・ランチ   | 所在地         | 電話        |
|-------------|------------------|-------------|-----------|
| 文京・南部地区     | 前橋市地域包括支援センター中央  | 大手町二丁目12-1  | ☎898-6275 |
| 北部・中部地区     | 前橋市地域包括支援センター中央西 | 紅雲町一丁目7-13  | ☎288-0462 |
|             | 地域包括支援ランチ岩神      | 岩神町二丁目5-5   | ☎235-5181 |
|             | 地域包括支援ランチシャリティエ  | 表町二丁目18-8   | ☎221-6517 |
| 若宮・城東・中川地区  | 前橋市地域包括支援センター中央東 | 日吉町二丁目20-14 | ☎260-6815 |
| 上川淵・下川淵地区   | 前橋市地域包括支援センター南部  | 朝倉町830-1    | ☎265-1700 |
|             | 地域包括支援ランチ春日の里    | 上佐鳥町774     | ☎265-6688 |
| 桂萱地区        | 前橋市地域包括支援センター桂萱  | 江木町1251-1   | ☎264-0808 |
| 東地区         | 前橋市地域包括支援センター東   | 川曲町536      | ☎280-5590 |
|             | 地域包括支援ランチあずま荘    | 上新田町603-1   | ☎255-1511 |
| 元総社・総社・清里地区 | 前橋市地域包括支援センター西部  | 大友町三丁目22-9  | ☎255-3100 |
|             | 地域包括支援ランチきよさと    | 青梨子町503     | ☎254-1400 |
| 南橋地区        | 前橋市地域包括支援センター南橋  | 関根町668      | ☎235-3577 |
|             | 地域包括支援ランチ創春館     | 日輪寺町342-1   | ☎289-0854 |
| 永明地区        | 前橋市地域包括支援センター永明  | 天川大島町三丁目705 | ☎290-2880 |
| 城南地区        | 前橋市地域包括支援センター城南  | 上増田町600     | ☎267-9898 |
|             | 地域包括支援ランチすみれ荘    | 富田町1180-1   | ☎268-5564 |
| 大胡・宮城・粕川地区  | 前橋市地域包括支援センター東部  | 堀越町1658-1   | ☎283-8655 |
|             | 地域包括支援ランチあゆみの里   | 粕倉町2189-223 | ☎280-2520 |
|             | 地域包括支援ランチ元気の郷    | 粕川町月田400    | ☎280-9111 |
| 芳賀・富士見地区    | 前橋市地域包括支援センター北部  | 富士見町小沢207-1 | ☎288-7770 |
|             | 地域包括支援ランチほのぼの荘   | 金丸町252-1    | ☎269-1207 |

## 認知症伴走型支援拠点(いばしょ)

問 長寿包括ケア課 ☎898-6275

認知症の人とその家族への認知症に係る相談や助言を行うとともに、地域の既存資源を活用して社会参加を促すなどの認知症の人の生きがいにつながるような支援を行います。

**相談時間** 月・水・金 10時～15時(祝日および年末年始は除く) **所在地** 朝日町三丁目21番11-2号(日赤病院跡地のパークサイドカフェ内) ☎080-2721-3240

〈以下は広告スペースです〉

病院付帯  
緊急時も  
対応

24時間365日  
介護職員常駐

デイサービス  
併設

前橋駅  
近く

サービス付き  
高齢者向け住宅

**こすもすの家**

ゆとりある空間に、愛情あふれる介護

お問い合わせ

〒371-0801 群馬県前橋市文京町2-10-26  
☎027-289-9260  
http://www.link-care.co.jp/



発見!

わたしのまちのユニバーサルデザイン

ユニバーサルデザインとはどんなものか探してみましょう。

段差のないUDブロック



段差がないから  
安全に歩ける

杖を持った方や車椅子・ベビーカーもスムーズな通行ができます。

路面誘導サイン



車いすの方や子どもの低い目線でも見やすいように歩道に設置。

WARNING WARNING WARNING WARNING WARNING



# 特殊詐欺

気づいて防ごう！

あれ？と思ったら、  
詐欺かも…と疑いましょう。

## » オレオレ詐欺



「鞆を置き忘れた。  
小切手が入っていた。  
お金が必要だ。」

## » 架空料金請求詐欺

「未払いの料金が  
あります。今日中に  
払わなければ裁判  
になります。」などの  
メールやハガキ



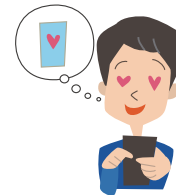
## » 預貯金詐欺

「口座が犯罪に利用されています。キャッ  
シュカードの交換手続きが必要です。」  
「医療費などの過払い金があります。手続  
きをするのでカードを取りに行きます。」



## » 交際あっせん詐欺

「女性紹介」等と  
雑誌に掲載したり、  
メールを送りつける



警視庁HP

その他の特殊詐欺は、  
こちらからも確認できます。

## 特殊詐欺を未然に防ぐ4カ条

### ☑ 日頃から家族でよく話し合う

詐欺を見破った人の多くは、「息子  
(孫)と声や話し方が違った」「話に矛盾  
があった」といいます。

### ☑ 電話でお金の話をしないと約束しておく

### ☑ 家族で事前に「合言葉」を決めておく

### ☑ 常に「留守番電話」に設定してもらう

出典元：警視庁HP「特殊詐欺とは」ページから、編集・作成

<https://www.keishicho.metro.tokyo.lg.jp/kurashi/tokushu/furikome/furikome.html>

## 後期高齢者医療の内容

**対象になる人** ①75歳以上の人 ②65歳以上75歳未満で一定の障害があり申請で認められた人  
**届け出る場所** 市役所国民健康保険課、城南・大胡・宮城・粕川・富士見支所、上川淵・桂萱・東・元総社・南橘市民サービスセンターへ（城南支所と各市民サービスセンターは届け出できないものがあります）

## 後期高齢者医療の届け出

| 届け出が必要な場合         |            | 届け出に必要な物                                                                          |
|-------------------|------------|-----------------------------------------------------------------------------------|
| 他市区町村から転入したとき     | 上記対象になる人の① | 後期高齢者医療被保険者証、マイナンバー、負担区分等証明書（前住地の市区町村で発行された物）、本人確認できる書類                           |
|                   | 上記対象になる人の② | 後期高齢者医療被保険者証、マイナンバー、国民年金証書か身体障害者手帳などの障害を明らかにする書類、前住地からの障害認定証明書、負担区分等証明書、本人確認できる書類 |
| 他市区町村へ転出するとき      |            | 後期高齢者医療被保険者証、マイナンバー、本人確認できる書類                                                     |
| 後期高齢者被保険者証を紛失したとき |            | 本人確認できる書類、マイナンバー                                                                  |
| 死亡したとき            |            | 後期高齢者医療被保険者証                                                                      |
| 生活保護を受けなくなったとき    |            | 生活保護廃止通知、マイナンバー、本人確認できる書類                                                         |
| 生活保護を受けたとき        |            | 後期高齢者医療被保険者証、生活保護開始通知、マイナンバー、本人確認できる書類                                            |

※後期高齢者医療制度に加入している人が死亡したとき、その葬祭を行った人へ葬祭費5万円が支給されます。  
 手続きには後期高齢者医療被保険者証、葬祭を行った人の預金通帳、葬祭を行った人であることが確認できる書類（会葬御礼や埋火葬許可証、葬祭費用の領収証など、いずれか1つ）が必要です。

**発見！**

**わたしのまちのユニバーサルデザイン**

身近にあるユニバーサルデザインとはどんなものか探してみましょう。

**多目的トイレ**



高齢者や障害のある方、お子さま連れなど誰でも利用できます。

**感知式の水道蛇口**



握力の弱い方だけでなく、衛生面が気になる方も安心して利用できます。

**ピクトグラム**



直感的に内容を伝える  
図形で情報を伝えるので、言語に左右されず内容を認識できます。



# 公衆衛生の豆知識



## 正しい手の洗い方

ドアノブや電車のつり革など様々なものに触れることにより、自分の手にもウイルスが付着している可能性があります。外出先からの帰宅時や調理の前後、食事前などこまめに手を洗います。

手洗いの前に ・爪は短く切っておきましょう。・時計や指輪は外しておきましょう。

1



流水でよく手をぬらした後、石けんをつけ、手のひらをよくこすります

2



手の甲をのばすようにこすります

3



指先・爪の間を念入りにこすります

4



指の間を洗います

5



親指と手のひらをねじり洗います

6



手首も忘れずに洗います

石けんで洗い終わったら、十分に水で流し、清潔なタオルやペーパータオルでよく拭き取って乾かします。

## 咳エチケット

咳エチケットとは、感染症を他者に感染させないために、咳・くしゃみをする際、マスクやティッシュ・ハンカチ、袖、肘の内側などを使って、口や鼻をおさえることです。

対面で人と人との距離が近い接触（互いに手を伸ばしたら届く距離でおよそ2mとされています）が、一定時間以上、多くの人々との間で交わされる環境は、リスクが高いです。感染しやすい環境に行くことを避け、手洗い、咳エチケットを徹底しましょう。

### 3つの咳エチケット

電車や職場、学校など人が集まる場所でやろう

○



マスクを着用する（口・鼻を覆う）

○



ティッシュ・ハンカチで口・鼻を覆う

○



袖で口・鼻を覆う

×



何もせずに咳やくしゃみをする

×



咳やくしゃみを手でおさえる

## 正しいマスクの着用

1



鼻と口の両方を確実に覆う

2



ゴムひもを耳にかける

3



隙間がないよう鼻まで覆う