高齢者の方の生活を支援します

ご利用ください 高齢者福祉サービス

在宅生活の安心といきがいづくりのために、介護保険サービスのほか、高齢者の方の生活を支援するサービスを提供しています。

生活への不安や心配なことがあるときは、高齢者総合相談センター（下表）または各サービスの担当係（下記①～⑥）へご相談ください。高齢者サービスの総合相談窓口となる区内10か所の高齢者総合相談センターでは、サービスの利用申請や相談を受け付けます（区社会福祉協議会の事業を除く）。特別養護老人ホームへの入所の申請・相談や、高齢者への虐待に対する通報・相談も受け付けています。

■受付窓口・問合せ

高齢者総合相談センター	所在地	電話番号
四谷	左門町9、玉盛ビル1階	(5367)6770
箪笥町	北山伏町2－12 特別養護老人ホームあかね苑新館内	(3266)0753
榎町	原町3－84 原町高齢者在宅サービスセンター内 ※8月に牛込保健センター（弁天町50）内へ移転予定	(5367)6737
若松町	若松町25－19	(5292)0710
大久保	百人町2－8－13、Fiss1階	(5332)5585
戸塚	高田馬場1－29－20、安念ビル1階	(3203)3143
落合第一	中落合2－5－21、聖母ホーム内	(3953)4080
落合第二	上落合2－22－11 パインフィールドビル3階	(5348)5566
柏木・角筈	西新宿7－21－21、西新宿成和ビル4階	(5338)9531
区役所	歌舞伎町1－4－1 高齢者サービス課内（本庁舎2階）	(5273)4593

サービス名の右側の数字①～⑥は次の問い合わせ先を表しています。
①高齢者サービス課サービス係（本庁舎2階）☎（5273）4591
②高齢者サービス課高齢者相談係（本庁舎2階）☎（5273）4593
③高齢者サービス課介護予防係（本庁舎2階）☎（5273）4305
④高齢者サービス課いきがい係（本庁舎2階）☎（5273）4567
⑤介護保険課給付係（本庁舎2階）☎（5273）4176
⑥区社会福祉協議会（高田馬場1－17－20）☎（5273）9191
※同協議会は、6月27日(月)から大久保3－1－1（西戸山中学校跡施設、新宿コズミックセンター隣）に移転します。電話番号は変わりません。
★マークのあるサービスには自己負担の免除制度があります。

介護が必要な家族がいらっしゃる方へ

介護についての情報が欲しい ②
家族介護者教室・交流会
現在高齢者を介護している方、これまで介護していた方を対象に、元気回復を目的とした講演会や介護者同士の交流会を開催しています（無料）。開催ごとに「広報しんじゅく」で参加者を募集します（各回30名程度）。介護のため参加が難しい方には、デイサービスの利用、ヘルパー派遣等の支援をします。
※区内で自主的に活動している介護者交流会もあります。お問い合わせください。

介護の手を休めてリフレッシュしたい ②★
認知症高齢者の介護者リフレッシュ等支援
65歳以上の認知症高齢者の方を在宅で介護している方等のリフレッシュを目的に、「見守り」や「話し相手」等で支援するホームヘルパーを派遣します（年間24時間まで。10月以降の申請は12時間まで）。
【自己負担】1時間300円

介護施設に入るにはどうすれば ②
特別養護老人ホームへの入所調整
区内・区外のベッド確保ホームへの入所申請を受け付けます。

病気のときや急な用事のときに介護してほしい ②★
高齢者緊急ショートステイ
介護する家族等の急病や、葬儀に出席する等の緊急時に、有料ホームに短期滞在できます。自己負担があります。

外出できないので散髪に行けない方へ ①
理美容サービス

65歳以上で「要介護4・5」の方等に、年6回を上限に出張調髪します。
【自己負担】1回2,000円

介護に紙おむつが必要 ①★
紙おむつ費用助成
65歳以上の「要介護4・5」等で常時おむつを必要とする方におむつを支給するか、おむつ費用を助成します。
【自己負担】助成限度額（月8,000円）内で掛かった費用の1割。限度額を超える部分は自己負担

1人で外出するとどこにいるのか分からなくなってしまう ①
徘徊高齢者探索サービス
60歳以上で徘徊（はいかい）のある方を介護するご家族に、位置情報専用端末機を貸し出し、利用料等を助成します。【自己負担】月930円

今の住まいを使いやすく ⑤★
自立支援住宅改修・自立支援日常生活用具の支給
65歳以上で要介護認定「非該当」で、日常生活動作が困難な方が対象です。住宅改修は工事開始前に申請してください。
【自己負担】助成限度額内で掛かった費用の1割。限度額を超える部分は自己負担

住宅設備改修
65歳以上で要介護認定「要支援」「要介護」で、住宅の設備改修が必要な方が対象です。工事開始前に申請してください。
【自己負担】助成限度額内で掛かった費用の1割。限度額を超える部分は自己負担

高齢者だけの暮らしに不安がある方へ

自宅での急病時の対応は ①★
緊急通報システム
65歳以上の一人暮らしの方等が対象です。慢性疾患等による自宅での緊急事態に備え、東京消防庁や警備会社へ通報できる無線発報器を設置します。
【自己負担】設置費用3,400円

高齢者だけの1人暮らしで不安 ②
「ぬくもりだより」の訪問配布等
75歳以上の一人暮らし高齢者の方へ、安否確認・見守りとして、月2回、情報紙「ぬくもりだより」をご自宅へ訪問配布します（無料）。

電球の交換や高い所の物を取ることができず困っている ⑥
ちょこっと困りごと援助サービス
75歳以上の方を含む65歳以上の高齢者のみの世帯が対象です。区社会福祉協議会が紹介するボランティアが、30分程度で解決できる「日常生活でのちょっとした困りごと」をお手伝いします（無料）。

近所に知り合いがいなくて不安 ⑥
ふれあい訪問・地域見守り協力員
65歳以上の高齢者のみの世帯が対象です。区社会福祉協議会のボランティア（地域見守り協力員）が、月2回程度、安否確認等のためご自宅を訪問します（無料）。

急な病気やけがで家事ができなくなったら ②★
回復支援家事援助サービス
65歳以上の一人暮らし等で、退院直後や骨折等の治療中で一時的な家事援助が必要な方に、3か月を限度にヘルパーを派遣します。
【自己負担】1時間200円

火の不始末が心配 ①★
火災安全システム
65歳以上の一人暮らし等で防火の配慮が必要な方に、ガス安全システム等を設置します。
【自己負担】機器と設置費用の1割

清潔な布団でゆっくり休みたい ①★
寝具乾燥消毒サービス
65歳以上の一人暮らし等で寝具の衛生管理が困難な方に、寝具の丸洗い（年1回／9月）と乾燥消毒（年11回／9月を除く）を実施します。
【自己負担】丸洗い1回520円、乾燥消毒1回150円

食事の準備ができなくなってきた ①
配食サービス
65歳以上の高齢者のみの世帯が対象です。月～金曜日の希望する曜日に、昼食（弁当）をご自宅へお届けします。【自己負担】1食500円

最近外出が減ったなと思う方へ

一人での歩行は心配 ①
敬老杖支給

65歳以上で歩行に不安のある方が対象です（無料）。

最近耳の聞こえが悪くなった ①★
補聴器支給
70歳以上で聴力が低下した方が対象です。【自己負担】2,000円

高齢者の方の憩いの場 ④
ことぶき館・シニア活動館・地域交流館・清風園
高齢者の方が健康でいきがいを持ちながら、仲間づくりなどの交流を深める「憩いの場」です。ボランティア等の社会貢献活動の場でもあるシニア活動館は50歳から、ことぶき館・地域交流館・清風園は60歳から利用いただけます。

健康増進と交流の場 ④
ふれあい入浴
60歳以上の方等に入浴証を発行します。区内公衆浴場を、月4回まで無料で利用できます。

外出の機会が少ない方へ ③★
いきがい対応型デイサービス
家に閉じこもりがちな60歳以上の高齢者で、介護保険の通所サービスを利用していない方が対象です。ことぶき館等で、誰でも簡単にできる体操等を行います。【自己負担】1回100円

老化を防止したい ③
介護予防教室
「要支援」「要介護」となる前に、生活機能の低下を予防する教室です。参加には事前に申し込みが必要です。
【自己負担】脳はつらつ教室・骨盤底筋向上教室・シニアスポーツチャレンジは1回100円。その他の教室は無料

福祉

介護予防のための新宿いきいき体操講習会
新宿いきいき体操サポーターの皆さんと、加齢に負けない体を作る「新宿いきいき体操」を覚えませんか。介護予防についてのミニ講座もあります。講習会は、区内10地区で12月まで順次開催します。
【日時・会場】▼6月28日(火)…戸塚地域センター（高田馬場2－18－1）、▼7月5日(火)…柏木地域センター（北新宿2－3－7）、▼7月12日(火)…落合第二地域センター（中落合4－17－13）、いずれも午後2時～4時
【対象】区内在住・在勤の方、各日30名程度
【持ち物】上履き・飲み物。動きやすい服装でおいでください。
【申込み】電話で**高齢者サービス課介護予防係**（本庁舎2階）☎（5273）4305へ。先着順。

ふれあい入浴 公衆浴場の廃止
5月28日で桜湯（高田馬場1－20－5）は廃止になりました。
【問合せ】**高齢者サービス課いきがい係**（本庁舎2階）☎（5273）4567へ。

家族介護者外出プラン
●明治座観劇バスツアー
【日時】7月22日(金)・23日(土)、いずれも午前9時40分～午後4時（区役所本庁舎集合・往復バス利用）
【対象】区内在住で現在、高齢の家族を介護している方、各日45名
【内容】ものまね芸人コロッケの特別公演（昼食付き）
【申込み】電話で6月30日(木)まで**高齢者サービス課高齢者相談係**（本庁舎2階）☎（5273）4593へ。応募は1世帯1名。応募者多数の場合は抽選。
※介護のため参加が難しい方にはデイサービスの利用、ヘルパー派遣利用等の支援をします。

若松発わいわい福祉フェスタ
●大震災から街や障害者・高齢者・子どもをどう守る？
【日時】7月3日(日)午前10時～午後3時30分
【内容】救命救急演習、防災用品の展示、節電コンテスト、多世代カルチャー教室（絵画・山の幸染め・韓国民芸）、登録団体のステージ（サルサダンス・フォークソング）、介護の仕事・福祉商品の紹介、マッサージコーナー、産直野菜の販売、スタンプラリーほか
【会場・問合せ】当日直接、**区立障害者福祉センター**（戸山1－22－2）☎（3232）3711・FAX（3232）3344へ。

区シルバー人材センター

★新規会員の募集
センターの会員になって就業を希望する方は、電話予約の上、説明会に参加してください。終了後に入会申し込みを受け付けます（説明会に出席しないと会員登録はできません）。入会した方には後日、接遇研修を受けていただきます。
【説明会日時】6月21日(火)、7月12日(火)・19日(火)、いずれも午前9時30分から
【対象】区内在住の60歳以上で、健康で就業意欲のある方
【持ち物】▼顔写真（縦3cm×横2.5cm）2枚、▼郵便局（ゆうちょ銀行）の通帳（就業に対する配分金の振り込み用）、▼住所が分かるもの（健康保険証・運転免許証等）、▼年会費2千円

★教室の無料体験
センターの会員が講師です。
①アメリカンフラワー
【日時】6月22日(水)午後1時30分～3時30分
【内容】ワイヤーと液体樹脂でバラ作り
②書道
【日時】6月27日(月)午前10時30分～12時または午後2時～3時30分
【内容】筆で好きな文字を書いてみよう
……〈以下共通〉……
【対象】区内在住・在勤の方、①は10名、②は午前・午後各10名（いずれも道具は同センターで用意）
【会場・申込み】電話で**同センター**（新宿7－3－29、新宿ここ・から広場しごと棟）☎（3209）3181へ。教室の無料体験は先着順。