

高齢者と介護者の生活を支援します

高齢者福祉サービス

各サービスの右上の数字 ①～⑥ は担当の問い合わせ先を表しています。担当または高齢者総合相談センターにお問い合わせください(下表参照)。

③ マークのサービスは自己負担の免除制度があります。

各サービスの担当問い合わせ先

	担当窓口	電話・ファックス
①	高齢者支援課高齢者相談第一係(本庁舎2階)	☎(5273)4593・☎(5272)0352
②	高齢者支援課高齢者相談第二係(本庁舎2階)	☎(5273)4254・☎(5272)0352
③	高齢者支援課高齢者支援係(本庁舎2階)	☎(5273)4305・☎(5272)0352
④	地域包括ケア推進課介護予防係(本庁舎2階)	☎(5273)4568・☎(6205)5083
⑤	地域包括ケア推進課高齢いきがい係(本庁舎2階)	☎(5273)4567・☎(6205)5083
⑥	新宿区社会福祉協議会(高田馬場1-17-20)	☎(5273)9191・☎(5273)3082

高齢者総合相談センター問い合わせ先

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。

センター	所在地	電話・ファックス
四谷	三栄町25 四谷保健センター等複合施設4階	☎(5367)6770・☎(3358)6922
笹笥町	北山伏町2-12 あかね苑新館内	☎(3266)0753・☎(3266)0786
榎町	弁天町50 牛込保健センター1階	☎(5227)1757・☎(5227)1758
若松町	戸山2-27-2 戸山シニア活動館1階	☎(5292)0710・☎(5292)0716
大久保	百人町2-8-13 Fiss1階	☎(5332)5585・☎(5332)5592
戸塚	高田馬場1-17-20 区社会福祉協議会1階	☎(3203)3143・☎(3203)1550
落合第一	中落合2-5-21 聖母ホーム内	☎(3953)4080・☎(3950)4130
落合第二	西落合4-11-21 落合第六小学校内幼稚園舎	☎(5988)9281・☎(5988)9282
柏木・角筈	西新宿4-8-35 西新宿シニア活動館3階	☎(5309)2136・☎(5309)2137
区役所	歌舞伎町1-4-1 高齢者支援課内(本庁舎2階)	☎(5273)4593・☎(5273)4254 ☎(5272)0352

介護を一人で抱えないために

介護の手を休めてリフレッシュしたい

介護者リフレッシュ支援事業

65歳以上で認知症または介護保険の「要介護1」以上に認定されている方に、年間(4月1日～翌年3月31日)最大24時間まで家事援助(調理・掃除等)や身体介護(通院・食事介助等)を行うヘルパーを派遣し、日常的に介護している方を支援します。
【自己負担】介護保険サービスの利用者負担割合が、▶1割の方…1時間300円、▶2割の方…1時間600円

一人で外出すると道に迷ってしまう

徘徊高齢者探索サービス

60歳以上で認知症による徘徊(はいかい)のある方を在宅で介護する家族に、位置情報専用端末機を貸し出し、利用料等を助成します。また、委託業者の警備員が現場に急行し、保護するサービスもあります。
【自己負担】月930円。現場急行サービスは1回5,000円

介護の情報が欲しい 家族介護者講座・家族会

高齢者を介護している方、介護の経験がある方を対象に、介護の技術や知識を学ぶ「介護者講座」と、介護者同士の交流会として「家族会」を開催しています。開催ごとに「広報しんじゅく」などで参加者を募集します。介護のため参加が難しい方にはデイサービス、ヘルパー派遣等の支援をします。詳しくは、高齢者支援課高齢者相談第一係・第二係へご相談ください。

介護者講座

日頃の介護に生かせる介護技術や知識を学びます。30年度は9回の講座を開催します。詳しくは、「広報しんじゅく」でお知らせします。

家族会

名称	会場
四谷の会	四谷保健センター等複合施設(三栄町25)
フレンズ2	高齢者福祉施設神楽坂(矢来町104)
フレンズ	介護老人保健施設デマークイン新宿(原町2-43)
わきあいあい	特別養護老人ホームマザアス新宿(新宿7-3-31)
大久保・あった会	大久保地域センター(大久保2-12-7)
ひとやすみの会	新宿リサイクル活動センター(高田馬場4-10-2)
いっぶくの会	特別養護老人ホーム聖母ホーム(中落合2-5-21)
かずら会	落合第二地域センター(中落合4-17-13)
ひととき	柏木地域センター(北新宿2-3-7)

日時等詳しくは、「広報しんじゅく」でお知らせします。

区シルバー人材センターの講座・会員募集
●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、入会申し込みを受け付けます(説明を受けた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)。
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)、▼住所が確認できるもの(健康保険証・運転免許証等)、▼年会費2千円
【会場】申込み電話で同センター(新宿7-3-29、新宿こころ)から広場しごと棟 ☎(32009)3181へ。
●「こころ」から英会話教室を募集します。
【日時】月3回火曜日午後3時30分～5時
【対象】区内在住・在勤の方12名
【費用】月4千円(教材費として別途年500円が必要)
【会場】申込み電話で同センター(新宿7-3-29、新宿こころ)から広場しごと棟 ☎(32009)3181へ。

障害者福祉センターの講座
【日時・内容・定員】①ミュージックセラピー：7月24日(火)午前10時～12時(20名) ②陶芸：7月2日・10月1日・月曜日(祝日等を除く)午後1時15分～3時15分(全11回)6名
※日程は変更になる場合があります。
【対象】区内在住で障害のある方(定員に余裕がある場合は家族の参加も可)
【費用】1回100円(減免制度あり。陶芸講座は材料費として別途2千円必要)

区では、高齢になっても住み慣れた地域で安心して暮らせるよう、介護保険サービスに加えてさまざまな高齢者福祉サービスを提供しています。サービスの利用申請、生活への不安や心配事などは、各サービスの担当または区内10か所の高齢者総合相談センター(左下表)へご相談ください。



高齢者だけの暮らしに不安があるときに

食事を作るのが困難 ③ 配食サービス

65歳以上のみの世帯(日中同様の状態の世帯含む)の方が対象です。月～金曜日の希望する曜日に、安否確認も兼ねてご自宅に昼食(弁当)をお届けします。
【自己負担】1食500円

緊急事態に備えて ③ 緊急通報システム

65歳以上のみの世帯(日中・夜間、同様の状態の世帯含む)で、慢性疾患があるなど日常生活を営む上で常時注意を要する方が対象です。自宅での緊急事態に備え、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2,100円

火の不始末が心配 ③ 火災安全システム

65歳以上のみの世帯(日中・夜間、同様の状態の世帯含む)で防火設備が必要な方に、電磁調理器等を設置します。
【自己負担】機器の設置費用等の1割

急な病気やけがで支援が必要 ③ 回復期生活支援サービス

65歳以上のみの世帯(日中同様の状態の世帯含む)で、退院直後や骨折の治療中などのため一時的に身体機能が低下している方に、3か月を限度に家事援助(調理・掃除等)や身体介護(通院・食事介助等)を行うヘルパーを派遣します。
【自己負担】介護保険サービスの利用者負担割合が、▶1割の方…1時間300円、▶2割の方…1時間600円

布団を清潔に保ちたい ③ 寝具乾燥消毒サービス

65歳以上のみの世帯(日中同様の状態の世帯含む)の方や寝たきりの方等で、寝具の衛生管理が難しい方に、寝具の乾燥消毒(年11回/9月を除く)と水洗い(年1回/9月)をします。
【自己負担】乾燥消毒は1回170円、水洗いは1回390円

一人暮らしで不安 ② 「ぬくもりだより」の訪問配布

75歳以上で一人暮らしの方を対象に、安否確認・見守りを目的として、情報紙「ぬくもりだより」を月2回、ご自宅へ訪問配布します(無料)。

認知症で身近に介護者がいない ③ 一人暮らし認知症高齢者への生活支援サービス

65歳以上の一人暮らしの認知症の方で、区内在住の介護者がいない方に、年間(4月1日～翌年3月31日)最大24時間まで家事援助(調理・掃除等)や身体介護(通院・食事介助等)を行うヘルパーを派遣します。
【自己負担】介護保険サービスの利用者負担割合が、▶1割の方…1時間300円、▶2割の方…1時間600円

近所に知り合いがおらず不安 ⑥ 地域見守り協力員

75歳以上で一人暮らし、または75歳以上のみの世帯(日中同様の状態の世帯含む)の方に、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、安否確認等のため訪問します(無料)。

電球の交換等ができずに困っている ⑥ ちょこっと・暮らしのサポート事業

区社会福祉協議会が紹介するボランティアが「日常生活の困りごと」をお手伝いします。
【自己負担】ご依頼内容や状況に応じて有償(基準金額1時間800円)と無償のサポート事業があります(75歳以上の一人暮らしの世帯または75歳以上の方を含む65歳以上の高齢者のみの世帯の「30分程度で解決できる困りごと」は無償)。

いきいきと生活するために

「地域で元気」を応援する ④ 介護予防教室

運動習慣を身に付けて、いつまでも健康な毎日過ごすためのきっかけとヒントを紹介します。申し込みが必要で有料の教室(1回100円。応募者多数の場合は抽選)と、申し込み不要の無料の教室(当日会場で先着順)があります。

楽しく介護予防 ④ 新宿いきいき体操

加齢に負けない身体をつくる区の介護予防体操です。地域センターで行う講習会では新宿いきいき体操サポーターが指導します。

聞こえが悪い ③ 補聴器の支給

70歳以上で聴力が低下した方に補聴器を支給します(障害者の制度で支給されている方は対象外)。
【自己負担】2,000円

歩行に不安がある ③ 敬老杖の支給

65歳以上で歩行に不安のある方に杖を支給します(無料)。

健康増進と交流の場 ⑤ ふれあい入浴

60歳以上の方等に、区内公衆浴場を月4回無料で利用できる入浴証を発行しています。

地域支え合い活動の拠点 ⑤ ささえーる 薬王寺(薬王寺地域ささえあい館)

「地域のために何かしたい」「地域の中で何か始めてみたい」といった思いのある方に、さまざまな講座を開催しています。60歳以上の方はいきがいづくり活動や憩いの場として、活動室やラウンジをご利用できます。

気軽に利用できる憩いの場 ⑤ シニア活動館・地域交流館・清風園

高齢者が健康でいきがいをもちながら、仲間づくりなどの交流を深める「憩いの場」です。初めて利用する方は、利用登録をしてください。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、地域交流館・清風園は60歳から利用できます。

赤城生涯学習館の工事

7月2日(月)～12月21日(金)

赤城生涯学習館(赤城元町1-3)では、外壁改修、屋上防水工事等を実施し、工期期間中も、建物全体を閉鎖しますが、一部期間を除き開館しますが、建物全体に設置する養生シートにより、日中でも室内が暗くなるほか、工事による騒音が発生する場合があります(期間変更する場合があります)。

※7月2日(月)・3日(火)は全館休館します。
※10月に、3週間程度の全館休館を予定しています。
▼問合せ▼利用に関すること
と：新宿未来創造財団文化学習課 ☎(33350)1144
▼工事に関すること：生涯学習スポーツ課生涯学習スポーツ係 ☎(5273)4358へ。

北新宿第二地域交流館の催し

ささえーる 薬王寺

……(以下共通)……

【対象】区内在住の方
【会場】申込み：6月15日(金)までに電話または直接、同館(市谷薬王寺町51-3) ☎(33353)2333へ。応募者多数の場合は抽選。
※①～④は、調理実習です。400円(材料費)を当日、同館でお支払ってください。エプロン、三角巾をお持ちの上、爪を切っておいでください。エプロン等がない方はご相談ください。

北新宿第二地域交流館

【日時】6月20日(水)午後2時～3時
【対象】区内在住の60歳以上20名
【内容】講座「食べる幸せ」についても、お口の体操で食べる力を鍛えよう、体操の実践。講師はNPO法人メイカレケア協会
【会場】申込み：6月7日(木)から電話でファックス(4面記入例のとおり記入)または直接同館(北新宿3-20-2) ☎(5348)6751 ☎(3369)0081へ。先着順。
【内容】講演「やればみんながラクになるはじめてのアンガーマネジメント」、統合失調症の幻聴疑似体験ワークショップ、音ひろば、音で会話しよう「ほかほか」
【会場】申込み：当日直接、同センター(百人町4-4-2) ☎(5937)6821 ☎(3365)7360へ。車での来場はご遠慮ください。
後3時(雨天実施)

家族介護者講座

●お薬との上手な付き合い方
【日時】7月3日(火)午後1時30分～3時
【会場】区社会福祉協議会(高田馬場1-17-20)
【講師】佐久本芳恵・龍生堂薬局薬剤師
【持ち物】お薬手帳(お持ちの方)【申込み】6月7日(木)から電話かファックス(4面記入例のとおり記入)で戸塚高齢者総合相談センター ☎(32003)3143 ☎(32003)1550へ。先着30名。
※介護のため参加が難しい方にはデイサービス、ヘルパー派遣を利用できる場合があります。ご相談ください。