高齢者サービスのしおり

令和７年度版

千代田区

高齢者サービスのしおり
―ご利用にあたって―

◆本しおりに掲載している内容は、令和7年4月1日現在のものです。新型コロナウイルス感染症関係やその他で、発行後に記載内容が変更になる場合があります。詳しい内容については、各担当にお問い合わせください。

◆必要なサービスは、冊子巻頭の「目次」または巻末の「索引」からお探しいただくと便利です。

◆各部署ではさまざまな事業を行っておりますので、電話で問い合わせる際は、サービス名をお伝えください。

千代田区

千代田区ポータルサイト～オンラインで申請、予約、区からの情報発信も～

ポータルサイトは、オンラインでの申請や予約、決済、相談、情報発信などの様々な機能をまとめ、区民の皆さまと区役所の結節点となるものを目指しています。

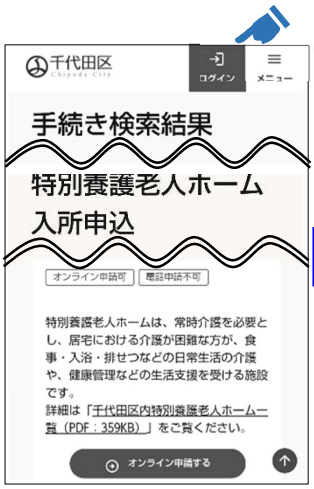
本しおりに記載している「特別養護老人ホームの入所申込」や各種「在宅生活支援サービスの申請」についても、オンライン申請が可能です。ぜひ、ご活用ください。

▲高齢者関連申請一覧こちらを読み取り！

※ 各種申請にはアカウント登録が必要となります

アカウント登録

アカウントは申請や予約をする方の名義でご登録ください。



対象申請を選んでログインを選択

新規アカウント登録を選択

メールアドレスを入力し、確認メールを送信

受信した確認メールのURL から必要事項を入力し登録

お問い合わせ　千代田区ポータルサイトサポートデスク　☎ 03-5211-4301

目　次

１　相談窓口　１Ｐ

◆窓口一覧〈1P〉

◆相談センター（かがやきプラザ内）〈5P〉

◆高齢者あんしんセンター（地域包括支援センター）〈6P〉

◆相談支援体制イメージ図〈8P〉

２　介護保険の概要　９Ｐ

◆保険料〈9P〉

◆要介護認定区分・サービスなど〈10P〉

◆介護保険・介護予防事業利用までの流れ〈12P〉

３　認定を受けた方が利用できるサービス　１４Ｐ

◆利用のしかた〈14P〉

◆要介護1～5の方への介護保険サービス〈15P〉

◆ケアマネジャーを探したいときは〈15P〉

◆要支援1・2の方への介護保険サービス〈18P〉

◆介護保険サービスの利用者負担〈20P〉

◆区内の介護保険サービス等提供施設〈22P〉

４　介護予防・日常生活支援総合事業（総合事業）　２３Ｐ

◆介護予防・生活支援サービス事業〈23P〉

■利用のしかた〈23P〉

■サービス一覧〈24P〉

訪問型サービス〈24P〉／通所型サービス〈24P〉

◆どなたでも参加できる介護予防事業〈25P〉

■事業一覧〈25P〉

介護予防事業〈25P〉／フレイル対策事業〈25P〉／

シルバートレーニングスタジオ〈26P〉／

はつらつ体操〈27P〉／シニア向け転倒予防と健康体操 IN 柔道場〈27P〉／介護予防

教室ララフィット〈27P〉／介護保険サポーター・ポイント制度〈27P〉

５　区の在宅生活支援サービス　２８Ｐ

◆在宅生活支援サービス〈28P〉

紙おむつの支給〈28P〉／寝具乾燥サービス〈28P〉／訪問理美容サービス〈28P〉／
高齢者福祉住環境整備〈29P〉／在宅訪問リハビリ支援〈29P〉／
在宅支援ホームヘルプサービス〈30P〉

◆ご家族など介護者への支援〈31P〉

医療ステイ利用支援〈31P〉／
かがやきカウンセリングルーム〈32P〉／介護者教室〈33P〉

６　日常生活の支援・地域の支え合い　３４Ｐ

◆日常生活の支援〈34P〉

高齢者食事支援サービス〈34P〉／入院生活支援（入退院時ヘルパー派遣）〈34P〉／
救急通報システム〈35P〉／自動通話録音機〈35P〉／
高齢者いきいき相談（電話訪問）〈36P〉／救急医療情報キット〈36P〉／
高齢者補聴器購入費助成（令和7年7月開始予定）〈36P〉／
後期高齢者入院時負担軽減（入院生活費助成）〈37P〉／
ふれあい収集〈37P〉／運び出し収集〈37P〉／健康回復支援ショートステイ〈37P〉

◆地域の支え合い〈38P〉

なでしこ配食サービス（ボランティア）〈38P〉／ふたばサービス〈38P〉／
ふれあいクラブ〈39P〉／
高齢者サロン（ふれあいサロン・はあとサロン・みんなのサロン）〈39P〉／
認知症カフェ（いきいきはあとカフェ・神田はあとカフェ）〈40P〉／
認知症本人ミーティング（実桜の会）〈40P〉／
ひとり暮らし高齢者等安心生活支援〈41P〉／
安心生活見守り台帳・避難行動要支援者名簿〈41P〉／高齢者虐待防止の推進〈42P〉

７　区の認知症支援　４３Ｐ

◆認知症に関する相談〈43P〉

◆認知症支援サービス〈44P〉

８　成年後見制度・福祉サービス利用支援など　４５Ｐ

◆成年後見制度〈45P〉

成年後見制度利用支援事業〈45P〉

◆ちよだ成年後見センター〈46P〉

地域福祉権利擁護事業（日常生活自立支援事業）〈46P〉／

財産保管管理サービス〈46P〉／将来に備えるサービス〈47P〉／

成年後見制度利用支援〈47P〉／福祉専門法律相談（無料・要予約）〈47P〉

９　健康・医療　４８Ｐ

◆健康管理〈48P〉

健康診査〈48P〉／健康相談〈48P〉／がん検診・成人健診〈49P〉／

区民歯科健診〈49P〉／訪問歯科診療の紹介〈49P〉／

高齢者インフルエンザ予防接種〈50P〉／新型コロナウイルス感染症予防接種〈50P〉／

高齢者肺炎球菌予防接種〈51P〉／

帯状疱疹予防接種〈52P〉／心の相談室〈52P〉

◆70歳～75歳未満の方の自己負担額〈53P〉

◆後期高齢者医療制度〈53P〉

◆医療費にかかる助成など〈59P〉

老人性白内障特殊眼鏡等の助成〈59P〉／

応急資金（医療費）の貸付〈59P〉

◆国民健康保険・後期高齢者医療制度加入者へのサービス〈59P〉

はり、きゅう、マッサージ施術補助制度〈59P〉／

人間ドックの利用補助〈59P〉／保養施設の利用〈60P〉

◆夜間・休日の急病、歯科治療〈60P〉

千代田区　休日応急診療〈60P〉／

「＃7119」東京消防庁救急相談センター（24時間年中無休）〈60P〉

◆医療機関・介護サービス等検索システム〈61P〉

千代田区医療・介護・地域資源　検索システム〈61P〉／

東京都医療機関案内〈61P〉／医療情報ネット「ナビイ」〈61P〉

１０　住まい　６２Ｐ

◆高齢者向け住宅〈62P〉

千代田区募集の住宅〈62P〉／高齢者住宅生活協力員〈62P〉／

高齢者向け優良賃貸住宅〈62P〉／東京都募集の住宅〈62P〉

◆住宅にかかる資金などの支援〈63P〉

居住安定支援家賃助成事業〈63P〉／

高齢者等家賃債務保証制度利用支援事業〈63P〉／

高齢者向け返済特例制度助成事業〈63P〉／

高齢者等安心居住支援家賃助成事業〈63P〉

１１　年金・税金　６４Ｐ

◆年金〈64P〉

老齢基礎年金・老齢厚生年金〈64P〉

◆税金〈64P〉

所得税・住民税の控除〈64P〉／

高齢者に対する税法上の障害者控除対象者認定〈64P〉

１２　敬老事業　６５Ｐ

敬老会〈65P〉／敬老祝金・祝品贈呈事業〈65P〉

１３　趣味・社会参加・仕事　６６Ｐ

◆趣味と仲間づくり〈66P〉

高齢者活動センター〈66P〉／長寿会〈66P〉／敬老入浴券〈67P〉／

◆社会参加〈68P〉

ボランティア・市民活動〈68P〉／介護保険サポーター・ポイント制度〈68P〉

◆仕事〈69P〉

千代田区シルバー人材センター〈69P〉／東京しごとセンター〈69P〉／

とうきょう福祉ナビゲーション（福ナビ）〈69P〉

１４　外出支援・移動手段　７０Ｐ

◆風ぐるま（地域福祉交通）〈70P〉

◆その他の外出支援〈71P〉

東京都シルバーパス〈71P〉／リフト付福祉タクシー〈71P〉／

車いすの貸出し〈72P〉／福祉のまちづくり〈72P〉

１５　各種資金・貸付など　７３Ｐ

応急資金の貸付〈73P〉／

不動産担保型生活資金の貸付（東京都社会福祉協議会受託事業）〈73P〉／

緊急小口資金（東京都社会福祉協議会受託事業）〈73P〉／

生活福祉資金の貸付（東京都社会福祉協議会受託事業）〈73P〉

１６　選挙　７４Ｐ

選挙における郵便等投票制度〈74P〉

１７　高齢者福祉施設　７５Ｐ

◆入所・入居施設の概要〈75P〉

介護老人福祉施設（特別養護老人ホーム）〈75P〉／

介護老人保健施設（老人保健施設）〈75P〉／介護医療院〈75P〉

◆居住系施設の概要〈76P〉

認知症対応型共同生活介護（グループホーム）〈76P〉／

ケアハウス（軽費老人ホーム）〈76P〉／

特定施設入居者生活介護（有料老人ホーム）〈76P〉／

◆特別養護老人ホームの入所申込〈77P〉

特別養護老人ホーム・申込から入所までの流れ〈77P〉／

特別養護老人ホーム・入所申込者名簿順番の判定基準〈78P〉

◆在宅で暮らす高齢者の生活を総合的に支援する施設〈79P〉

高齢者総合サポートセンター（かがやきプラザ）〈79P〉

◆区内の介護サービス等提供施設〈80P〉

いきいきプラザ一番町〈80P〉／岩本町ほほえみプラザ〈81P〉／かんだ連雀〈82P〉／

ジロール神田佐久間町〈83P〉／ジロール麹町〈84P〉／

淡路にこにこフォーユープラザ〈85P〉／THE BANCHO（ザ番町）〈86P〉

ケアハウス神田紺屋町〈87P〉

◆高齢者の交流施設〈88P〉

高齢者活動センター（かがやきプラザ内）〈88P〉

１８　高齢者関連の団体　８９Ｐ

◆千代田区社会福祉協議会（ちよだ社協）〈89P〉

◆千代田区シルバー人材センター〈90P〉

１９　民生・児童委員　９１Ｐ

２０　高齢者福祉施設の案内図　９４Ｐ

２１　索引　９６Ｐ

1　相談窓口

◆窓口一覧

■高齢者総合サポートセンター（かがやきプラザ）

相談センター ※24 時間 365 日対応 TEL（3265）1165（イイロウゴ） FAX（3265）1163	●高齢者の生活や介護、高齢者虐待などのさまざまな相談に関すること ●在宅での療養生活を支援するための介護と医療の調整及び具体的な対応に関すること

■高齢者あんしんセンター（地域包括支援センター）

高齢者あんしんセンター麹町 TEL（3265）6141 FAX（3265）6138	●高齢者の生活や介護、高齢者虐待などのさまざまな相談に関すること ●要介護認定の要支援1・2の方、総合事業対象者のケアプラン作成に関すること
高齢者あんしんセンター神田 TEL（5297）2255 FAX（5297）2256	

■高齢介護課

高齢介護係 TEL（5211）4321 FAX（3288）1365	●敬老祝金・祝品贈呈事業に関すること ●敬老入浴券事業に関すること ●区内の特別養護老人ホームの入所調整に関すること
介護認定係 TEL（5211）4225 FAX（3288）1365	●要介護認定等に関すること
介護事業指定係 TEL（5211）4336 FAX（3288）1365	●介護保険のサービスの利用・事故・苦情等に関すること ●介護保険サービス事業者の指導・指定等に関すること ●地域密着型サービスに関すること ●介護サービス推進協議会に関すること ●在宅支援ホームヘルプサービス等に関すること ●総合事業に関すること
介護保険料担当 TEL（5211）4224 FAX（3288）1365	●介護保険の資格、保険料に関すること ●介護保険料の納付等に関すること ●介護保険の被保険者証の発行に関すること
高齢者施設担当 TEL（5211）3625 FAX（3288）1365	●いきいきプラザ一番町の管理・運営に関すること ●岩本町ほほえみプラザの管理・運営に関すること

■在宅支援課

在宅支援係 TEL（6265）6482 FAX（3265）1163	●在宅福祉サービス（紙おむつ支給・後期高齢者入院時負担軽減等）に関すること
相談係 TEL（6265）6483 FAX（3265）1163	●高齢者の生活や介護、高齢者虐待などのさまざまな相談に関すること
地域包括ケア推進係 TEL（6265）6485 FAX（3265）1163	●医療と介護の連携推進に関すること ●認知症施策に関すること
介護予防担当 TEL（5211）4223 FAX（3265）1163	●介護予防事業に関すること

■千代田区社会福祉協議会

TEL（3265）1901 FAX（3265）1902	●地域住民を主体とした福祉活動に関すること ●ふたばサービス（家事支援サービス）などの地域住民による助け合い活動に関すること

■千代田区社会福祉協議会　アキバ分室

TEL（6285）2860 FAX（6285）2861	●福祉についてのさまざまな相談に関すること ●地域住民を主体とした福祉活動に関すること ●ボランティア・市民活動に関すること

■ちよだ成年後見センター

TEL（6265）6521 FAX（3265）1902	●成年後見制度、福祉サービスの利用支援、日常的な金銭管理に関すること ●福祉専門法律相談に関すること ●人生の最期に向けた早めの準備（終活）に関すること

■ちよだボランティアセンター

TEL（6265）6522 FAX（3265）1902	●ボランティア・市民活動に関すること ●介護保険サポーター・ポイント制度に関すること

■千代田区シルバー人材センター

TEL（3265）1903 FAX（3265）1904	●高齢者の就業に関すること ●シルバー人材センターの会員登録及び仕事の提供に関すること

■千代田保健所

TEL（5211）8161（代表） FAX（5211）8190	●各種健康診査、健康相談、予防接種などに関すること

■福祉総務課

福祉総務係 TEL（5211）4209 FAX（3239）8606	●風ぐるま（地域福祉交通）に関すること ●リフト付福祉タクシーに関すること ●敬老会に関すること
厚生係 TEL（5211）4211 FAX（3239）8606	●民生・児童委員に関すること ※民生・児童委員は生活上の悩みごとや心配ごとなどの相談に応じる地域の身近な相談相手です。 ※各委員の名簿は91～93P をご参照ください。 ●保健福祉オンブズパーソンに関すること ※保健福祉オンブズパーソンは、保健福祉サービスへの相談や苦情を受け付け、公正中立な立場で調査し、必要に応じて区や事業者へ改善を求めます。
事業調整担当 TEL（5211）4210 FAX（3239）8606	●成年後見制度に関すること ●バリアフリー・ユニバーサルデザインに関すること ●高齢者等の居住支援に関すること ●福祉避難所に関すること ●個別避難計画の作成に関すること

■住宅課

住宅管理係 TEL（5211）3607 FAX（3221）3410	●公営住宅等の入居及び住宅の助成（62・63P）に関すること

■税務課

課税係 TEL（5211）4191 FAX（3264）4085	●住民税の申告・課税・証明に関すること
納税促進係 TEL（5211）4193 FAX（3264）4085	●住民税・軽自動車税の納付、原付の登録・廃車等及び臨時運行許可（仮ナンバー）に関すること
特別整理係 TEL（5211）4195 FAX（3264）4085	●住民税・軽自動車税等の滞納整理や納税相談に関すること

■保険年金課

後期高齢者医療係 TEL（5211）4206 FAX（3264）4085	●後期高齢者医療制度に関すること
国民健康保険係 TEL（5211）4205 FAX（3264）4085	●国民健康保険（53・59・60P）に関すること
国民年金係 TEL（5211）4202 FAX（3264）4085	●国民年金に関すること

■千代田区消費生活センター

TEL（5211）4314	●契約やサービスのトラブル・困りごとに関すること 受付時間：午前9時～午後4時30分

■夜間・休日の急病など

千代田区休日応急診療　※電話は開設日のみ ・内科・小児科　TEL（5211）8202 （午前9時～午後0時30分） （午後2時～午後5時30分） （午後7時～午後9時30分） ・歯科　TEL（5211）8203 （午前9時～午後4時30分） ・薬局　TEL（5211）8197 （午前9時～午後9時30分）	●千代田保健所内に休日応急診療所・休日応急歯科診療所・休日調剤薬局を設置しています。 開設日：日曜日、祝日、 年末年始 ●受診の際は、あらかじめ電話でお問い合わせください。 ●マイナンバーカード（有効期限内の健康保険証も可）、受給者証等を必ずお持ちください。
東京都医療機関案内「ひまわり」 TEL（5272）0303	●24時間医療機関案内
「#7119」東京消防庁救急相談センター ２４時間年中無休 #7119（携帯電話、プッシュ回線） または、 TEL（3212）2323（ダイヤル回線） ※電話以外にも自ら病気やけがの緊急度が判断できる、東京版救急受診ガイド（冊子版・Web版）もご利用ください。Web版は東京消防庁のホームページで公開しています。 東京版救急受診ガイドの QR コード	●症状に基づく緊急性の有無のアドバイス ●受診の必要性に関するアドバイス ●医療機関案内

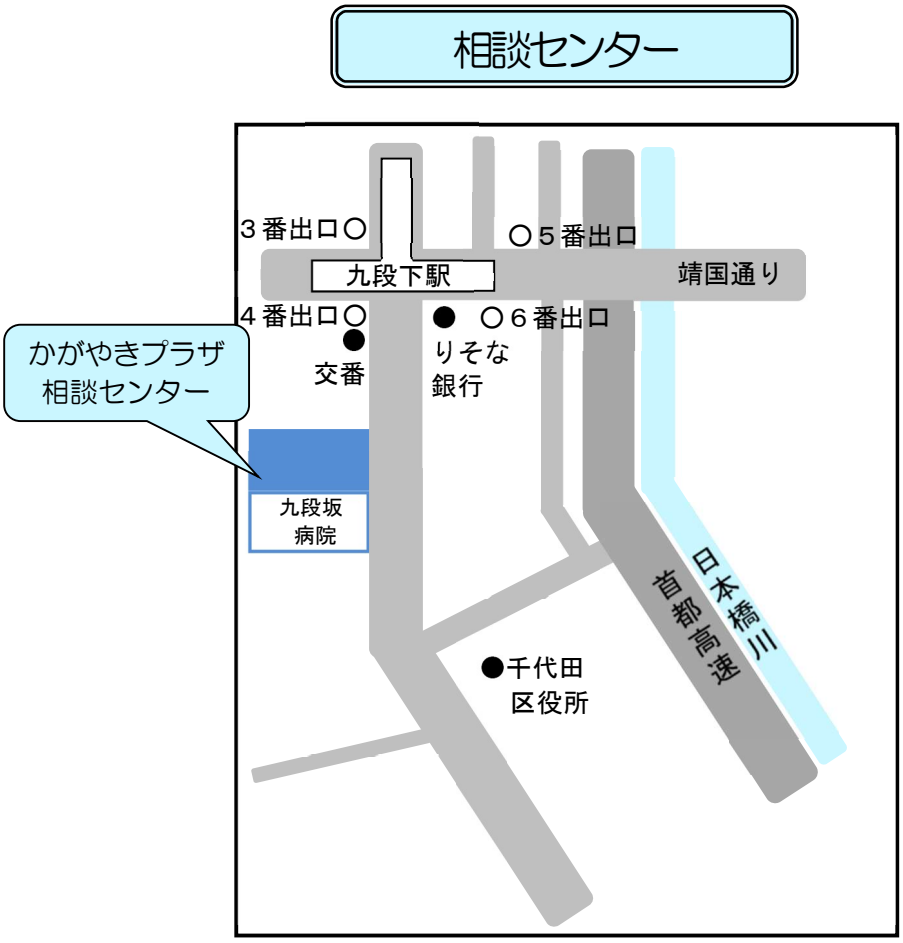
～24 時間３６５日対応・高齢者の相談拠点～

◆相談センター（かがやきプラザ内）

高齢者の生活や介護等様々な内容の相談を、24時間365日、当センターでまず受け止めて、安全・安心な生活を支援します。また、介護だけでなく医療も必要な高齢者に対しては、その人の心身状態・生活状況を考慮して、介護と医療のサービスをコーディネートし、在宅療養生活が継続できるよう支援していきます。

■相談日・相談時間及び担当区域

施設名	相談日時	担当地域
相談センター 千代田区九段南1－6－10 高齢者総合サポートセンター（かがやきプラザ）1階 TEL（3265）1165 FAX（3265）1163 （運営）社会福祉法人　東京栄和会 社会福祉法人　多摩同胞会	24時間365日対応	区内全域



＜交通機関＞

【東京メトロ】
東西線・半蔵門線

【都営地下鉄】
都営新宿線

九段下駅４番出口　徒歩５分

～地域での安心を支える拠点・介護予防推進拠点～

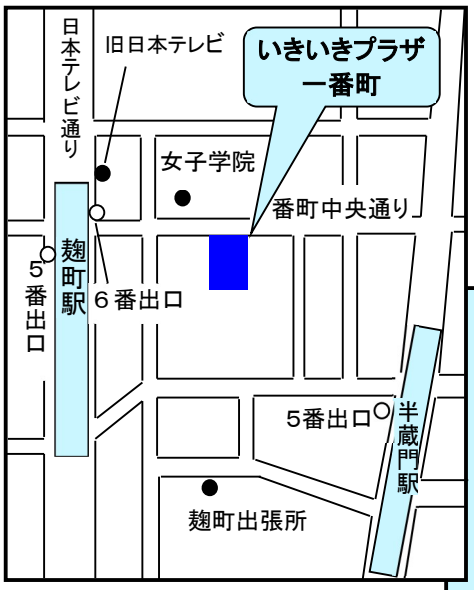
◆高齢者あんしんセンター（地域包括支援センター）

「自分はどのようなサービスが利用できるのか」「サービスを利用したいが、どこに申し込めばいいかわからない」など、ちょっとした問合せから健康・生活・介護に関することなど、高齢者に関する困りごと・悩みごとがあれば、気軽にご相談ください。
高齢者あんしんセンターはお住まいの地域によって、相談箇所が麹町と神田の２箇所に分かれています。

【麹町地域】

施設名と相談日時	担当地域	該当住所地
高齢者あんしんセンター麹町 千代田区一番町12 いきいきプラザ一番町1階 TEL（3265)6141 FAX（3265)6138 (運営)社会福祉法人　東京栄和会 月曜日～土曜日 午前9時～午後6時 （休み／日曜・年始）	麹町出張所地域 富士見出張所地域	丸の内、大手町、内幸町、有楽町、霞ヶ関、隼町、永田町、平河町、麹町、紀尾井町、一番町～六番町、九段南、皇居外苑、日比谷公園、九段北、富士見、飯田橋、千代田、北の丸公園、一ツ橋一丁目

高齢者あんしんセンター麹町



＜交通機関＞

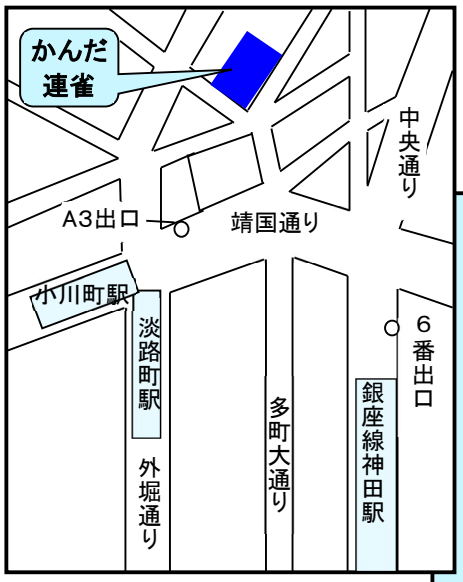
【東京メトロ】
半蔵門線
半蔵門駅　５番出口　徒歩５分

有楽町線
麹町駅５・６番出口　徒歩５分

【神田地域】

施設名と相談日時	担当地域	該当住所地
高齢者あんしんセンター神田 千代田区神田淡路町２－８－１ かんだ連雀1階 TEL（5297）2255 FAX（5297）2256 （運営）社会福祉法人　多摩同胞会 月曜日～土曜日 午前9時～午後6時 （休み／日曜・年始）	神保町出張所地域 神田公園出張所地域 万世橋出張所地域 和泉橋出張所地域	神田神保町、西神田、神田三崎町、一ツ橋二丁目、神田猿楽町、神田駿河台、神田錦町、神田小川町、神田美土代町、内神田、神田司町、神田多町、神田鍛冶町、神田淡路町、神田須田町、外神田、岩本町、神田岩本町、鍛冶町、神田西福田町、神田美倉町、神田北乗物町、神田紺屋町、神田富山町、神田東松下町、神田須田町、神田東紺屋町、東神田、神田佐久間町、神田平河町、神田佐久間河岸、神田和泉町、神田松永町、神田花岡町、神田練塀町、神田相生町

高齢者あんしんセンター神田



＜交通機関＞

【東京メトロ】
丸ノ内線
淡路町駅　Ａ３出口　徒歩３分

銀座線
神田駅　６番出口　徒歩７分

【都営新宿線】
小川町駅　Ａ３出口　徒歩３分

◆相談支援体制イメージ図

６５歳以上の区民と、その家族

相談 ↓ ↑ 支援

相談 ↓ ↑ 支援

☆高齢者あんしんセンター麹町
TEL 3265-6141
☆高齢者あんしんセンター神田
TEL 5297-2255

※月～土曜日（祝日含む）
午前９時～午後６時

チームで支援を行います！！

社会福祉士

保健師、看護師

主任ケアマネジャー

介護福祉士

認知症地域支援推進員

九段坂病院
(かがやきプラザと合築)
◎在宅ケア(医療)拠点
月～金曜日

☆相談センター
（かがやきプラザ１階）
TEL 3265-1165

24 時間 365 日
有人対応

チームで支援を行います！！

社会福祉士

保健師、看護師

ケアマネジャー

介護福祉士

連携

千代田区

◎在宅支援課
（かがやきプラザ１階）
◆在宅支援係 TEL 6265-6482
◆相談係 TEL 6265-6483
◆地域包括ケア推進係
TEL 6265-6485
介護予防担当
TEL 5211-4223

◎高齢介護課
（千代田区役所３階）
◆高齢介護係 TEL 5211-4321
◆介護認定係 TEL 5211-4225
◆介護事業指定係
TEL 5211-4336

※月～金曜日
午前８時 30 分～午後５時 15 分

◎千代田区社会福祉協議会
（かがやきプラザ４階）
代表電話 3265-1901
☆総務課 （月～金）
☆地域サポート課（月～土）
◆地域サポート係
◆ちよだボランティアセンター
TEL 6265-6522
◆アキバ分室（万世橋区民館６階）
TEL 6285-2860
☆在宅サポート課（月～金）
◆在宅サポート係
◆ちよだ成年後見センター
TEL 6265-6521
☆いきがいサポート課
◆高齢者活動センター
TEL 3265-1161
◆多世代交流担当 TEL 6265-6563
◆研修センター TEL 6265-6560

2 介護保険の概要

介護保険は、老後の介護・安心を社会全体で支える制度です。40歳以上の方が加入する保険で、介護が必要となったときには、心身の状況に応じた要介護認定を受け、介護サービスを利用することができます。

◆保険料（令和７年度～令和８年度）

千代田区では、65歳以上の方の保険料は前年の所得を基準に以下の段階に分かれています。

段 階	住民税の課税状況	対 象 者	保険料年 額	料率
第1段階	生活保護を受けている方		19，100円	基準額×0.285
	世帯全員が非課税	老齢福祉年金を受給している方		
		本人の合計所得金額＋課税年金収入が80万9千円以下の方		
第2段階		上記以外で、本人の合計所得金額＋課税年金収入が120万円以下の方	32，500円	基準額×0.485
第3段階		本人の合計所得金額＋課税年金収入が120万円を超える方	46，000円	基準額×0.685
第4段階	本人は非課税で世帯に課税者がいる	本人の合計所得金額＋課税年金収入が80万9千円以下の方	60，400円	基準額×0.9
第5段階		本人の合計所得金額＋課税年金収入が80万9千円を超える方	67，200円	基準額
第6段階	本人が課 税	本人の合計所得金額が120万円未満の方	80，600円	基準額×1.2
第7段階		本人の合計所得金額が120万円以上210万円未満の方	87，300円	基準額×1.3
第8段階		本人の合計所得金額が210万円以上320万円未満の方	100，800円	基準額×1.5
第9段階		本人の合計所得金額が320万円以上420万円未満の方	114，200円	基準額×1.7
第 10 段階		本人の合計所得金額が420万円以上520万円未満の方	127，600円	基準額×1.9
第 11 段階		本人の合計所得金額が520万円以上620万円未満の方	141，100円	基準額×2.1
第 12 段階		本人の合計所得金額が620万円以上720万円未満の方	154，500円	基準額×2.3
第 13 段階		本人の合計所得金額が720万円以上850万円未満の方	161，200円	基準額×2.4
第 14 段階		本人の合計所得金額が850万円以上1，000万円未満の方	168，000円	基準額×2.5
第 15 段階		本人の合計所得金額が1，000万円以上1，250万円未満の方	174，700円	基準額×2.6
第 16 段階		本人の合計所得金額が1，250万円以上1，500万円未満の方	194，800円	基準額×2.9
第 17 段階		本人の合計所得金額が1，500万円以上2，000万円未満の方	215，000円	基準額×3.2
第 18 段階		本人の合計所得金額が2，000万円以上の方	235，200円	基準額×3.5

※「世帯」は、毎年4月1日時点の世帯構成で判断します。ただし、年度途中で資格取得（転入・65歳到達など）した場合は、資格取得日時点で判断します。

問合せ：高齢介護課 介護保険料担当　TEL（5211）4224　FAX（3288）1365

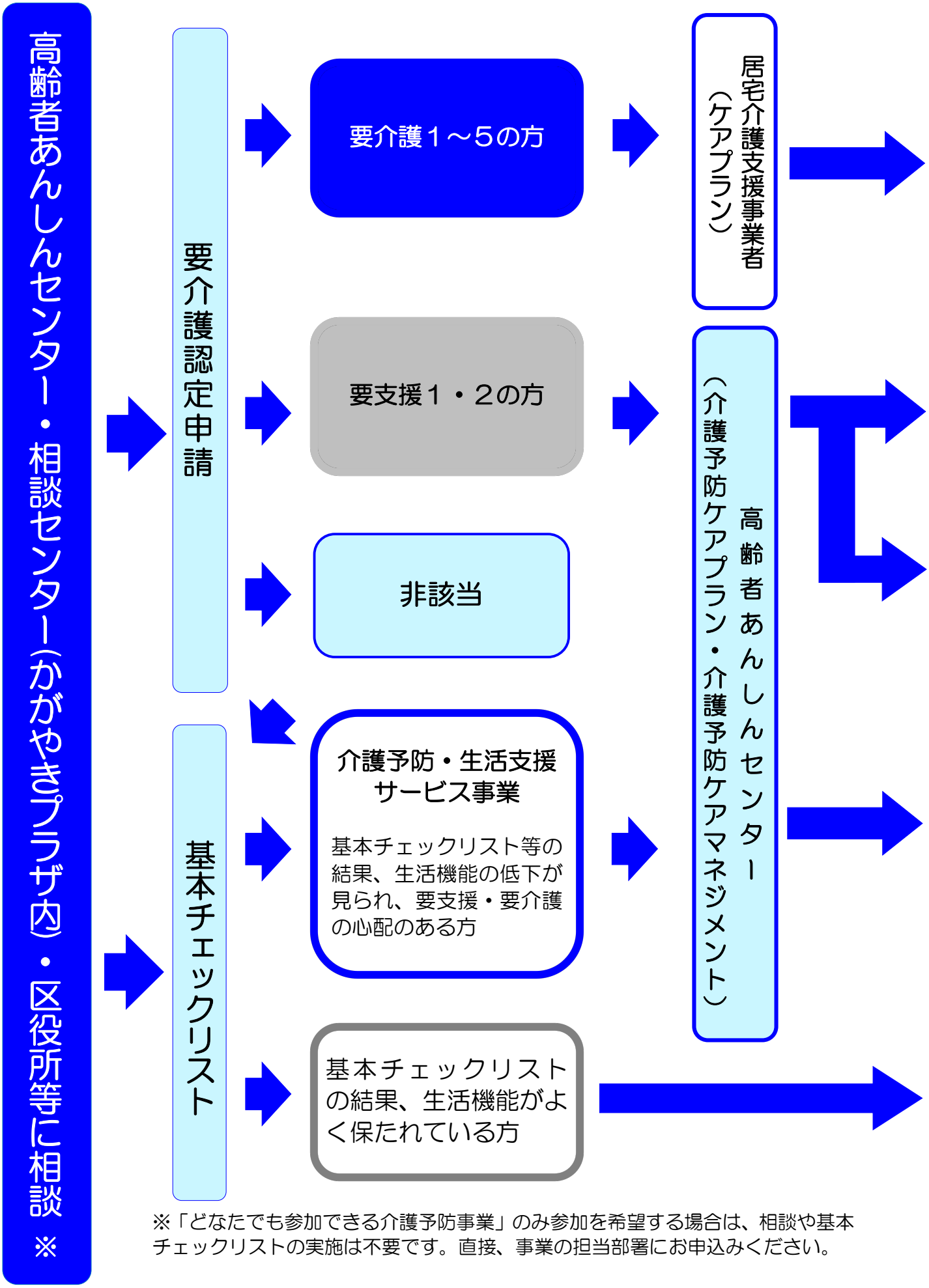
◆要介護認定区分・サービスなど

要介護の区分に応じたサービスを利用することができます。

区　分	サービスの種類	利用できるサービス
要介護５ 要介護４ 要介護３ 要介護２ 要介護１	介　護　給　付	①居宅サービス 訪問介護（ホームヘルプ） 通所介護（デイサービス） 短期入所生活介護（ショートステイ） 訪問看護 訪問リハビリテーション 福祉用具貸与・購入 住宅改修　など ②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 認知症対応型通所介護 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　など ③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　など
要支援２ 要支援１	予　防　給　付 ※介護予防を重視したサービス	①居宅サービス 介護予防短期入所生活介護（ショートステイ） 介護予防訪問看護 介護予防福祉用具貸与・購入 介護予防住宅改修　など ②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
要支援及び介護予防・生活支援サービス事業対象者	介護予防・生活支援サービス事業 ※自立支援を目的とした事業	①訪問型サービス 予防訪問サービス、自立支援訪問サービス、生活機能改善訪問アドバイス ②通所型サービス 予防通所サービス、生活機能向上デイサービス、筋力向上教室　など
65歳以上の方すべて	どなたでも参加できる介護予防事業	介護予防運動教室、 シルバートレーニングスタジオ、 介護保険サポーター・ポイント制度　など

メモ

◆介護保険・介護予防事業利用までの流れ



※「どなたでも参加できる介護予防事業」のみ参加を希望する場合は、相談や基本チェックリストの実施は不要です。直接、事業の担当部署にお申込みください。

介護給付　要介護状態に応じた介護サービス　⇒１６・１７Ｐ参照

●居宅サービス	訪問介護、訪問入浴介護、訪問看護、訪問リハビリテーション、通所介護、短期入所生活介護、福祉用具貸与　など
●地域密着型サービス	認知症対応型通所介護、小規模多機能型居宅介護、認知症対応型共同生活介護、夜間対応型訪問介護　など
●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、介護医療院

予防給付　介護予防を目的とした介護サービス　⇒１８・１９Ｐ参照

●介護予防サービス	訪問入浴介護、訪問看護、訪問リハビリテーション、短期入所生活介護、福祉用具貸与　など
●地域密着型介護予防サービス	認知症対応型通所介護、小規模多機能型居宅介護、認知症対応型共同生活介護　など

介護予防・生活支援サービス事業　⇒２４Ｐ参照

自立支援を目的として、地域の実情に応じて区市町村が独自に実施する事業

●訪問型サービス	指定事業者が提供するサービス	予防訪問サービス、自立支援訪問サービス
	専門職による短期集中予防サービス	生活機能改善訪問アドバイス
●通所型サービス	指定事業者が提供するサービス	予防通所サービス、生活機能向上デイサービス
	専門職による短期集中予防サービス	筋力向上教室

どなたでも参加できる介護予防事業　⇒２５～２７Ｐ参照

介護予防の普及・啓発、日頃から健康を保つための介護予防事業

●介護予防事業	口腔機能向上プログラム、介護予防運動教室
●フレイル対策事業	フレイル対策に効果的な講座・測定会の開催
●シルバートレーニングスタジオ	運動指導員のもと、筋力の維持・向上のため、身近な地域で人とコミュニケーションをとりながら運動できる場
●はつらつ体操	健康な体を維持するための様々な運動を行う高齢者向け教室
●地域介護予防活動支援事業	介護保険サポーター・ポイント制度

3　認定を受けた方が利用できるサービス

◆利用のしかた

1　申　　請

本人または家族などが、申請します。（申請受付窓口：高齢者あんしんセンター麹町・神田、相談センター、区内各出張所、高齢介護課介護認定係）

↓

2　訪　問　調　査　主治医意見書

日常生活動作などについて、区の職員が訪問調査を行います。また、申請時にご指定のあった主治医に対し、区が意見書作成の依頼をします。

↓

3　審査・判定

介護認定審査会で要介護状態区分の審査及び状態の維持・改善の可能性を審査し判定します。

↓

4　認定結果の通　　知

介護認定審査会の判定結果を通知します。
（非該当、要支援1・2、要介護1～5）
※「非該当（自立）」と判定された方は、区の介護予防・生活支援サービス事業を利用することができます。高齢者あんしんセンターにご相談ください。

↓

5　介護サービス計画などの作成

要介護1～5の方

ケアマネジャーが本人の希望や心身・生活の状況などに応じた居宅サービス計画をつくります。

※ケアマネジャーをお探しのときは15P参照

要支援1・2の方

高齢者あんしんセンターが本人と相談し、心身の状況などに応じた介護予防サービス計画をつくります。
※区の介護予防・生活支援サービス事業も利用できます。

↓

6　サービスの利用開始

介護サービス（介護給付）15P参照

介護予防サービス（予防給付）18P参照

※認定期間の終了や、状態に変化が生じた場合などは、改めて認定の手続きを行います。

◆要介護１～５の方への介護保険サービス

介護サービス計画に基づいたサービスを利用できます。自宅で利用したり、施設に通ったり、短期入所する居宅サービス、原則、区内に住んでいる方のみが利用できる地域密着型サービス、施設に入所し、そこで受ける施設サービスがあります。

居宅介護支援（ケアマネジメント）

在宅の要介護者が、居宅サービスや地域密着型サービスを適切に利用できるように、居宅介護支援事業所に在籍するケアマネジャーが、その方の心身の状況や置かれている環境、本人の希望などを勘案して、居宅サービス計画（ケアプラン）を作成します（ケアプラン作成にかかる自己負担はありません）。

◆ケアマネジャーを探したいときは

要介護1～5の方が、ケアプランを作成するケアマネジャーをお探しのときは、「介護事業者ガイドブック」や「ケアマネジャーの事業所一覧（居宅サービス計画の受付状況）」を参考にしてください。

介 護 事 業 者 ガ イ ド ブ ッ ク	区内の利用者に介護サービスを提供している事業者を掲載しています。冊子中に「居宅介護支援事業者」の一覧を掲載しています。
ケアマネジャーの事業所一覧 （居宅サービス計画の受付状況）	毎月、高齢介護課で「ケアマネジャーの事業所一覧」を作成しています。事業所によっては新たな利用者の受付ができない場合もありますので、こちらを参考にしていただくと便利です。

問合せ：高齢者あんしんセンター麹町
TEL（3265）6141
高齢者あんしんセンター神田
TEL（5297）2255
高齢介護課 介護事業指定係
TEL（5211）4336　FAX（3288）1365

居宅サービス	
訪問介護 （ホームヘルプ）	ホームヘルパーが自宅を訪問し、食事や入浴、排せつなどの支援（身体介護）や調理、洗濯など（生活援助）を行います。
訪問入浴介護	介護職員と看護師が自宅を訪問し、簡易浴槽を持ち込んで入浴の介助サービスを行います。
訪問看護	看護師などが自宅を訪問し、主治医の指示に基づいて療養上の世話などを行います。
訪問リハビリテーション	理学療法士や作業療法士などが自宅を訪問し、医師の指示に基づいてリハビリテーションを行います。
居宅療養管理指導	医師、歯科医師、薬剤師などが自宅を訪問し、療養上の管理や指導を行います。
通所介護 （デイサービス）	高齢者在宅サービスセンターなどで、食事や入浴などの世話や機能訓練などを日帰りで行います。
通所リハビリテーション （デイケア）	介護老人保健施設や病院、診療所などでリハビリテーションを日帰りで行います。
短期入所生活介護 （ショートステイ）	特別養護老人ホームなどで短期間入所した方に、食事や入浴などの世話や機能訓練などを行います。
短期入所療養介護　※ （医療型ショートステイ）	介護老人保健施設などで短期間入所した方に、医学的管理のもと、食事や入浴などの日常生活の世話やリハビリテーションを行います。
特定施設入居者生活介護	有料老人ホームなどに入居した方に、食事や入浴などの世話や機能訓練を行います。
福祉用具貸与	車いすや特殊寝台（ベッド）などの福祉用具の貸出しを行います（介護度によっては原則として貸出しできないものがあります）。
特定福祉用具購入費の支給	指定の販売事業者から購入した場合、腰掛け便座や入浴補助用具などの福祉用具購入にかかった費用の7割・8割・9割が支給されます（4月～3月の1年間で上限10万円）。
住宅改修費の支給	手すりの取付けや段差解消など小規模な住宅改修にかかった費用の7割・8割・9割が支給されます（事前の申請が必要です。上限20万円）。

地域密着型サービス	
定期巡回・随時対応型訪問介護看護	訪問介護と訪問看護が一体的又は密接に連携しながら、24時間の定期巡回訪問や、通報システムによる随時対応で、排せつの介護や服薬確認などを行います。
夜間対応型訪問介護	定期巡回と通報による随時対応を組み合わせた夜間専用の訪問介護です。
地域密着型通所介護	小規模なデイサービスで、食事や入浴などの世話や機能訓練などを日帰りで行います。
認知症対応型通所介護	認知症の症状のある方を専門とするデイサービスで、食事や入浴などの日常生活上の支援を日帰りで行います。

地域密着型サービス	
小規模多機能型居宅介護	「通い」を中心として、利用者の状況や希望に応じ、随時「訪問」や「泊まり」を組み合わせてサービスを行います。利用するためには登録が必要です。また、登録した事業所以外の同等のサービスは利用できません。
認知症対応型共同生活介護（グループホーム）	認知症の症状のある方が少人数で住み、食事・入浴・排せつなどの日常生活の支援を受けながら家庭的な雰囲気の中で生活を送ります。
地域密着型介護老人福祉施設入所者生活介護（小規模特別養護老人ホーム）	定員29人以下の特別養護老人ホームに入居した方に、食事や入浴などの介助や機能訓練を行います。
地域密着型特定施設入居者生活介護　※	定員29人以下の小規模な介護専用の有料老人ホームなどで、食事・入浴・排せつなどの介護や、機能訓練及び療養上の世話を行います。
看護小規模多機能型居宅介護※	訪問看護と小規模多機能型居宅介護を組み合わせ、一体的に提供するサービスです。

施設サービス	
介護老人福祉施設（特別養護老人ホーム）	常に介護が必要で、自宅での介護が困難な方が入所する施設で、日常生活の介助などを行います。
介護老人保健施設　※	症状が比較的安定していて、リハビリテーションを中心に医学的管理のもと、家庭への復帰を目指す方が入所する施設で、機能訓練や日常生活の介助を行います。
介護医療院　※	要介護者に、長期療養のための医療と日常生活上の介護の一体的な提供を行います。

※印の事業所は、現在千代田区にはありません。

◆要支援１・２の方への介護保険サービス

生活機能の維持向上の視点から、介護予防を重視したサービスです。サービスを利用するにはまず、高齢者あんしんセンターに相談し、自分に合った「介護予防サービス計画」の作成を依頼してください。

介護予防支援（介護予防ケアマネジメント）
在宅の要支援者が介護予防サービスや地域密着型介護予防サービスを適切に利用できるように、高齢者あんしんセンターが要支援者・家族から依頼を受けて、その方の心身の状況や置かれている環境、本人の希望などを勘案して、介護予防サービス計画を作成します（計画作成にかかる自己負担はありません）。

介護予防サービス	
介護予防訪問入浴介護	入浴設備のある巡回入浴車が自宅を訪問し、介護予防を目的とした入浴の介助などを行います。
介護予防訪問看護	看護師などが自宅を訪問し、主治医の指示に基づいて介護予防を目的とした療養上の世話などを行います。
介護予防訪問リハビリテーション	理学療法士や作業療法士などが自宅を訪問し、医師の指示に基づいて、介護予防を目的とした短期集中的なリハビリテーションを行います。
介護予防居宅療養管理指導	医師、歯科医師、薬剤師などが自宅を訪問し、介護予防を目的とした療養上の管理や指導を行います。
介護予防通所リハビリテーション（デイケア）	介護老人保健施設や病院、診療所などで介護予防を目的としたリハビリテーションを日帰りで行います。
介護予防短期入所生活介護（ショートステイ）	特別養護老人ホームなどで短期間入所した方に、介護予防を目的とした食事や入浴などの世話や機能訓練などを行います。
介護予防短期入所療養介護※（医療型ショートステイ）	介護老人保健施設などで短期間入所した方に、医学的管理のもと、介護予防を目的とした食事や入浴などの世話やリハビリテーションを行います。
介護予防特定施設入居者生活介護	有料老人ホームなどに入居した方に、介護予防を目的とした食事や入浴などの世話や機能訓練、療養上の世話を行います。
介護予防福祉用具貸与	手すりや歩行補助杖などの福祉用具の貸出しを行います。
介護予防特定福祉用具購入費の支給	指定の販売事業者から購入した場合、腰掛け便座や入浴補助用具などの福祉用具購入にかかった費用の7割・8割・9割が支給されます（4月～3月の1年間で上限10万円）。
介護予防住宅改修費の支給	手すりの取付けや段差解消など小規模な住宅改修にかかった費用の7割・8割・9割が支給されます（事前の申請が必要。上限20万円）。

※印の事業所は、現在千代田区にはありません。

地域密着型介護予防サービス	
介護予防認知症対応型通所介護	認知症の症状のある方を専門とするデイサービスで、介護予防を目的とした食事や入浴などの日常生活上の支援を日帰りで行います。
介護予防小規模多機能型居宅介護	「通い」を中心として、利用者の状況や希望に応じ、随時「訪問」や「泊まり」を組み合わせて介護予防を目的としたサービスを行います。利用するためには登録が必要です。また、登録した事業所以外の同等のサービスは利用できません。
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	認知症の症状のある方が少人数で住み、介護予防を目的とした食事・入浴・排せつなどの日常生活の支援を受けながら家庭的な雰囲気の中で生活を送ります。

◆介護保険サービスの利用者負担

介護サービス費など	
サービス	自己負担
訪問介護・訪問看護など、 在宅におけるサービス	サービス費用の1割・2割・3割
通所介護など、通いのサービス	サービス費用の1割・2割・3割と食費など
短期入所など、泊まりのサービス	サービス費用の1割・2割・3割と食費・滞在費（居住費）など
特別養護老人ホームなどの 施設サービス	サービス費用の1割・2割・3割と食費・滞在費（居住費）・日常生活費など

高額介護（予防）サービス費など	
高額介護（予防）サービス費	**介護保険の利用者負担額（1割・2割・3割）が高額になったとき** 世帯で1か月のサービスにかかる利用者負担額（介護費のみ）が所得段階に応じた上限を超えたとき、超えた分の金額が支給されます。支給については、申請が必要です。
高額医療合算介護（予防）サービス費	**介護・医療の両制度の利用者負担の合計額が高額になったとき** 世帯で1年間の介護保険と医療保険にかかる利用者負担の合計額が所得段階に応じた上限を超えたとき、超えた分の金額が支給されます。支給については、申請が必要です。
高額総合事業サービス費	**総合事業の利用者負担額（1割・2割・3割）が高額になったとき** 世帯で1か月の総合事業にかかる利用者負担額が所得段階に応じた上限を超えたとき、超えた分の金額が支給されます。支給については、申請が必要です
高額医療合算介護サービス費 （総合事業分）	**総合事業・医療の両制度の利用者負担の合計額が高額になったとき** 世帯で1年間の総合事業と医療保険にかかる利用者負担の合計額が所得段階に応じた上限を超えたとき、超えた分の金額が支給されます。支給については、申請が必要です。

利用者負担軽減

介護費や食費・居住費（滞在費）の負担を軽減する制度があります。負担が軽減されるためには事前の申請が必要です。

介護保険施設やショートステイを利用する際の食費・居住費（滞在費）の利用者負担軽減 （特定入所者介護サービス費）	介護保険施設やショートステイを利用する方の食費・居住費については、ご本人による負担が原則ですが、低所得の方については負担が困難とならないよう、所得・資産などの要件に該当すると食費・居住費の自己負担額が軽減されます。
特に生計が困難な利用者に対する負担軽減	**（1）社会福祉法人等による生計困難者等の利用者負担軽減** 所得・資産などが一定の要件に該当すると、介護費・食費・居住費（滞在費）が軽減されます。対象サービスは、特別養護老人ホームです。 **（2）生計困難者の利用者負担軽減（千代田区独自制度）** 所得・資産などが一定の要件に該当すると、介護費が軽減されます。対象サービスは、介護保険居宅サービス（介護予防を含む）及び介護予防・生活支援サービス（予防訪問サービス・予防通所サービスなど）です。

問合せ：高齢介護課 介護事業指定係
TEL（5211）4336　FAX（3288）1365

◆区内の介護保険サービス等提供施設

※詳しくは80P～87Pをご参照ください。

施設名	提供している介護保険サービス等	運営法人・住所
いきいきプラザ一番町	○デイサービス 【定員35名】 ○ショートステイ 【定員 8名】 ○認知症対応型通所介護 【定員12名】 ○特別養護老人ホーム 【定員82名】 ○居宅介護支援事業所	社会福祉法人 カメリア会 一番町12 TEL（3265)6131 FAX（3265)6136
岩本町ほほえみプラザ	○デイサービス 【定員30名】 ○ショートステイ 【定員20名】 ○認知症対応型通所介護 【定員12名】 ○グループホーム 【定員 9名】 ○ケアハウス 【定員18室20名】	社会福祉法人 多摩同胞会 岩本町2－15－3 TEL（5825)3407 FAX（5825)3408
かんだ連雀	○ホームヘルプ ○定期巡回・随時対応型訪問介護看護 ○特別養護老人ホーム 【定員59名】	社会福祉法人 多摩同胞会 神田淡路町2－8－1 TEL（3252)8815 FAX（3252)8816
ジロール神田佐久間町	○地域密着型通所介護 【定員12名】 ○グループホーム 【定員 9名】	社会福祉法人 新生寿会 神田佐久間町3－16－6 TEL（5822)2650 FAX（5822)5360
ジロール麹町	○小規模多機能型居宅介護 【定員25名】 ○グループホーム 【定員18名】 ○小規模特別養護老人ホーム 【定員29名】	社会福祉法人 新生寿会 麹町2－14－3 TEL（3222)8750 FAX（3222)9680
淡路にこにこ フォーユープラザ	○デイサービス 【定員30名】 ○ショートステイ 【定員21名】 ○認知症対応型通所介護 【定員 6名】	社会福祉法人 奉優会 神田淡路町2－109 デイサービス専用ダイヤル TEL（5298)6018 FAX（5298)6019 ショートステイ専用ダイヤル TEL（5298)6028 FAX（5298)6029
THE BANCHO （ザ番町）	○ショートステイ 【定員１２名】 ○特別養護老人ホーム 【定員108名】 ○グループホーム 【定員１８名】	社会福祉法人 平成会 二番町7－6 □特養・ショートステイ TEL（3238)0088 FAX（3238)0100 □グループホーム TEL（5213)0088 FAX（3238)0100
ケアハウス神田紺屋町	○都市型軽費老人ホーム 【定員20名】	社会福祉法人 いちえ会 神田紺屋町37 TEL（5294)2518 FAX（5294)2518

4　介護予防・日常生活支援総合事業（総合事業）

◆介護予防・生活支援サービス事業

基本チェックリスト該当の方や、要支援認定を受けた方で、生活機能の向上が必要な方を対象とした介護予防事業です。お住まいの地域の高齢者あんしんセンターが相談を受け、自立を支援します。

■利用のしかた

1　申　　請

高齢者あんしんセンターや区役所に申請します。
① 申請書
② 基本チェックリスト

↓

2　面 接 等

申請時、提出された書類の内容を確認し、高齢者あんしんセンターの職員が面接または訪問調査を行います。

↓

3　対象者の決定・通知

区から、事業利用の可否、また、利用できるサービスの内容をお知らせします。

↓

4　介護予防ケアマネジメント

高齢者あんしんセンターが本人と相談し、心身の状況などに応じたケアプランを作ります。

↓

5　サービスの利用開始

※概ね6か月ごとに計画を見直します。

■サービス一覧

訪問型サービス

高齢介護課 介護事業指定係 TEL （5211）4336 FAX （3288）1365	予防訪問サービス	利用者が自立した生活ができるよう、ホームヘルパーが自宅を訪問し、食事や入浴などの日常生活上の支援を行います。
	自立支援訪問サービス	利用者の自立した生活を支援するために、ホームヘルパーが自宅を訪問し、利用者と一緒に、掃除や洗濯等を行います。
在宅支援課 介護予防担当 TEL（5211）4223 FAX（3265）1163	生活機能改善訪問アドバイス（専門職による短期集中予防サービス）	閉じこもりがちな方の自宅に、理学療法士、作業療法士、看護師等が訪問し、生活機能改善の為の指導・相談等を行います。

通所型サービス

高齢介護課 介護事業指定係 TEL （5211）4336 FAX （3288）1365	予防通所サービス	高齢者在宅サービスセンターなどで、介護予防を目的とした食事や入浴などの日常生活上の支援や、運動器の機能向上のための支援を日帰りで行います。
	生活機能向上デイサービス	送迎を必要としない方を対象に、介護予防を目的とした短時間（3時間程度）のプログラムを行い、状態維持・改善を目指します。
在宅支援課 介護予防担当 TEL（5211）4223 FAX（3265）1163	筋力向上教室	体力が低下しているなど一定の条件を満たしている方を対象に、体力改善を目的としたマシントレーニングを行う教室です。 自宅でも自主的に取り組めるよう、テキストも配布します。

◆どなたでも参加できる介護予防事業

■事業一覧

介護予防事業

日常生活の中で、自主的に介護予防に取り組めるように、身近な高齢者施設や区民館等で、介護予防の教室などを行います（事前申込制）。		
在宅支援課 介護予防担当 TEL（5211）4223 FAX（3265）1163	口腔機能向上プログラム（歯医者さんで介護予防！）	歯科医師や歯科衛生士が、千代田区内の指定歯科診療所等で、口腔機能向上のための日々のお手入れ方法や健口体操等を指導します。（全4回）
	自主活動グループ立ち上げ支援	グループで運動したい人に対して、理学療法士などの専門職を派遣し（3回）介護予防の体操を指導します。
	介護予防運動教室	運動機能の維持・向上を図る方法を学ぶ運動教室で、介護予防の自主活動グループ作りを目指します。
	男の料理教室	男性向けの料理教室です。栄養や献立について学びながら、グループごとに買い出し、調理を行います。終了後には、仲間と料理を継続することを目指します。

フレイル対策事業

※フレイルとは、心身の活動低下により要介護リスクが高まった状態のことを言います。

在宅支援課 介護予防担当 TEL（5211）4223 FAX（3265）1163	フレイル予防講座	
	対　象	介護認定を受けていない60歳以上の区民 ※定員に満たない場合は、 60 歳未満の介護認定を受けていない方も受講できます。
	内　容	フレイル対策に効果的な①身体機能改善②口腔機能向上③栄養改善④認知症予防⑤こころの健康に関する講座を行います。
	フレイル測定会	
	対　象	60歳以上の区民
	内　容	現在の心身の機能を多面的にチェックする測定会です。体力測定、認知機能、口腔機能などの測定結果を元に、フレイル対策に関する個別アドバイスを行います。

シルバートレーニングスタジオ

65歳以上の区民が、安全に運動できる機会と、地域の活動に関する情報を提供しながら、住み慣れた地域で自分らしく暮らし続けていけるために開催しています。（要登録・参加費無料）。

	会　場	曜　日	時　間
千代田区社会福祉協議会 高齢者活動センター TEL（3265）1161 FAX（3265）1162	万世橋区民館	月曜日	①午前9時30分～10時30分 ②午前10時45分～11時45分
	富士見区民館		①午後1時30分～2時30分 ②午後2時45分～3時45分
	麹町区民館	火曜日	①午前9時30分～10時30分 ②午前10時45分～11時45分
	ちよだパークサイドプラザ		午後1時30分～2時30分
	岩本町ほほえみプラザ	水曜日	①午前9時30分～10時30分 ②午前10時45分～11時45分
	神保町区民館		①午後1時30分～2時30分 ②午後2時45分～3時45分
	いきいきプラザ一番町		①午後1時30分～2時30分 ②午後2時45分～3時45分
	いきいきプラザ一番町	木曜日	①午前9時30分～10時30分 ②午前10時45分～11時45分
	アキバ分室　みりおん （映像投影）		午前10時～11時
	神田公園区民館		①午後1時30分～2時30分 ②午後2時45分～3時45分
	高齢者総合サポートセンター （かがやきプラザ）	金曜日	①午前9時30分～10時30分 ②午前10時45分～11時45分
	万世橋区民館		午前10時30分～11時30分
	いきいきプラザ一番町 （映像投影）		午前11時～12時
	和泉橋区民館		午後1時30分～2時30分

※一人で歩いて参加できる方が対象です。
※祝日、年末年始、天候、感染症の拡大状況等の事情により、日程変更や休講する場合があります。お問い合わせのうえ、ご参加ください。
※安全管理のため、各会場に定員を設けています。
参加される方は、登録をして頂き、あらかじめ決められた会場と日時にご参加ください（ご登録は一人1会場、ご参加は週１回が上限となります）。　（令和7年1月現在）

はつらつ体操

健康な体を維持するために、さまざまな運動を行っている高齢者向けの教室です。加齢とともに増す健康上の不安は体を動かすことで和らげることができます。		
スポーツセンター TEL （3256）8444 FAX （5256）6706	対　象	杖を使わず、ひとりで歩行可能な方
	内　容	千代田区立スポーツセンター（内神田２－１－８）で実施 毎週木曜日　午後2時30分～3時30分 ※祝日はお休みです。

シニア向け転倒予防と健康体操 IN 柔道場

柔道の動きに基づき、体を動かす楽しさや心地よさを感じ、転倒予防や体力維持を目指します。		
スポーツセンター TEL （3256）8444 FAX （5256）6706	対　象	50 歳以上の方
	内　容	千代田区立スポーツセンター（内神田２－１－８）で実施 毎月第1・3水曜日。（全11回）　午前10時～11時30分 ※祝日はお休みです。 ※令和7年度は変更になる場合があります。

介護予防教室ラララフィット

椅子などを利用し、身体に大きな負荷をかけずに自分の体重を使って、筋肉や関節など体に関する部分全てを鍛える運動プログラムです。（実施月はお問い合わせください）		
スポーツセンター TEL （3256）8444 FAX （5256）6706	対　象	60歳以上の方
	内　容	千代田区立スポーツセンター（内神田２－１－８）で実施 募集型、2か月（8回）×年4回（全32回） 金曜日午後1時30分～2時30分 ※祝日はお休みです。

介護保険サポーター・ポイント制度

千代田区社会福祉協議会 ちよだボランティアセンター TEL （6265）6522 FAX （3265）1902	65歳以上の区民が、高齢者をサポートする活動を通して社会参加、地域貢献を行いながら、自身の健康増進及び介護予防を図ります。活動実績に応じてポイントを貯め、そのポイントを換金することができます。 →詳細は６８Ｐ参照

5 区の在宅生活支援サービス

要介護認定を受けた方などが利用できるサービスで、介護保険制度の枠外で千代田区が行っているものです。

◆在宅生活支援サービス

紙おむつの支給

在宅支援課 在宅支援係 TEL（6265）6482 FAX（3265）1163	対　象	次の①②のいずれかに該当する方 ①要介護1以上で、常時おむつを必要とする方 ②65歳以上の入院中の方で、疾病などにより①と同様の心身状態にある方
	内　容	カタログの中から選択した紙おむつを毎月上旬に自宅などへ配送します。
	利用料	月に総費用10，600円までは、1割負担で購入できます。 ※入院で紙おむつの持込みができない場合には、現金助成制度（月額13，200円限度）もありますのでご相談ください。

寝具乾燥サービス

自宅で寝たきりの方や病弱な方などが、快適に就寝できるように、寝具を乾燥消毒します。		
在宅支援課 在宅支援係 TEL（6265）6482 FAX（3265）1163	対　象	次の①②のいずれかに該当する方 ①65歳以上の要介護3以上の方 ②65歳以上の病弱な方でひとり暮らし高齢者または高齢者のみの世帯の方
	内　容	①に該当する方…乾燥消毒6回・丸洗い4回・水洗い2回実施 ②に該当する方…乾燥消毒6回実施
	利用料	乾燥消毒…550円 丸　洗　い…1，100円 水　洗　い…1，210円

訪問理美容サービス

理容店や美容院などに行くことが困難な方が、快適な生活を送れるように、自宅への訪問理美容サービスを実施します。		
在宅支援課 在宅支援係 TEL（6265）6482 FAX（3265）1163	対　象	65歳以上かつ要介護3以上の方で、理美容店に行くことが困難な方
	内　容	年8回まで、調髪、カット・ブローを実施します。
	利用料	1回につき自己負担額710円となります。

高齢者福祉住環境整備

転倒の予防や自立した生活を確保するための安全対策、介護の軽減を目的に行う住宅・設備改修などに要する費用を一部給付します（改修内容により給付限度額が異なります）。
※事前の申請が必要です。また、改修などが行えるのは、住所地の住宅です。詳しくは、介護事業指定係までお問い合わせください。

高齢介護課 介護事業指定係 TEL（5211）4336 FAX（3288）1365	**介護予防住宅改修等給付　※介護認定を受けていない方**	
	対　象	次の①～③をすべて満たす65歳以上の方 ①日常生活の動作などに困難のある方 ②介護予防、自立支援の観点から改修が必要と認められる方 ③介護認定を受けていない方または非該当の方
	内　容	手すりの取付け、段差の解消、滑り防止などの床材変更、引き戸などへの扉の取替え、トイレの洋式化及びこれらの付帯工事や福祉用具（すのこ・浴用椅子等）の購入にかかる費用の一部を給付
	自立支援設備改修等給付	
	対　象	次の①～③をすべて満たす65歳以上の方 ①日常生活の動作などに困難のある方 ②自立支援の観点から改修が必要と認められる方 ③要支援または要介護の認定を受けている方
	内　容	●浴槽交換、流し・洗面台の取替え、トイレの洋式化及びこれらの付帯工事、階段昇降機設置、ホームエレベーター設置にかかる費用の一部を給付 ●認知症などにより、火災予防が必要な場合、IH クッキングヒーターの購入にかかる費用（本体費用のみ）の一部を給付

在宅訪問リハビリ支援

訪問リハビリが必要な方で、介護保険では不足する方を支援します。
（ケアマネジャーを通じて申請してください。）

高齢介護課 介護事業指定係 TEL（5211）4336 FAX（3288）1365	対　象	要介護1以上の介護認定を受けている方で、リハビリを受けるには、現在の支給限度額では不足する方
	内　容	年間24回を限度に、委託診療所などから理学療法士などを派遣し、訪問リハビリのサービスを提供します。提供に際しては医師の指示書が必要です。
	利用料	理学療法士などの派遣1回につき、利用料金の1割～3割が自己負担額となります。

在宅支援ホームヘルプサービス

日常生活での自立に支障があり、介護保険の支給限度額を超えている方などが対象です。
（ケアマネジャーを通じて申請してください。）

高齢介護課
介護事業指定係
TEL（5211）4336
FAX（3288）1365

対　象

次の①～④をすべて満たしている方
①区内在住で要介護1以上の認定を受けていること
②支給限度額を超えていること（※）
③毎週定期的にサービスを必要としていること
④次のア～ウのいずれかに該当すること
ア）ひとり暮らしで心身に障害を有し、日常生活に支障がある方
イ）夫婦又は同居する者のすべてが65歳以上で構成される世帯で、介護者が虚弱等により介護が困難な状態にある方
ウ）介護者がおおむね1か月以上の疾病、就労、長期不在などにより自立した生活を営むことができない状況にある方

※外出介助は、支給限度額を超えていない場合でも利用できます。

内　容

●生活援助…掃除、洗濯、調理など
●身体介護…食事介助、排せつ介助など
●外出介助…介護保険で認められない外出時の付き添いなど

認定区分	利用限度時間	サービスの種類
要介護1	週2時間未満	生活援助 または身体介護
要介護2	週4時間未満	
要介護3	週6時間未満	
要介護4	週8時間未満	
要介護5	週10時間未満	
要介護1以上	週2時間未満	外出介助（身体介護）

利用料

サービス費用の１割・2割・3割が自己負担額となります。
（サービス内容により利用料が異なります。）
利用料は直接事業者へお支払いください。

◆ご家族など介護者への支援

高齢者を介護している方を支援するサービスです。状況に応じてご利用ください。

医療ステイ利用支援

<table>
<tr><td colspan="3">医療処置・介護を必要とする高齢者の皆さんが、介護者の諸事情により在宅における療養が一時的に困難となったとき、病院に短期間入院できるサービスです。</td></tr>
<tr><td rowspan="3">在宅支援課
相談係
TEL（6265）6483
FAX（3265）1163</td><td>対　象</td><td>次の①～③をすべて満たしている方
①要支援・要介護と認定されている
②医療処置を必要としている
（1）経管栄養（鼻・胃・腸）（2）留置カテーテル（3）在宅酸素
（4）人工透析（5）インシュリン（6）中心静脈栄養（IVH）
（7）ストマ（8）気管切開後の対応（9）吸引（10）その他
③本人の状況や介護者の事情により、在宅における療養が一時的に困難となり、介護保険施設の利用ができない。</td></tr>
<tr><td>内　容</td><td>千代田区と医療ステイ協定を締結した病院で、必要な診療と医学的な管理を提供します。
●利用限度　原則として1か月につき7日間まで
●指定病院
三楽病院、九段坂病院、半蔵門病院、
杏雲堂病院、東京逓信病院
※ご本人の状態によって、利用できない病院があります。
※他の入院患者に著しい迷惑をかける等の恐れのある場合は、ご利用いただけません。</td></tr>
<tr><td>利用料</td><td>①入院にかかる医療費、入院時食事医療費などに関しては、利用者が個々に加入している健康保険を適用した額
②利用者が利用した保険外利用料金
※医療ステイで利用する病室のベッド料のみ区が負担します。</td></tr>
</table>

かがやきカウンセリングルーム

<table>
<tr><td colspan="3">要介護高齢者を介護している方等の精神的な負担を軽減するため、専門のカウンセラーがお話をうかがいます。</td></tr>
<tr><td rowspan="3">高齢者総合サポートセンター
（かがやきプラザ）
研修センター
TEL（6265）6560
FAX（3265）1162</td><td>対　象</td><td>次の①②③④のいずれかに該当する方
①高齢者等を介護する家族
（本人または家族が千代田区在住）
②認知症のある方をケアする家族
（本人または家族が千代田区在住）
③認知症、若年性認知症の本人（本人が千代田区在住）
④千代田区内で介護・福祉サービスを提供する事業所等に勤務している方</td></tr>
<tr><td>内　容</td><td>介護によって生じるストレス、認知症や若年性認知症ご本人や家族の心配事、介護職を担う中でのストレスや不安などに対し、臨床心理士・公認心理師による相談を実施しています。（1回50分）

●日時　第１土曜日午後１時～午後４時
第４水曜日午前１０時～午後１時
●場所　高齢者総合サポートセンター（かがやきプラザ）4階
研修室

※予約制ですので、事前にお申し込みください。

曜日等が変更になる場合がございます。
詳しくはお問い合わせください。</td></tr>
<tr><td>利用料</td><td>無料</td></tr>
</table>

介護者教室

高齢者を介護している家族や介護に関心を持っている方々に、介護の知識や技術を習得できるよう講習会を行っています。		
高齢者あんしんセンター 麹　町 TEL（3265）6141 FAX（3265）6138	対　象	介護に関心のある方（どなたでも参加できます）
高齢者あんしんセンター 神　田 TEL（5297）2255 FAX（5297）2256	内　容	月1回程度
高齢者総合サポートセンター （かがやきプラザ） 研修センター TEL（6265）6560 FAX（3265）1162	対　象	介護に関心のある方（どなたでも参加できます）
	内　容	不定期

6　日常生活の支援・地域の支え合い

◆日常生活の支援

ひとり暮らしの高齢者や高齢者のみの世帯などを対象にした事業です。

高齢者食事支援サービス

ひとり暮らし高齢者または高齢者のみの世帯等で外出や調理がままならず、日々の食事の確保が必要な方に対し、助成を行います。 ※定期的に（年に1回）アセスメントを実施します。		
在宅支援課 相談係 TEL（6265）6483 FAX（3265）1163	対　象	65歳以上のひとり暮らし高齢者または高齢者のみの世帯等で、在宅での食事の確保に支援が必要な方
	内　容	希望する曜日に、昼食及び夕食の宅配を行います。
	利用料	1食あたり380円～700円程度（食事内容により変わります。）

入院生活支援（入退院時ヘルパー派遣）

ひとり暮らしの高齢者などが病気治療のために病院に入院した場合に、区が委託した事業者からヘルパーを派遣します。身の回りの援助、入退院時などの付き添いを行います。		
在宅支援課 在宅支援係 TEL（6265）6482 FAX（3265）1163	対　象	65歳以上のひとり暮らし高齢者または高齢者のみの世帯で、区内もしくは隣接する区内の病院に入院した方 ※介護保険の第2号被保険者も利用できる場合があります。
	内　容	区が指定する事業者からヘルパーを派遣し、入退院時や一時外出時の付き添い、入退院時や入院中の生活援助（洗濯や買い物など）を行います。 ※利用できる病院 千代田区、中央区、港区、新宿区、文京区、台東区、墨田区、江東区、渋谷区で、ヘルパー派遣ができる病院に限ります。
	利用料	利用時間費用の1割（230円～）が自己負担額となります。

救急通報システム

<table>
<tr><td colspan="3">自宅内で緊急事態（急病・けが・火災など）となった時に、民間事業者の受信センターに連絡され、安全確認や安否確認のため必要な救援等を行います。</td></tr>
<tr><td rowspan="2">在宅支援課
在宅支援係
TEL（6265）6482
FAX（3265）1163</td><td>対　象</td><td>次の①②をすべて満たしている方
①区内在住で65歳以上の方が居住する世帯
②日常生活を営む上で、慢性疾患などで健康上注意を要する状態であること</td></tr>
<tr><td>内　容</td><td>救急通報システムに必要な、電波を受信する救急通報装置本体とペンダント型通報装置を貸与します。機器の設置及び維持費用は区が負担します。</td></tr>
</table>

自動通話録音機

<table>
<tr><td colspan="3">振り込め詐欺などの被害を未然に防止するため、電話機の呼び出し前に発信者に対し、警告メッセージを流し、会話内容を自動で録音する自動通話録音機を設置します（無料）。</td></tr>
<tr><td rowspan="4">在宅支援課
在宅支援係
TEL（6265）6482
FAX（3265）1163</td><td>対　象</td><td>区内在住で65歳以上の方が居住する世帯
※電話機の種類等状況により設置できない場合があります。
救急通報システムを設置している家屋は、自動通話録音機を設置できないことがあります。</td></tr>
<tr><td>内　容</td><td>自動通話録音機は、電話がかかってくると発信者に対して「この電話は振り込め詐欺等の犯罪被害防止のため、会話内容が自動で録音されます」というメッセージを流し、通話内容を自動で録音します。

65歳未満で身体障害者手帳・愛の手帳・精神障害者保健福祉手帳をお持ちの方は障害者福祉課へお問い合わせください。</td></tr>
<tr><td>利用料</td><td>・新規で設置する場合は、無料です。
・機器に不具合が生じ再設置する場合は、録音機設置代等に係る費用の1割相当額（上限額3，000円）をご負担いただきます。
※維持費（電気料）等は自己負担です。</td></tr>
<tr><td>受付
場所</td><td>高齢者総合サポートセンター「かがやきプラザ」1階相談センター
区役所3階　保健福祉部窓口
高齢者あんしんセンター麹町・神田
区内各出張所
区内各警察署（生活安全課防犯係）</td></tr>
</table>

高齢者いきいき相談（電話訪問）

高齢者あんしんセンターの電話訪問相談員が、定期的に利用登録者宅に電話をかけ、お身体の調子や近況を伺うなど、様々な相談をお受けします。		
高齢者あんしんセンター 麹 町 TEL（3265）6141 FAX（3265）6138 **高齢者あんしんセンター 神 田** TEL（5297）2255 FAX（5297）2256	対 象	65歳以上のひとり暮らし高齢者、または高齢者のみの世帯の方
	内 容	回数：週2回または週1回 時間：午前10時～午後3時 曜日：麹町地区　火・金曜日 　　神田地区　月・木曜日

救急医療情報キット

自身の医療情報を入れる容器（救急医療情報キット）を無料で配付しています。自宅で具合が悪くなり救急車を呼んだとき、救急隊員がその情報を確認することで、緊急連絡先への連絡もスムーズに行えます。		
在宅支援課 **在宅支援係** TEL（6265）6482 FAX（3265）1163	対 象	65歳以上の区内在住者
	内 容	救急医療情報キットと一緒に医療情報記録用紙と、玄関の内側と冷蔵庫に貼るステッカーを配付します。キットには、医療情報記録用紙（自身で記入）、本人写真、健康保険証、診察券、お薬手帳のコピーを一緒に入れて冷蔵庫に保管します。 なお、キット内の情報に変更があった場合は、随時更新してください。 ※65歳未満で、身体障害者手帳・愛の手帳・精神障害者保健福祉手帳をお持ちの方は、障害者福祉課へお問い合わせください。
	配 付 場 所	高齢者総合サポートセンター「かがやきプラザ」1階相談センター 高齢者あんしんセンター麹町・神田 区内6出張所の窓口

高齢者補聴器購入費助成（令和７年７月開始予定）

在宅支援課 **在宅支援係** TEL（6265）6482 FAX（3265）1163	対 象	区内在住で、下記のすべてに該当する方 ① 60歳以上（令和7年4月1日以降）の方 ② 聴覚障害による身体障害者手帳をお持ちでない方 ③ 中等度難聴と医師の診断を受けた方 ④ 令和7年4月1日以降に補聴器を購入される方
	内 容	加齢により聴力が低下している方に補聴器購入費の一部を助成します。 ※詳細は決定次第ホームページ等でご案内いたします。

後期高齢者入院時負担軽減（入院生活費助成）

満75歳以上の方の入院中の日用品等の費用を助成し、経済的な負担を軽減します。		
在宅支援課 在宅支援係 TEL（6265）6482 FAX（3265）1163	対　象	満75歳以上の高齢者で医療保険適用の病院に入院された方
	内　容	入院中にかかる日用品等の費用として、入院日数に応じて助成します。 ※助成限度額は年度ごとに一人につき5万円までです。 入院期間が分かる病院の領収書原本を添えて申請してください。ご本人の指定する口座に振り込みます。 ※申請日から遡って1年を経過した入院日は、助成の対象外です。

ふれあい収集

ごみ・資源を集積所に自力で出すことが困難な場合には、戸別収集いたします（無料）。		
千代田清掃事務所 TEL（3251）0566 FAX（3251）4627	対　象	65歳以上の高齢者のみの世帯、障害者のみの世帯
	内　容	集積所までごみ・資源をご自分で持ち出すことが困難で、身近な人の協力を得られない方を対象に、見守り活動の一環として、清掃事務所職員が自宅まで収集にうかがいます。

運び出し収集

粗大ごみを自力で運び出すことが困難な場合には、戸別収集いたします。		
千代田清掃事務所 TEL（3251）0566 FAX（3251）4627	対　象	65歳以上の高齢者のみの世帯、障害者のみの世帯
	内　容	粗大ごみをご自分で運び出すことが困難で、身近な人の協力を得られない方を対象に、事前に粗大ごみと運び出し方法を確認した後に、収集にうかがいます（運び出しは無料ですが、粗大ごみ処分費用は有料になります）。

健康回復支援ショートステイ

退院後の方やひとり暮らし高齢者、高齢者のみの世帯の方の生活不安や、健康の不安を和らげ、在宅生活が継続できるよう支援します。		
岩本町ほほえみプラザ TEL（5825）3407 FAX（5825）3408	対　象	介護保険の要介護認定を受けていない方で、次の①②のいずれかに該当する方 ①65歳以上のひとり暮らし高齢者または高齢者のみの世帯 ②家族の事情により一時的に独居となる方
	内　容	岩本町ほほえみプラザ内のベッド付個室で、休養し、健康回復をめざします。 ●利用限度　原則1回あたり7日以内
	利用料	1泊　3，000円（食事代別）

◆地域の支え合い

地域のボランティアなどが、高齢者の生活を支えています。

なでしこ配食サービス（ボランティア）

なでしこ配食サービス（ボランティア）による手作りのお弁当をお届けします。		
千代田区社会福祉協議会 ちよだボランティアセンター TEL （6265）6522 FAX （3265）1902	対　象	下記地域にお住まいのひとり暮らし高齢者または高齢者のみの世帯で、食事の支度が困難な方 ※一部配食できない地域があります。
	内　容	麹 町 地 区・・・・原則として第1・3月曜日　　昼食 神保町地区・・・・原則として第2月曜日　　昼食 万世橋地区・・・・原則として第4水曜日　　夕食
	利用料	1食500円

ふたばサービス

地域住民などの協力による助け合いの家事支援サービスです。日常生活などでお困りの方を対象に、掃除・洗濯・食事づくりなどの家事や、病院・外出の付き添いを有料で行います。		
千代田区社会福祉協議会 在宅サポート係 TEL （3265）1901 FAX （3265）1902	対　象	家事・外出等の支援が必要な方
	利用料	月～土曜午前9時～午後5時・・・・・・・・・・・・1，300円 上記以外の時間、日曜・祝日・年末年始・・・1，500円 （1時間あたり、事務手数料含む） 会員登録が必要で登録前に職員の訪問があります。 ※30分単位の単発の支援も承ります。 ※専門的な技術が必要なものはお受けできません。 詳しくはお問い合わせください。

ふれあいクラブ

昼食会を通じて地域での仲間づくり、社会参加をお手伝いします。		
高齢者活動センター TEL （3265）1161 FAX （3265）1162	対　象	おおむね65歳以上のひとり暮らし高齢者または高齢者のみの世帯の方（登録制）
	内　容	麹町・富士見・神保町・神田公園・万世橋・和泉橋の各地区で実施しています。 地区ごとに実施曜日等が異なります。 参加方法など詳細は高齢者活動センターへお問合せください。
	参加費	昼食会1回500円

高齢者サロン（ふれあいサロン・はあとサロン・みんなのサロン）

身近な場所で、集まっておしゃべりや交流を楽しむことができる場（サロン）をボランティアなどが運営します。		
千代田区社会福祉協議会 **地域サポート係** TEL （3265）1901 FAX （3265）1902 **アキバ分室** TEL （6285）2860 FAX （6285）2861	対　象	60歳以上の区内在住者 ※一番町、アキバみんなのサロンは区内在住者ならどなたでも参加できます。
	内　容	**●地域住民、ボランティアによるサロン** 開催場所：区立施設や集会室など **●社会福祉協議会職員、ボランティアによる常駐のサロン** 開催場所：一番町みんなのサロン、アキバみんなのサロン、和泉はあとサロン、三崎町ふれあいサロン ※開催日時は、各サロンによって異なります。毎月、サロンだよりを発行し、催し物等をご案内しています。詳しくは、お問い合わせください。
	参加費	各サロンによって異なります。詳しくはお問い合わせください。 （材料費などの実費をご負担いただくことがあります。）

認知症カフェ（いきいきはあとカフェ・神田はあとカフェ）

認知症のある、なしに関わらず“認知症”について皆さんで情報共有や、交流、相談ができる場です。専門スタッフがいるので話しづらいことでも安心です。		
①いきいきはあとカフェ 高齢者あんしんセンター 麹 町 TEL（3265）6141 FAX（3265）6138 ②神田はあとカフェ 高齢者あんしんセンター 神 田 TEL（5297）2255 FAX（5297）2256	対 象	認知症の当事者やその家族、その他認知症に関心のある方
	内 容	①「いきいきはあとカフェ」 第2木曜、第4土曜：午後2時～3時30分 （会場：いきいきプラザ一番町） ②「神田はあとカフェ」 第2土曜：午後2時～4時（会場：かんだ連雀） 第4火曜：午前10時～11時45分 （会場：岩本町ほほえみプラザ） ※状況により会場等が変更になる場合があります。 詳しくはお問い合わせください。
	参加費	無料 （材料費などの実費をご負担いただくことがあります。）

認知症本人ミーティング（実桜（みお）の会）

認知症と診断されたご本人や認知症が心配な方、認知症の方を介護されているご家族が、日ごろの想いや悩みを語り合ったり、交流ができる場です。		
在宅支援課 地域包括ケア推進係 TEL（6265）6485 FAX（3265）1163	対 象	認知症と診断された本人やもの忘れでお悩みの方、その家族の方（区内区外在住を問わず参加可）
	内 容	毎月1回（第2水曜）いずれかの会場で開催します。 ①かがやきプラザ ひだまりホール 午後2時～3時30分 ②デニーズ 二番町店（二番町8－8） 午後3時～4時 ③カフェ のん散歩（神田神保町3丁目1－2） 午後2時～3時 ※詳しくはお問い合わせください。 ※デニーズ 二番町店・カフェ のん散歩での開催時は、事前に予約が必要となります。
	参加費	無料 ※デニーズ 二番町店・カフェ のん散歩で開催の際の飲食代は、各自のご負担となります。

ひとり暮らし高齢者等安心生活支援

高齢者総合サポートセンター（かがやきプラザ）相談センター TEL （3265）1165 FAX （3265）1163 **高齢者あんしんセンター麹町** TEL （3265）6141 FAX （3265）6138 **高齢者あんしんセンター神田** TEL （5297）2255 FAX （5297）2256 **在宅支援課相談係** TEL （6265）6483 FAX （3265）1163	**高齢者が住み慣れた地域で、安全に安心して暮らし続けられるように、地域の各関係機関が連携し、それぞれの立場からできる支援を行うことで、温かい見守りの輪を広げています。** ※高齢者の声の調子や、会話の反応、身なりなどから異変に気づいたら、最寄りの高齢者あんしんセンター、かがやきプラザ内の相談センターまたは在宅支援課相談係にご相談ください。

安心生活見守り台帳・避難行動要支援者名簿

区内在住の高齢の方や障害のある方が安全に安心して暮らせるよう、日常的な地域の見守りに、必要な情報を本人や親族などの申請により、事前に登録するものです。登録を希望する方はお問い合わせください。

「安心生活見守り台帳」 **在宅支援課相談係** TEL （6265）6483 FAX （3265）1163 **障害者福祉課総合相談担当** TEL （5211）4217 FAX （3556）1223	対　象	千代田区に住民登録があり、実際に住んでいる方で、次のいずれかに該当する方 ①65歳以上の方 ②介護保険における要介護・要支援の認定を受けている方 ③「身体障害者手帳」をお持ちの方 ④「愛の手帳」をお持ちの方 ⑤「精神障害者保健福祉手帳」もしくは「自立支援医療受給者証（精神通院）」をお持ちの方 ⑥国・東京都の難病医療費助成等を受けている方 ※病院や施設に、長期入院または入所している方は対象になりません。
「避難行動要支援者名簿」 **災害対策・危機管理課災害対策推進係** TEL （5211）4187 FAX （3264）1673	内　容	救援や支援が円滑に行われるように、次の情報を「安心生活見守り台帳」に登録していただきます。 ①基本情報（氏名、性別、住所、連絡先など） ②緊急時の連絡先 ※災害時の救護体制づくりの支援を行うため、「避難行動要支援者名簿」を別途作成しております。こちらについては、災害対策・危機管理課へお問い合わせください。
	利用料	無料

高齢者虐待防止の推進

在宅支援課 相談係 虐待防止相談専用電話 TEL （6265）6484	高齢者への虐待が疑われる場合や、虐待に気づいた人や関係機関から相談を受けた場合に、適切な支援を行います。虐待を受けていても自ら訴えられる人が少なく、深刻化する事例も増えています。「おかしいな？」「これって虐待？」など、異変を感じた時は、まず、ご一報ください。通報者の秘密は守ります。 また、高齢者福祉に携わる関係者や、区民を対象に研修会・講演会を実施し、高齢者虐待の早期発見や予防・防止に向けた普及啓発も行っています。

メ モ

7　区の認知症支援

日頃から認知症になるのを遅らせる、認知症になっても進行を緩やかにするための予防に努めるとともに、早期に気づき、適切に対応していくことが必要です。区では、認知症などの有無にかかわらず、誰もがお互いを尊重して、認め合い、支え合いながら、自分らしく住み続けられる地域づくりを進めています。

認知症に関する相談		
●高齢者あんしんセンター （地域包括支援センター） 月～土（9時～18時）	麹町	3265－6141 一番町12　いきいきプラザ一番町
	神田	5297－2255 神田淡路町２－８－１　かんだ連雀
●相談センター （かがやきプラザ内）　24時間365日	3265－1165 九段南１－６－１０	
●認知症地域支援推進員	認知症に関する様々な相談に対応する専門相談員が各高齢者あんしんセンターにいます。	
●認知症初期集中支援チーム （ちよだはあとチーム）	高齢者あんしんセンターの相談員（医療や福祉の専門職）と医師（認知症サポート医）を中心とする専門チームが、医療や介護サービスへの橋渡しを支援します。	

認知症支援サービス	
●訪問による「こころとからだのすこやかチェック」 ●訪問看護ステーションによる見守り支援	心身の健康状態を確認するための郵送調査「こころとからだのすこやかチェック（介護予防把握事業）」への回答がない高齢者などを対象に訪問調査を実施します。調査の結果、必要に応じて訪問看護師による見守り支援を行います。
●認知症カフェ （はあとカフェ）	認知症の方やその家族、その他認知症に関心のある方など誰もが集い、認知症について情報共有や交流、相談ができる場所です。 →詳細は40P 参照
●千代田区認知症本人ミーティング （実桜の会）	認知症と診断された本人や物忘れでお悩みの方、その家族の方が、日頃の想いや悩みを語り合う場です。家族ミーティングも同時に開催しています。 →詳細は40P 参照
●認知症サポーター養成講座	認知症の基本的な知識、対応について学ぶ講座を開催します。
●認知症ケアパス 「認知症ガイドブック」 「いまのわたしで生きていく」（別冊）	認知症の状態に合わせたサービスや支援情報をまとめた「認知症ケアパス」、認知症の方やご家族の声をまとめた「認知症ケアパス別冊」を区役所や高齢者あんしんセンターで配布しています。 郵送希望の方はご連絡ください。
●身体を使って脳トレいきいき教室	認知機能の維持向上を図り、認知症の発症遅延又は進行を予防すると共に、社会参加や仲間づくりの機会とすることを目的として実施します。

問合せ：在宅支援課 地域包括ケア推進係
TEL（6265）6485　FAX（3265）1163

8　成年後見制度・福祉サービス利用支援など

◆成年後見制度

判断能力が不十分なため、財産の管理や契約などの法律行為における意思決定が困難な方について、本人の権利を守る援助者（成年後見人など）を選任することで、法律面や生活面で支援する仕組みです。判断能力に応じて次の2つの制度があります。

法定後見制度	対　象	認知症、知的障害、精神障害などの理由で判断能力が不十分な方
	利　用	利用を開始したいときは、本人、配偶者、四親等内の親族、区市町村長などが家庭裁判所に申立てをします。家庭裁判所が事情を考慮して、本人の判断能力の状態によって、後見人、保佐人、補助人を選任することで制度を利用できます。

任意後見制度	対　象	現在、判断能力はあるが、将来判断能力が不十分な状態になった場合に備えておきたい方
	利　用	本人が、誰に、どのような支援をしてもらうかをあらかじめ決めて、自ら選んだ任意後見人と任意後見契約を公証人の作成する公正証書によって結びます。判断能力が低下した場合、家庭裁判所で任意後見監督人が選任されて初めて任意後見契約の効力が生じます。

成年後見制度に関する相談や情報提供、申立手続きの説明などは、千代田区社会福祉協議会ちよだ成年後見センターでお受けしています（46P参照）。
また、親族がいないなどの理由により、後見制度の申立てが困難な場合、区長による申立てを行います。

成年後見制度利用支援事業

福祉総務課 **事業調整担当** **TEL　(5211)4210** **FAX　(3239)8606**	**法定後見制度の申立ての費用や、後見人等への報酬の支払が困難な生活保護受給者などに、費用の助成を行います。**

◆ちよだ成年後見センター

高齢者や障害者などで、判断能力に不安のある方々や、生活に必要な医療・福祉サービス等の利用手続きが一人では難しい方が、権利侵害を受けたり、尊厳が損なわれたりしないよう、法律面や生活面で支援します。
また、自分の希望通りの最期を迎えるための、早めの準備についてのご相談もお受けします。

<table>
<tr><td rowspan="8">千代田区社会福祉協議会
ちよだ成年後見センター
TEL （6265）6521
FAX （3265）1902</td><td colspan="2">地域福祉権利擁護事業（日常生活自立支援事業）</td></tr>
<tr><td>対　象</td><td>高齢者や知的・精神障害者等で、判断能力に不安がある方で、本人の意思により、この事業の契約が可能な方</td></tr>
<tr><td>内　容</td><td>①福祉サービス利用支援
②日常的金銭管理サービス
③書類等預かりサービス</td></tr>
<tr><td>利用料</td><td>①②・・・・1時間　1，700円
③・・・・・・1か月　1，000円
※減免制度あり</td></tr>
<tr><td colspan="2">財産保管管理サービス</td></tr>
<tr><td>対　象</td><td>判断能力のある要支援・要介護高齢者や身体障害者で、日常的な書類手続きや金銭管理が困難な方</td></tr>
<tr><td>内　容</td><td>①福祉サービス利用支援
②日常的金銭管理サービス
③書類等預かりサービス</td></tr>
<tr><td>利用料</td><td>①②・・・・1時間　1，700円
③・・・・・・1か月　1，000円
※減免制度あり</td></tr>
</table>

千代田区社会福祉協議会 ちよだ成年後見センター TEL （6265）6521 FAX （3265）1902	将来に備えるサービス	
	対　象	①区内に居住する高齢者で、近くに身よりがいないか、いても協力が得られない方で、契約時に理解・判断能力のある方 ②親族以外の後見人等が選任されている高齢者で、こまめな見守り等、在宅支援が必要な方
	内　容	①福祉サービス利用支援 ②日常的金銭管理サービス ③書類等預かりサービス ④個別サービス （公証役場や有料老人ホームなど施設見学同行、入院時の貴重品などの預かりなど）
	利用料	①②・・・・1時間　1，700円 ③・・・・・・1か月　1，000円 ④・・・・・・1時間　1，700円（支援員1名につき） ※将来に備えるサービスの利用には、定額料金（1か月500円）が別途かかります。（電話などによる月1回お元気確認）
	成年後見制度利用支援　※関連４５Ｐ参照	
	内　容	成年後見制度に関する相談、情報提供、すでに後見人になられている方の支援を行います。 なお、親族がいないなどの事情がある方は審査の上、社会福祉協議会や、千代田区の研修を修了した区民後見人等が後見人等候補者になることができます。
	利用料	無料（申立費用は申立人が原則負担）
	福祉専門法律相談（無料・要予約）	
	対　象	区内在住・在勤者
	内　容	弁護士による法律相談 （原則毎月第2・4木曜日午後2時～4時40分） ※1人40分程度 ・福祉サービス利用に関すること ・成年後見制度に関すること ・相続と遺言、消費被害や契約に関すること ・日常生活に関することなど

９ 健康・医療

健康に生活するために必要な健康診査・予防接種や医療費に関することなどをまとめました。

◆健康管理

健康診査

<table>
<tr><td rowspan="5">千代田保健所
健康推進課　健康推進係
TEL （5211）8171
FAX （5211）8192</td><td colspan="2">４０歳～７４歳の方</td></tr>
<tr><td>内　容</td><td>生活習慣病の予防を図るため、メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）に着目した「特定健康診査」を、医療保険者（※）ごとに加入者本人と被扶養者に対して実施します。
健診結果により生活習慣病のリスクの高い方には、特定保健指導として運動や栄養などに関する指導を行い、生活習慣の改善を図ります。
※**医療保険者**・・・例えば千代田区国民健康保険は、千代田区が医療保険者になります。</td></tr>
<tr><td>受　診
方　法</td><td>**●千代田区国民健康保険に加入の方**
区から「国保健診」の受診券をお送りしますので、案内に従い、受診してください。
●千代田区国民健康保険以外（被用者保険）に加入の方
ご自身が加入する保険からの案内に従ってください。また、区からは「成人健診」（49P 参照）の受診券をお送りします。</td></tr>
<tr><td colspan="2">７５歳以上の方</td></tr>
<tr><td>受　診
方　法</td><td>後期高齢者医療制度に加入の方に「長寿健診」を実施します。区から受診券兼問診・記録票をお送りしますので、案内に従い、受診してください。</td></tr>
</table>

健康相談

<table>
<tr><td>千代田保健所
健康推進課　健康推進係
TEL （5211）8171
FAX （5211）8192

高齢者活動センター
TEL （3265）1161
FAX （3265）1162</td><td>**生活習慣病は自覚症状がないため、脳梗塞や心筋梗塞などの大きな病気につながる前に生活を見直すことが重要です。**
区民の方々が自身の生活を振り返り、生活習慣を改善できるよう栄養相談、運動相談などの「生活習慣病予防相談」を行います。
（要予約）

※高齢者活動センターは、健康相談を行っています。
（60歳以上の方対象、要利用登録）</td></tr>
</table>

がん検診・成人健診

<table>
<tr><td colspan="5">区実施医療機関で受診できます。</td></tr>
<tr><td rowspan="4">千代田保健所
健康推進課　健康推進係
TEL（5211）8171
FAX（5211）8192</td><td rowspan="4">内容
・
対象</td><td>胃がん検診
肺がん検診
大腸がん検診</td><td>40歳以上の方</td><td>国保健診、長寿健診、成人健診とあわせた受診券をお送りします。</td></tr>
<tr><td>子宮頸がん検診</td><td>20歳以上偶数年齢（女性）</td><td rowspan="2">対象者には受診券をお送りしますが、72歳以上の偶数年齢の方は申込制です。希望する方は、健康推進課にご連絡ください。</td></tr>
<tr><td>乳がん検診</td><td>40歳以上偶数年齢（女性）</td></tr>
<tr><td>成人健診</td><td>40歳～74歳の方で、千代田区国民健康保険以外（被用者保険）に加入の方</td><td>胃がん、肺がん、大腸がん検診とあわせた受診券をお送りします。</td></tr>
</table>

区民歯科健診

<table>
<tr><td colspan="3">むし歯や歯周疾患の早期発見・早期治療ならびに予防に関する知識の普及のため、区実施歯科医療機関で区民歯科健診を実施します。</td></tr>
<tr><td rowspan="3">千代田保健所
健康推進課　健康推進係
TEL（5211）8171
FAX（5211）8192</td><td>対象</td><td>19歳以上の方</td></tr>
<tr><td>内容</td><td>現在歯、喪失歯、歯周組織の状況、口腔清掃状態など</td></tr>
<tr><td>受診
方法</td><td>対象者には、受診券兼問診・記録票をお送りしますので、案内に従い、受診してください。
受診券兼問診・記録票がお手元にない場合は、健康推進課にご連絡ください。
※寝たきりなどのため医療機関へ通院できない方には、歯科医師がご自宅に訪問して歯科健診を行います。（要受診券）</td></tr>
</table>

訪問歯科診療の紹介

<table>
<tr><td colspan="3">入れ歯が合わない、入れ歯が壊れた、歯が痛いなどでお困りの方に、訪問して相談や治療を行う、歯科医を紹介します。</td></tr>
<tr><td>千代田保健所
保健サービス課
保健サービス係
（歯科保健担当）
TEL（5211）8178
FAX（3262）1160</td><td>対象</td><td>次の①②のすべてを満たしている方
①何らかの障害や持病などにより、自分でかかりつけの歯科医を探すことが困難な方
②歯科診療所に通院することが困難な方
※診療は保険診療です。</td></tr>
</table>

高齢者インフルエンザ予防接種

<table>
<tr><td rowspan="5">千代田保健所
健康推進課
感染症対策係
（予防接種担当）
TEL （5211）8172
FAX （5211）8192</td><td colspan="2">インフルエンザ予防接種にかかる費用を助成します。
下記対象者で希望する方は、区から送付する高齢者インフルエンザ予防接種予診票を指定医療機関に持参して、予防接種を受けてください。</td></tr>
<tr><td>対象者</td><td>下記の①②のいずれかに該当する区民
①65歳以上の方
②60歳以上65歳未満の方で、心臓・腎臓・呼吸器・免疫機能障害の身体障害者手帳1級相当をお持ちの方</td></tr>
<tr><td>自己負担額</td><td>0円（無料）</td></tr>
<tr><td>接種期間</td><td>10月～1月</td></tr>
<tr><td>通知</td><td>対象者へは、9月末に区から予診票を送付します。
※接種期間中に対象年齢に達する方は、誕生月の前月末に予診票を送付します。</td></tr>
</table>

新型コロナウイルス感染症予防接種

<table>
<tr><td rowspan="5">千代田保健所
健康推進課
感染症対策係
（予防接種担当）
TEL （5211）8172
FAX （5211）8192</td><td colspan="2">新型コロナウイルス感染症予防接種にかかる費用を助成します。下記対象者で希望する方は、区から送付する新型コロナウイルス感染症予防接種予診票を指定医療機関に持参して、予防接種を受けてください。</td></tr>
<tr><td>対象者</td><td>下記の①②のいずれかに該当する区民
①65歳以上の方
②60歳以上65歳未満の方で、心臓・腎臓・呼吸器・免疫機能障害の身体障害者手帳1級相当をお持ちの方</td></tr>
<tr><td>自己負担額</td><td>0円（無料）</td></tr>
<tr><td>接種期間</td><td>10月～3月</td></tr>
<tr><td>通知</td><td>対象者へは、9月末に区から予診票を送付します。
※接種期間中に対象年齢に達する方は、誕生月の前月末に予診票を送付します。</td></tr>
</table>

高齢者肺炎球菌予防接種

<table>
<tr><td colspan="4">肺炎球菌予防接種にかかる費用を助成します。下記対象者で希望する方は、区から送付する高齢者肺炎球菌予防接種予診票を指定医療機関に持参して、予防接種を受けてください。</td></tr>
<tr><td rowspan="9">千代田保健所
健康推進課
感染症対策係
（予防接種担当）
TEL （5211）8172
FAX （5211）8192</td><td rowspan="3">定期予防接種</td><td rowspan="2">対象者</td><td>次の①②のいずれかに該当する区民で、過去に肺炎球菌予防接種を受けていない方</td></tr>
<tr><td>①65歳の方
②60歳以上65歳未満の方で、心臓・腎臓・呼吸器・免疫機能障害の身体障害者手帳1級相当をお持ちの方</td></tr>
<tr><td>自己負担額</td><td>0円（無料）</td></tr>
<tr><td>接種期間</td><td>①66歳の誕生日前日まで
②令和7年4月～令和8年3月</td></tr>
<tr><td rowspan="4">任意予防接種</td><td rowspan="2">対象者</td><td>65歳以上で、次の①②のいずれかに該当する区民</td></tr>
<tr><td>①定期接種の対象者以外の方で、過去に高齢者肺炎球菌予防接種を受けていない方
②定期接種の対象者以外の方で、過去に肺炎球菌予防接種を1回受けた方のうち、接種から5年以上経過した方</td></tr>
<tr><td>自己負担額</td><td>4，000円（接種費用から区の助成金を引いた額です）</td></tr>
<tr><td>接種期間</td><td>令和7年4月～令和8年3月</td></tr>
<tr><td colspan="2">通　知</td><td>定期予防接種の対象者へは、65歳に達する月の月末に区から予診票を送付します。
任意予防接種の対象者で接種を希望する方は、千代田保健所健康推進課感染症対策係（予防接種担当）へ予診票をご申請ください。</td></tr>
</table>

帯状疱疹予防接種

帯状疱疹予防接種にかかる費用を助成します。
下記対象者で希望する方は、区から送付する帯状疱疹予防接種予診票を指定医療機関に持参して、予防接種を受けてください。

千代田保健所 健康推進課 感染症対策係 （予防接種担当） TEL （5211）8172 FAX （5211）8192	定期予防接種	対象者	**次の①②のいずれかに該当する区民で、過去に帯状疱疹予防接種を受けていない方 （予定）**
			①令和7年度に下記の年齢となる方
			65歳　昭和35年4月2日生～昭和36年4月1日生
			70歳　昭和30年4月2日生～昭和31年4月1日生
			75歳　昭和25年4月2日生～昭和26年4月1日生
			80歳　昭和20年4月2日生～昭和21年4月1日生
			85歳　昭和15年4月2日生～昭和16年4月1日生
			90歳　昭和10年4月2日生～昭和11年4月1日生
			95歳　昭和 5年4月2日生～昭和 6年4月1日生
			100 歳　～大正15年4月1日生
			②60歳以上65歳未満の方で、ヒト免疫不全ウイルスによる免疫機能の障害で身体障害者手帳1級相当をお持ちの方
		自己負担額	なし（無料）
		期間	**令和7年4月～令和8年3月（予定）**
	任意予防接種	対象者	定期接種の対象者以外の50歳以上の区民で、過去に帯状疱疹予防接種を受けていない方（予定）
		助成額（1回接種当たり）	生ワクチン　:4，500円 不活化ワクチン:11，000円
		期間	**令和7年4月～令和8年3月**
	通　知		定期予防接種の対象者には、区から予診票を送付します。 任意予防接種の対象者で接種を希望する方は、千代田保健所健康推進課感染症対策係（予防接種担当）へ予診票をご申請ください。

心の相談室

区民及び在勤者で、心に不安を抱える方や認知症等でお悩みの方とその御家族を対象に、専門医による「心の相談室」を実施します。

千代田保健所 保健サービス課 保健相談係 TEL （5211）8175 FAX （3262）1160	内　容	相談日　月２回実施 場　所　・千代田保健所 ・かがやきプラザ ※予約制となっていますので、ご希望の方はお問い合わせください。

◆７０歳～７５歳未満の方の自己負担額

70歳～75歳未満の方は、所得によって自己負担割合が異なります。

《一般所得者、低所得者》 **２ 割**　　《現役並み所得者》　**３ 割**

詳しい制度の内容は、ご加入の健康保険によって異なる場合がありますため、ご不明な点等ございましたら、各健康保険へのお問い合わせをお願いいたします。

千代田区国民健康保険に加入している方は、下記担当までお問い合わせください、

問合せ：保険年金課　国民健康保険係 TEL(5211)4205　FAX(3264)4085

◆後期高齢者医療制度

対象者（被保険者）は？

●75歳以上の方全員（75歳の誕生日から対象になります。ただし、生活保護受給者等は除く）

●65歳から74歳までの方で一定の障害がある方（区役所に申請し、東京都後期高齢者医療広域連合から認定を受けた方が対象になります）

※いずれの場合も、それまで加入していた医療制度（国保・健康保険・共済など）から、後期高齢者医療制度に移行します。

自己負担（一部負担金の割合）は？

●医療機関を利用したときは、窓口で医療費の一部を被保険者本人が負担します。

《一般所得者等》 **１ 割または ２ 割**　　《現役並み所得者》 **３ 割**

●現役並み所得者に該当する方

住民税課税所得が145万円以上ある場合（その方と同じ世帯にいる被保険者も含む）

●収入による再判定（基準収入額適用）

住民税課税所得が145万円以上の方でも、次の①または②の基準に該当する場合は、判明した日の翌月より3割から1割または2割に変更になります。

①後期高齢者医療制度の被保険者が世帯に1人の場合

前年の収入額が383万円未満

※ただし、383万円以上でも同じ世帯の中に70歳から74歳の方がいる場合は、その方と被保険者の収入合計額が520万円未満

②後期高齢者医療制度の被保険者が世帯に2人以上いる場合

本人及び同じ世帯にいる後期高齢者医療制度の被保険者の前年の収入合計額が520万円未満

●一般所得者等に該当する方のうち、2割の方

①後期高齢者医療制度の被保険者が世帯に1人の場合

課税所得28万円以上145万円未満かつ年金収入＋その他の合計所得金額が200万円以上

②後期高齢者医療制度の被保険者が世帯に2人以上いる場合

世帯内の後期高齢者のうち課税所得が最大の方の課税所得が28万円以上145万円未満かつ年金収入＋その他の合計所得金額の合計が320万円以上

保険料は？

●**保険料は、被保険者一人ひとりが納めます。**

東京都における**令和6・7年度**の保険料は以下の通りです。

保険料率は、2年ごとに見直され、原則として、東京都内で均一となります。

保険料額（年額）

限度額
（令和6年度）
730，000円
（令和7年度）
800，000円

＝

均等割額
↓
被保険者1人当たり
47，300円

＋

所　得　割　額
↓

賦課のもととなる所得金額※

×

所得割率
9．67%
※ただし、令和6年度のみ賦課のもととなる所得金額58万円以下の方は8．78%

※「賦課のもととなる所得金額」とは、前年の総所得金額及び山林所得金額並びに株式・長期（短期）譲渡所得金額等の合計から基礎控除額を差し引いた額です。（ただし、雑損失の繰越控除額は控除しません）。

保険料の軽減は？

●**所得に応じて保険料の軽減があります（軽減を受けるには確定申告や、区税務課への所得の申告が必要です）。**

1　所得額を基準とした軽減について

（1）均等割額の軽減

同じ世帯の後期高齢者医療制度の被保険者全員と世帯主の「総所得金額等を合計した額」をもとに均等割額を軽減しています。

総所得金額等の合計が下記に該当する世帯	軽減割合
43 万円+（年金・給与所得者の合計数−1）×10 万円以下	7割
43 万円+（年金・給与所得者の合計数−1）×10 万円 +（30.5 万円×被保険者の数）以下	5割
43 万円+（年金・給与所得者の合計数−1）×10 万円 +（56 万円×被保険者の数）以下	2割

※65歳以上（1月1日時点）の方の公的年金所得については、その所得からさらに高齢者特別控除15万円を差し引いた額で判定します。

※世帯主が被保険者でない場合でも、世帯主の所得は軽減を判定する際に算入することとなります。

（2）所得割額の軽減（都広域連合独自の軽減）

被保険者本人の「賦課のもととなる所得金額」をもとに所得割額を軽減しています。

賦課のもととなる所得金額	軽減割合
15万円以下	50%
20万円以下	25%

※賦課のもととなる所得金額については、54P をご覧ください。

2　被用者保険（会社の保険など）の被扶養者であった方の軽減について

制度加入前日まで被用者保険（会社の保険など）の被扶養者であった方は、加入から2年を経過する月まで、均等割額が5割軽減となり、所得割額はかかりません。

納付方法は？

●保険料の徴収方法は、公的年金（介護保険料が引かれている年金）からの引き落としになります（特別徴収）。

なお、「保険料支払方法変更申出書」を提出いただいた方は、特別徴収を中止し口座振替で納めることができます（ただし、口座から引き落としができない場合は、特別徴収に戻ります）。その際、引き落とす口座の名義人は、本人以外の方でも構いません（口座振替に変更した場合、その社会保険料控除は、口座振替により支払った方に適用されます）。

※上記の公的年金の額が年額18万円未満の場合や、介護保険料との合計額が公的年金受給額の2分の1を超える場合などには、納付書（モバイルレジ・電子マネー決済含む）や口座振替で納めていただきます（普通徴収）。

※後期高齢者医療制度に加入した年度、千代田区に転入した年度は、特別徴収ではなく普通徴収により納付していただきます。次年度以降、年金保険者の判断により特別徴収の決定がされます。

医療給付は？

限度額適用・標準負担額減額認定、限度額適用認定

【自己負担割合が1割の方】

世帯全員が住民税非課税の場合は、マイナ保険証を医療機関等の窓口に提示すると保険適用の医療費の自己負担限度額が適用され、入院時の食費が減額されます。また、令和6年12月2日以降、限度額適用・標準負担額減額認定証の新規発行が終了しましたが、令和6年12月1日の時点でお手元にある有効な限度額適用・標準負担額減額認定証は、12月2日以降、住所や負担割合などの記載事項（資格情報）に変更がなければ、令和7年7月31日まで引き続き使うことができます。また本人の申請に基づき、適用区分を資格確認書に記載することができます。ただし、現在、限度額適用・標準負担額減額認定証をお持ちの方で資格確認書の交付対象である場合は、申請いただくことなく適用区分を記載した資格確認書を令和7年7月に交付します。適用区分が記載された資格確認書を医療機関等の窓口に提示することによっても、保険適用の医療費の自己負担限度額が適用され、入院時の食費が減額されます。

【自己負担割合が3割の方】

同じ世帯の後期高齢者医療被保険者全員の住民税課税所得がいずれも690万未満の場合は、マイナ保険証を医療機関等の窓口に提示すると保険適用の医療費の自己負担限度額が適用されます。また、令和6年12月2日以降、限度額適用認定証の新規発行が終了しましたが、令和6年12月1日の時点でお手元にある有効な限度額適用認定証は、12月2日以降、住所や負担割合などの記載事項（資格情報）に変更がなければ、令和7年7月31日まで引き続き使うことができます。また本人の申請に基づき、適用区分を資格確認書に記載することができます。ただし、現在、限度額適用認定証をお持ちの方で資格確認書の交付対象である場合は、申請いただくことなく適用区分を記載した資格確認書を令和7年7月に交付します。適用区分が記載された資格確認書を医療機関等の窓口に提示することによっても、保険適用の医療費の自己負担限度額が適用されます。

※自己負担割合が2割の方は、「限度額適用・標準負担額減額認定」「限度額適用認定」のいずれも該当しません。

高額療養費

月ごとの医療費が高額になったときは、医療機関等の窓口での支払いが自己負担限度額（下表参照）までとなり、それ以上は東京都後期高齢者医療広域連合が負担します。ただし、複数の医療機関等で受診された場合や同じ世帯に被保険者が複数いる場合は、自己負担額を合算し、後日払い戻しになります。払い戻しがある場合は約4か月後に広域連合から申請書をお送りします（一度申請を行い、振込口座の登録をすると2回目以降の申請は不要です）。

<table>
<tr><th rowspan="2">負担割合</th><th rowspan="2" colspan="2">所得区分</th><th colspan="2">外来（個人ごと）
の限度額</th><th rowspan="2">外来＋入院
（世帯ごと）の限度額</th></tr>
<tr></tr>
<tr><td rowspan="3">3割負担</td><td colspan="2">現役並み所得Ⅲ
（課税所得690万円以上）</td><td colspan="2">252，600円＋（10割分の医療費−842，000円）×1%
〈140，100円〉 **※1**</td></tr>
<tr><td colspan="2">現役並み所得Ⅱ
（課税所得380万円以上）</td><td colspan="2">167，400円＋（10割分の医療費−558，000円）×1%
〈93，000円〉 **※1**</td></tr>
<tr><td colspan="2">現役並み所得Ⅰ
（課税所得145万円以上）</td><td colspan="2">80，100円＋（10割分の医療費－267，000円）×1%
〈44，400円〉 **※1**</td></tr>
<tr><td>2割負担</td><td colspan="2">一般Ⅱ</td><td colspan="2">（6，000円＋10割分の医療費－
30，000円）×10%または
18，000円のいずれか低い方
（144，000円 **※2**）</td><td>57，600円
〈44，400円〉 ※1</td></tr>
<tr><td rowspan="3">1割負担</td><td colspan="2">一般Ⅰ</td><td colspan="2">18，000円
（144，000円 **※2**）</td><td>57，600円
〈44，400円〉 **※1**</td></tr>
<tr><td rowspan="2">住民税非課税等</td><td>区分Ⅱ</td><td colspan="2" rowspan="2">8，000円</td><td>24，600円</td></tr>
<tr><td>区分Ⅰ</td><td>15，000円</td></tr>
</table>

※1　過去12か月間に3回以上高額療養費の支給があった場合、4回目以降から適用になる限度額（多数回該当）。現役並み所得の被保険者は、個人の外来のみで「外来＋入院（世帯ごと）」の限度額に該当した場合も多数回該当回数に含みます。

※2　計算期間1年間のうち、基準日時点（計算期間の末日）で1割負担の被保険者について、1割負担であった月の外来の自己負担額（月間の高額療養費が支給されている場合は支給額を控除した後の額）を合算し、144，000円を超える場合に、その超える分を高額療養費として支給します。

※入院時の食費や保険の対象とならない差額ベッド料などは支給の対象外となります。
※月の途中で75歳になられた方は、その月に限り、それまでの医療保険と、後期高齢者医療制度の両方の限度額がそれぞれ半額となります（個人ごとに限度額を適用します）。

【2割負担対象者の配慮措置】

令和4年10月1日から自己負担割合の区分に、新たに「2割」が追加されました。
この2割負担対象者の急激な自己負担額の増加を抑えるために配慮措置として、令和4年10月1日から令和7年9月30日までの3年間について、1割負担時と比較した外来医療の負担増加額の上限を1か月あたり最大3，000円までとし、上限額を超えて支払った金額は高額療養費として支給されます。

入院時の食費

（1）療養病床以外への入院時の食費（1食当たり）

所得区分			食費（1食につき）
現役並み所得・一般			490円　※1
住民税非課税等	区分Ⅱ（世帯全員が住民税非課税である方のうち、区分Ⅰに該当しない方）	90日以内の入院（過去12か月の入院日数）	230円
		90日を超える入院（過去12か月の入院日数）長期入院該当　※2	180円
	区分Ⅰ（住民税非課税世帯であり、①世帯全員が年金収入80万円以下で、その他の所得がない方、②老齢福祉年金を受給している方）		110円

※1　指定難病患者の方等は、1食につき280円です。また、居住費は0円です。
※2　区分Ⅱ該当期間における入院日数が、過去12か月で90日を超える場合は、窓口に入院日数のわかる医療機関の請求書・領収書などを添えて申請してください。
長期入院該当日は申請日の翌月１日となり、申請日から月末までは差額支給の対象となります。

（2）療養病床への入院時の食費（1食当たり）・居住費（1日につき）

	1食当たりの食費	1日当たりの居住費
現役並み所得・一般	490円※3	370円
区分Ⅱ	230円	370円
区分Ⅰ	140円	370円
老齢福祉年金受給者	110円	0円

※3　保険医療機関の施設基準などにより、450円の場合もあります。
※　入院医療の必要性が高い方（人工呼吸器、静脈栄養などが必要な方や難病の方など）は（1）の食事代のみです。

高額介護合算療養費

1年間（計算期間：毎年8月1日～翌年7月31日）の後期高齢者医療の一部負担金等の額と介護保険の利用者負担額の世帯での合算額が、世帯の自己負担限度額を超えるときは、申請により、超えた額が医療保険と介護保険のそれぞれの制度から払い戻されます。

療養費

医師の指示により補装具を購入した際や、緊急時などでマイナ保険証等を提示しないで治療を受けた際などに、申請をすることで一部負担金以外の部分の払い戻しを受けることができます。

上記のほかにも、訪問看護療養費、保険外併用療養費、特定疾病療養費、移送費などの医療給付があります。詳しくは、お問い合わせください。

給付サービス（保健事業）は？

① 健康診査（48P の「9 健康・医療」の項をご覧ください。）
② はり・きゅう・マッサージ券の交付（59P をご覧ください。）
③ 人間ドック利用補助（59P をご覧ください。）
④ 契約保養施設の利用（60P をご覧ください。）
⑤ 葬祭費の支給（被保険者がお亡くなりになられた際に支給します。）

東京都後期高齢者医療広域連合とは？

●後期高齢者医療制度を運営するために設置された特別地方公共団体で、東京都内の全62区市町村が加入しています。

広域連合の役割	後期高齢者医療制度の運営主体 被保険者の認定、保険給付、保険料率の決定、保険料の賦課など

東京都後期高齢者医療広域連合
〒102－0072　千代田区飯田橋3－5－1　東京区政会館15～17階
TEL 0570－086－519　IP 電話の方は TEL 03－3222－4496
URL(ホームページ)　https://www.tokyo-ikiiki.net

千代田区の役割	保険料の徴収・納付相談、各種申請の受付、資格確認書等の引渡しなど

問合せ：保険年金課 後期高齢者医療係
TEL(5211)4206　FAX (3264)4085

◆医療費にかかる助成など

老人性白内障特殊眼鏡等の助成

老人性白内障の手術を受け、人工水晶体を挿入できないために特殊眼鏡・コンタクトレンズを購入した方に費用の助成をします。		
在宅支援課 在宅支援係 TEL（6265）6482 FAX（3265）1163	対　象	手術日に65歳に達している方
	内　容	助成限度額は次のとおりです。 ①特殊眼鏡　　1式につき40，000円 ②コンタクトレンズ　1枚につき25，000円（両眼2枚まで）

応急資金（医療費）の貸付

病気やけがの入院で医療費の支払いに困っている方に、費用を無利子でお貸しします。		
生活支援課 生活支援係 TEL（5211）4126 FAX（3264）0927	対　象	入院時の医療費の支払いに困っている方 ※区内居住期間・収入などの条件があります。
	内　容	入院時の医療費の自己負担額をお貸しします。 ※貸付限度額・資格要件・返済方法など詳しくは、お問い合わせください。

◆国民健康保険・後期高齢者医療制度加入者へのサービス

はり、きゅう、マッサージ施術補助制度

区指定の施術所で、はり、きゅう、マッサージを受けるときの費用を補助します（保険適用の場合は除く）。		
保険年金課 国民健康保険係 TEL（5211）4205 FAX（3264）4085 後期高齢者医療係 TEL（5211）4206 FAX（3264）4085	対　象	40歳以上の千代田区国民健康保険・後期高齢者医療制度加入者で保険料の未納がない方
	内　容	加入者1人につき、同一年度内24，000円を限度に補助します。 ※詳細については、左記担当係にご確認ください。

人間ドックの利用補助

区指定の医療機関で人間ドックを受診するときの費用を補助します。		
保険年金課 国民健康保険係 TEL（5211）4205 FAX（3264）4085 後期高齢者医療係 TEL（5211）4206 FAX（3264）4085	対　象	40歳以上の千代田区国民健康保険・後期高齢者医療制度加入者で保険料の未納がない方
	内　容	加入者1人につき、同一年度内1回20，000円を補助します。 ※受診する2週間前までに保険年金課へ利用の申込みをしてください。

保養施設の利用

区と契約している保養施設を指定料金で利用できます。		
保険年金課 国民健康保険係 TEL （5211）4205 FAX （3264）4085 後期高齢者医療係 TEL （5211）4206 FAX （3264）4085	対　象	千代田区国民健康保険・後期高齢者医療制度加入者
	内　容	詳細については、左記担当係にご確認ください。

◆夜間・休日の急病、歯科治療

千代田区　休日応急診療　※電話は開設日のみ

日曜・祝日・年末年始は千代田保健所で休日応急診療を行います。 事前に電話でお問い合わせください。 マイナンバーカード（有効期限内の健康保険証も可）、受給者証等を必ずお持ちください。		
内科・小児科	TEL （5211）8202	午前9時～午後0時30分 午後2時～午後5時30分 午後7時～午後9時30分
歯科	TEL （5211）8203	午前9時～午後4時30分
薬局	TEL （5211）8197	午前9時～午後9時30分

「#7119」東京消防庁救急相談センター（２４時間年中無休） ※歯科のご案内は、東京都医療機関案内をご利用下さい。
＃7119（携帯電話、プッシュ回線）　または　TEL（3212）2323（ダイヤル回線）

◆医療機関・介護サービス等検索システム

千代田区医療・介護・地域資源　検索システム

地域の医療・介護施設や地域資源の情報を検索できるサービスです。

在宅支援課 **地域包括ケア推進係** **TEL （6265）6485** **FAX （3265）1163**	内　容	住所や提供サービスなどご希望の条件から医療・介護事業所や地域資源を検索することができます。 千代田区ホームページより利用できます。
	ホームページ	千代田区ホームページ ホーム＞健康・福祉＞医療＞千代田区医療・介護・地域資源　検索システム URL https://www.city.chiyoda.lg.jp/koho/kenko/iryo/johoannai.html 千代田区携帯サイトQRコード

東京都医療機関案内

電話・FAX で都内の医療機関の案内が受けられるサービスです。

自動音声案内サービス「ひまわり」（24時間体制）
TEL （5272）0303

医療情報ネット「ナビイ」

全国の医療機関・薬局について検索・情報収集ができるサービスです。

診療日や診療科目等の一般的な情報に加え、対応可能な疾患・治療内容、
提供サービスなど様々な情報から、全国の医療機関・薬局を検索できます。
多言語翻訳、音声読み上げ機能に対応しています。
URL：https://www.iryou.teikyouseido.mhlw.go.jp/znk-web/juminkanja/S2300/initialize

１０　住まい

◆高齢者向け住宅

千代田区募集の住宅

住宅課 住宅管理係 TEL （5211）3607 FAX （3221）3410	＜区営高齢者住宅＞ 高齢者が生活しやすいようにつくられた、単身者または世帯向きの集合住宅です。空家の募集は、広報千代田でお知らせします。 ●いきいきプラザ一番町高齢者住宅（シルバーピア） 一番町12 ●神保町高齢者住宅（シルバーピア） 神田神保町２－40 ●富士見高齢者住宅（シルバーピア） 富士見１－11－８ ●淡路町高齢者住宅（シルバーピア） 神田淡路町２－９－９

高齢者住宅生活協力員

身近な相談員として、高齢者住宅入居者の自立した生活を支援します。		
住宅課 住宅管理係 TEL （5211）3607 FAX （3221）3410	対　象	区内の高齢者住宅の入居者
	内　容	入居者の相談や助言相手となって、自立した生活が送れるよう支援します。

高齢者向け優良賃貸住宅

住宅課 住環境整備係 TEL （5211）4312 FAX （3221）3410	バリアフリー化されており、緊急時対応や安否確認等のサービスを提供している高齢者向けの民間賃貸住宅です。入居する方の所得に応じて家賃の一部を減額する制度があります。

東京都募集の住宅

東京都住宅供給公社 都営住宅募集センター TEL （3498）8894 テレホンサービス TEL （6418）5571	①都・シルバーピア（高齢者集合住宅） 高齢者が生活しやすい設備などを備えた、単身者またはふたり世帯向きの集合住宅です。入居者募集は、東京都広報及び広報千代田でお知らせします。 ②都・ポイント方式（家族向） 抽選によらないで、困窮度の高い方から順に、募集戸数分だけ入居予定者を登録する募集です。 ③都・単身者向 都内に3年以上居住している原則として親族と同居していない60歳以上の単身者を対象とした募集です。

◆住宅にかかる資金などの支援

居住安定支援家賃助成事業

次の①～③のいずれかの理由で、区内の民間賃貸住宅に転居する場合などに、家賃の一部や転居一時金を助成します。必ず転居前にご相談ください。		
住宅課 住宅管理係 TEL （5211）3607 FAX （3221）3410	対　象	区内に2年以上お住まいの65歳以上のひとり暮らし、または65歳以上の方を含み60歳以上の方のみで構成される世帯 ※所得による制限や助成家賃の限度があるなど、いくつかの条件があります。
	内　容	①居住している住宅等の取り壊しや契約更新拒否などにより、1年以内に退去することを求められているとき ②安全上・衛生上劣悪な状態の民間賃貸住宅に居住しているとき ③やむを得ない事由により世帯の所得が著しく減少したとき

高齢者等家賃債務保証制度利用支援事業

区内の民間賃貸住宅への転居が困難な高齢者などに対して、家賃債務保証制度の利用にかかる費用の一部を助成し、賃貸住宅への入居を支援します。		
住宅課 住宅管理係 TEL （5211）3607 FAX （3221）3410	対　象	区内に1年以上お住まいの60歳以上のひとり暮らし、または60歳以上の方のみで構成される世帯 ※その他の利用要件もありますので、お問い合わせください。

高齢者向け返済特例制度助成事業

住宅課 住宅管理係 TEL （5211）3607 FAX （3221）3410	60歳以上の方が、現に居住している住宅の共同建替えや、バリアフリー改修工事等のリフォームを行うときの制度です。住宅金融支援機構の「高齢者向け返済特例制度」を利用する場合に、簡易不動産鑑定料及び債務保証料の一部を助成します。

高齢者等安心居住支援家賃助成事業

区内の持ち家に居住しており、住宅のバリアフリー改修が困難などの理由で居宅での日常生活に支障が生じた方のための制度です。緊急に代替となる住宅の確保が必要となった場合に、民間賃貸住宅の家賃の一部を助成します。		
住宅課 住宅管理係 TEL （5211）3607 FAX （3221）3410	対　象	区内に1年以上お住まいの要介護認定された方及びそれと同等の状態の方を含む世帯 ※その他の要件などがありますので、お問い合わせください。

１１　年金・税金

◆年金

老齢基礎年金・老齢厚生年金

保険年金課 国民年金係 　TEL （5211）4202 　FAX （3264）4085 千代田年金事務所 　三番町22 　TEL （3265）4381	保険料を納めた期間と保険料の免除・猶予を受けた期間を合わせて10年以上ある方は、原則として65歳から老齢基礎年金が受けられます。この期間に満たない方は、受給資格を満たすまで（最高70歳になるまで）、国民年金に任意加入して保険料を納付すれば老齢基礎年金を受け取ることができます。 老齢基礎年金を受けられる方で、1か月以上の厚生年金期間があると、65歳から老齢厚生年金が受けられます。1年以上の厚生年金期間があると、60歳代前半から特別支給の老齢厚生年金が受けられます。特別支給の老齢厚生年金は性別・生年月日によって始期が異なります。 ※詳しくは、千代田年金事務所へお問い合わせください。

◆税金

所得税・住民税の控除

＜所得税＞ 麹町税務署 　九段南1－1－15 　TEL （3221）6011 神田税務署 　神田錦町3－3 　TEL （4574）5596 ＜住民税＞ 税務課　課税係 　TEL （5211）4191 　FAX （3264）4085	申告により、各種控除が受けられる場合があります。 ※詳しくは、お問い合わせください。

高齢者に対する税法上の障害者控除対象者認定

高齢介護課 介護認定係 　TEL （5211）4225 　FAX （3288）1365	65歳以上で障害者手帳等の交付を受けていない認知症高齢者、寝たきりなどの方を、日常生活自立度の判定基準により、「障害者に準ずる」「特別障害者に準ずる」のいずれかに該当するかを判定し、障害者控除対象者認定書を発行します。 認定書により、所得税及び住民税の障害者控除、または特別障害者控除が受けられます。 ※詳しくは、お問い合わせください。

１２ 敬老事業

高齢者の長寿をお祝いして、敬老会や敬老祝金などの贈呈を行います。

敬老会

高齢者の健康と長寿をお祝いするため、毎年9月に開催します。		
福祉総務課 福祉総務係 TEL（5211）4209 FAX（3239）8606	対　象	令和8年3月31日時点　75歳以上の方
	内　容	式典、演芸など
	●令和7年度開催（予定） 日時　令和7年9月8日（月）、9日（火） 会場　ヒューリックホール東京	

敬老祝金・祝品贈呈事業

長寿をお祝いするため、年度内に喜寿・米寿などの節目の年齢を迎える方にお祝金などを贈呈します。

	対象者 （年度末時点の年齢）	お祝金など	
高齢介護課 高齢介護係 TEL（5211）4321 FAX（3288）1365	75歳	10，000円	―
	77歳（喜寿）	15，000円	―
	80歳（傘寿）	15，000円	―
	85歳	10，000円	―
	88歳（米寿）	20，000円	―
	90歳（卒寿）	20，000円	―
	91～94歳	10，000円	―
	95歳	50，000円	祝　品
	96～99歳	10，000円	―
	100歳	60，000円	祝　品
	101歳以上	60，000円	―

１３ 趣味・社会参加・仕事

日々を豊かに過ごすために、地域でのさまざまな活動や社会参加を通して、仲間づくりや新たな趣味を始めてみませんか。

◆趣味と仲間づくり

高齢者活動センター

リハビリや各種健康に関する相談・トレーニングマシンを利用した健康づくり事業、かがやき大学や季節の催し物、同好会活動の支援などを通じ、新たな趣味の発見や生きがいづくり、仲間づくりをお手伝いします。また、多くの世代が集い楽しむ多世代交流事業を行っています。		
高齢者活動センター TEL（3265）1161 FAX（3265）1162	対　象	千代田区在住の60歳以上の方（登録制）
	内　容	開館時間　午前9時～午後5時 →関連ページ39P（ふれあいクラブ）参照 →関連ページ88P（高齢者活動センター）参照

長寿会

会員相互の親睦と健康増進を図る目的でつくられた会です。地域ごとに、毎月の誕生会・例会・春秋の懇親旅行などの活動をしています。 また、全地区の長寿会会員を対象に、連合長寿会主催の催しを年4回程度行っています。 入会をご希望の方は高齢者活動センターへご連絡ください。			
高齢者活動センター TEL（3265）1161 FAX（3265）1162	対　象	千代田区在住の60歳以上の方	
	各地域の長寿会	麹町地区	麹町長寿会
		富士見地区	富士見地区富久寿会
		神保町地区	神保町地区長寿会
		神田公園地区	神田公園地区コスモス
		万世橋地区	万世呉竹会
		和泉橋地区	和泉橋菊寿会

※区は長寿会の運営費補助や宿泊懇親旅行の助成を行っています。

敬老入浴券

近隣の人との交流や健康の増進を支援するため、公衆浴場の無料利用券を交付します。

高齢介護課
高齢介護係
TEL（5211）4321
FAX（3288）1365

対　象	65歳以上で利用を希望する方
内　容	区と契約した下記区内外の公衆浴場を、年間最大44回利用できます。なお、利用できるのは、高齢者本人です。

＜区内＞

浴場名	所在地	電話番号
梅の湯	神田神保町 2－8－2	3261－5897
稲荷湯	内神田 1－7－3	3294－0670
お玉湯	岩本町 2－2－14	3866－2306
RAKU SPA 1010	神田淡路町 2－9－9	5207－2683

＜区外＞

浴場名	所在地	電話番号
熱海湯	新宿区神楽坂 3－6	3260－1053
第三玉の湯	新宿区白銀町 1－4	3260－9326
燕湯	台東区上野 3－14－5	3831－7305
弁天湯	台東区浅草橋 1－33－6	3864－7100
帝国湯	台東区浅草橋 5－23－8	3851－2785

◆社会参加

ボランティア・市民活動

千代田区社会福祉協議会 ちよだボランティアセンター 九段南1－6－10 TEL（6265）6522 FAX（3265）1902 URL（ホームページ） http://www.chiyoda-vc.com E-mail（電子メール） volunteer@chiyoda-cosw.jp	ボランティアを募集している方やボランティア活動を希望する方から各種相談を受けるとともに、ホームページや情報誌・メールマガジンなどで、関連情報を提供しています。 また、ボランティア・市民活動を推進するためのイベントや講座なども開催しています。 ボランティア保険・行事保険の手続きができます。 →関連ページ９０Ｐ参照

介護保険サポーター・ポイント制度

65歳以上の区民が、サポート活動を通じて社会参加や地域貢献することで、サポーター自身の介護予防を図り、いきいきした地域づくりを進めます。 活動実績に応じてポイントを貯め、そのポイントを換金することができます。		
千代田区社会福祉協議会 ちよだボランティアセンター 九段南1－6－10 TEL（6265）6522 FAX（3265）1902	対　象	千代田区の介護保険第1号被保険者（65歳以上）
	登　録	事前に説明を受けた後、登録すると、『介護保険サポーター・ポイント手帳』が発行されます。
	内　容	あらかじめ決められた施設及び団体でサポーター活動をすると、活動時間に応じて手帳にスタンプが押されます。 ※ポイントの対象となるのは、あらかじめ決められた活動です。
	換　金	年1回、スタンプを換金（1スタンプ＝100円）して、口座にお振り込みします。 ただし、換金時に前年度までの介護保険料を完納していることが条件です。 ※年間換金上限額は8000円です。

◆仕事

千代田区シルバー人材センター

公益社団法人 千代田区シルバー人材センター 九段南1－6－10 TEL（3265）1903 FAX（3265）1904 URL（ホームページ） https://webc.sjc.ne.jp/chiyodaku/index	千代田区シルバー人材センターは、高齢者が地域で働くことを通じて、活力ある高齢社会、地域社会づくりに貢献するとともに、健康で生きがいのある生活ができることを目指し活動している公益社団法人です。 区内居住の60歳以上の健康で就業意欲のある方を会員対象とし、「臨時的かつ短期的な就業又は軽易な業務に係る就業」を基本に、高齢者にふさわしい仕事を家庭、企業、公共団体などから引き受け、会員に提供しています。 なお、会員には就業に応じて報酬をお支払いいたしますが、一定した収入の保障はありません。 →関連ページ９０Ｐ参照

東京しごとセンター

東京しごとセンター　1階 シニアコーナー 飯田橋3－10－3 TEL（5211）2335 URL（ホームページ） https://www.tokyoshigoto.jp/	東京しごとセンターは、東京都が都民の方の雇用や就業を支援するために設置した「しごとに関するワンストップサービスセンター」です。 55歳以上の方を対象に、シニアの状況を踏まえたきめ細かな相談を行い、ハローワーク飯田橋との連携により職業紹介を行います。 履歴書の書き方・面接のポイント・職種転換セミナー・就業支援総合セミナー・社会参加サポートプログラム・65歳以上の方を対象とした職場体験事業など、シニアの就職支援を実施しています。

とうきょう福祉ナビゲーション（福ナビ）

公益財団法人 東京都福祉保健財団 URL（ホームページ） https://www.fukunavi.or.jp	インターネットを通じて、福祉に関するイベント、福祉用具、福祉サービス事業所や相談窓口などのさまざまな情報提供を行っています。

１４　外出支援・移動手段

外出を応援するさまざまな施策があります。活用してどんどん外へ出かけましょう。

◆風ぐるま

区民の皆さんの身近な交通手段（小型バス）として、高齢者や障害者をはじめ、どなたでも利用できます。

日立自動車交通（株）
TEL（3222）9977

福祉総務課
福祉総務係
TEL（5211）4209
FAX（3239）8606

利用方法	風ぐるまの停留所で、ご乗車ください。
利用料金	**●1回　100円** ※小学生以上の方1人に同伴する未就学児は2人まで無料です。 ※現金または PASMO や Suica 等の交通系 IC カードでお支払いください。 ●風ぐるま区民パスポート 区内にお住まいの方を対象に、割安な料金の風ぐるま区民パスポートを販売しています。詳細は区ホームページをご覧いただくか、日立自動車交通（株）もしくは区役所福祉総務課までお問い合わせください。
運行時間	**おおむね午前8時30分～午後6時** **運行ルート・時刻表は区役所・出張所等で配布します。**

対象	種類	金額（税込）
住民税非課税の方、障害のある方及び介助をする方	1年券	1，000円
上記以外の方	1か月券	1，000円
	3か月券	2，800円
	6か月券	5，400円
	1年券	10，000円

※申請の際、運転免許証、健康保険証、住基カード、個人番号カード等の本人確認書類をご持参ください。
※障害のある方は身体障害者手帳、愛の手帳、精神障害者保健福祉手帳、難病を証する書類のいずれかをご提示の上、購入してください。

◆その他の外出支援

東京都シルバーパス

70歳以上の都民の方は、都営地下鉄、都バス、都電、日暮里・舎人ライナー、都内の民営バスなどを利用できるパスを購入できます。		
東京バス協会 （シルバーパス専用） TEL（5308）6950	費　用	●本人の住民税が課税で前年の合計所得金額が135万円を超える方　・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・　20，510円 ●本人の住民税が非課税の方または住民税が課税で前年の合計所得金額が135万円以下の方　・・・　1，000円
	購　入 場　所	最寄りの都営地下鉄・都営バス定期券発売所 （区内：東京駅丸の内南口都営バス定期券発売所、都営地下鉄神保町駅定期券発売所）
	持ち物	●本人確認書類（マイナンバーカード・運転免許証など） ※1，000円でパスをお求めの場合には、住民税課税・非課税証明書、介護保険料の決定通知書または生活保護受給証明書（「生活扶助」の記載があるもの）の内1点の提示が必要になります。
	有　効 期　限	毎年、発行日から9月30日まで。すでにシルバーパスをお持ちの方には更新手続きの案内が東京バス協会から届きます。

リフト付福祉タクシー

寝たきりや車いす使用の高齢者などが、病院や外出などの際に利用できます。		
日立自動車交通（株） TEL（5682）6294 福祉総務課 福祉総務係 TEL（5211）4209 FAX（3239）8606	対　象	区内にお住まいで、車いすを利用しているなどの理由により乗用車タイプのタクシーを利用することが困難な方
	利　用 方　法	タクシー会社［日立自動車交通（株）］に直接予約してください。予約は1か月前から前日まで受け付けます（配車できる車両台数に限りがありますので、満車の場合はご利用できない場合があります）。
	利　用 料　金	迎車料金は区が負担していますので、一般タクシーメーター料金のみの負担となります（福祉タクシー券を利用できます）。

車いすの貸出し

車いすの貸出しを行います。		
千代田区社会福祉協議会 在宅サポート係 TEL（3265）1901 FAX（3265）1902	内　容	一時的に車いすを必要とされる方に車いすを貸し出しています（原則区内で使用する場合）。必要とする期間が1週間以内の場合は、区内にある「車いすステーション（出張所など）」でも無料貸出しを行っています。 ※詳しくは、お問い合わせください。
	利用料	1週間以内は無料 1週間を超える場合は、貸出日の属する月は無料（年度内１回のみ）、翌月より月額500円（2年目から月額1，000円）

福祉のまちづくり

＜全般的対応＞ 福祉総務課　事業調整担当 TEL（5211）4210 FAX（3239）8606 ＜道路整備＞ 道路公園課　計画・設計係 TEL（5211）4240 FAX（3221）3410 ＜建築指導＞ 建築指導課　建築審査係 TEL（5211）4308 FAX（3221）3410	障害者や高齢者などをはじめとするすべての方が、安全で快適な生活ができるようにするための取組みです。すべての人にやさしいユニバーサルデザインに配慮した福祉のまちづくりを進めます。 歩道の拡幅や段差解消、点字ブロックの設置などを行うとともに、鉄道駅のバリアフリー化を促進します。 また、バリアフリーマップを作成し、障害者や高齢者などの社会活動の参加に貢献します。 さらに、東京都福祉のまちづくり条例に基づき、不特定多数の方が利用する建築物に対して、新築・増築などをする際の出入口へのスロープ設置や、廊下、階段への手すりの設置などを求めています。

１５ 各種資金・貸付など

さまざまな状況に応じた資金の貸付を行います。

応急資金の貸付

生活支援課 生活支援係 TEL（5211）4126 FAX（3264）0927	災害や疾病・傷害の他、葬儀や生活必需品の購入などで、一時的に必要とする費用の調達が困難な方に、区が必要な資金をお貸しします（区内居住期間・収入などの条件があります）。 ※入院時の医療費の貸付については「応急資金（医療費）の貸付」（59P）をご覧ください。

不動産担保型生活資金の貸付（東京都社会福祉協議会受託事業）

千代田区社会福祉協議会 在宅サポート係 TEL（3265）1901 FAX（3265）1902	65歳以上の高齢者で、将来にわたり住み慣れた我が家での生活を希望する高齢者世帯に対して、現在住んでいる家と土地を担保にして、その土地の評価額の7割相当を限度額として生活資金の貸付を行っています。 ※住民税非課税程度の低所得世帯が対象です。 ※集合住宅は対象となりません。 ※賃借権等の利用権や抵当権等の担保権が設定されている不動産は対象となりません。 （上記のほかにも対象要件があります、詳しくはお問い合わせください。） ※貸付には東京都社会福祉協議会による審査があります。

緊急小口資金（東京都社会福祉協議会受託事業）

千代田区社会福祉協議会 在宅サポート係 TEL（3265）1901 FAX（3265）1902	低所得世帯（収入に制限があります）を対象に、医療費の支払いなどで緊急かつ一時的に生計の維持が困難になった方へ、小口の貸付を行います。 ※区の自立相談支援事業の利用が要件となります。 （上記のほかにも対象要件があります、詳しくはお問い合わせください。 ※貸付には東京都社会福祉協議会による審査があります。

生活福祉資金の貸付（東京都社会福祉協議会受託事業）

千代田区社会福祉協議会 在宅サポート係 TEL（3265）1901 FAX（3265）1902	低所得世帯（収入に制限があります）を対象に、療養費や介護費などの具体的な利用目的がある場合に、該当する資金の貸付を行います。 ※支払済の場合は、原則として対象となりません。 ※区の自立相談支援事業の利用などが要件となる場合があります。 （上記のほかにも対象要件があります、詳しくはお問い合わせください。） ※貸付には東京都社会福祉協議会による審査があります。

１６ 選挙

選挙における郵便等投票制度

<table>
<tr><td rowspan="4">選挙管理委員会
事務局

TEL（5211）4268
FAX（3264）7767</td><td colspan="2">在宅のまま、郵便等により投票を行うことができます</td></tr>
<tr><td>対象</td><td>次のいずれかに該当する方です。
1．身体障害者手帳をお持ちの場合
①両下肢、体幹、移動機能の障害で、1・2級の方
②心臓、腎臓、呼吸器、ぼうこう、直腸、小腸の障害で、1・3級の方
③免疫、肝臓の障害で、1・2・3級の方

2．戦傷病者手帳をお持ちの場合
①両下肢、体幹の障害で、特別項症、第1項症、第2項症の方
②心臓、腎臓、呼吸器、ぼうこう、直腸、小腸、肝臓の障害で、特別項症、第1項症、第2項症、第3項症の方

3．介護保険の被保険者証をお持ちの場合
要介護状態区分が「要介護5」の方</td></tr>
<tr><td>内容</td><td>上記に該当する方は、「郵便等投票証明書」の交付を受けることにより、郵便等を利用して、投票用紙の請求をした上で、自宅で投票することができます。</td></tr>
<tr><td>交付の手続き</td><td>「郵便等投票証明書交付申請書」に身体障害者手帳、戦傷病者手帳又は介護保険被保険者証（いずれも原本）を添えて、選挙管理委員会へ申請をしてください。
※申請は、選挙の有無に関わらず常時行うことができます。
※証明書の交付審査には日数を要しますので、早めに手続きを行って下さい。
※具体的な投票の手続きについては、郵便等投票証明書の交付の際にご案内いたします。
◎申請の方法等については、選挙管理委員会へお問い合わせください。</td></tr>
</table>

１７　高齢者福祉施設

◆入所・入居施設の概要

介護老人福祉施設 （特別養護老人ホーム） 関連ページ 77･78･80･82･ 84･86P参照	対　象	原則、要介護3～5の認定を受け、常時介護を必要とし、居宅における介護が困難な方（ただし、要介護1，2の方でも、特例的に申込の対象となる場合もあります。） ※入院治療を必要とする方は除きます。
	内　容	食事、排せつ、入浴などの日常生活上の介護、レクリエーション、機能訓練などを行います。
	費用等	介護サービス費の1割（一定以上の所得のある方は2割又は3割）と食費・居住費。日用品等は実費。
	区内施設	一番町特別養護老人ホーム、特別養護老人ホームかんだ連雀、小規模特別養護老人ホームジロール麹町、ザ番町ハウス
	申込み	・区内各施設 ・かがやきプラザ相談センター ・高齢介護課 ※申込から入所までの流れは77Pをご参照ください。
介護老人保健施設 （老人保健施設）※	対　象	要介護1～5の認定を受け、常時介護を必要としながら、容体が安定している方
	内　容	リハビリテーションに重点を置いたケアを必要とする方のための施設で、医学的な管理のもとで、介護や機能訓練などを行います。（1回の利用は3か月が原則）
	費用等	介護サービス費の1割（一定以上の所得のある方は2割又は3割）と食費・居住費。日用品等は実費。
	申込み	・直接施設へ（都内の施設一覧は、高齢介護課、かがやきプラザ相談センターで配布しています）
介護医療院 ※	対象	要介護1～5の認定を受け、日常的な医学管理が必要な方
	内容	「長期療養のための医療」と「日常生活上の世話（介護）」を一体的に提供します。 「看取り・終末期ケア」等の機能と「生活施設」としての機能を兼ね備えた新たな介護保険施設
	費用等	介護サービス費の1割（一定以上の所得のある方は2割又は3割）と食費・居住費。日用品等は実費。
	申込み	・直接施設へ（都内の施設一覧は、高齢介護課、かがやきプラザ相談センターで配布しています）

※ 表中の入所・入居施設のうち介護老人保健施設、介護医療院については、区内施設はありません。

◆居住系施設の概要

認知症対応型共同生活介護（グループホーム） 関連ページ 81・83・84・86P 参照	対　象	要支援2・要介護1～5で認知症の状態にあり、少人数による共同生活を営むことに支障のない方
	内　容	少人数の家庭的な共同生活の中で、互いに影響しあい、利用者の気持ちに共感できるよう支援します。
	費用等	家賃、食材料費、共益費、光熱水費、介護サービス費自己負担分、おむつ代、日用品など
	区内施設	グループホームいわもと、グループホームジロール麹町、グループホームジロール神田佐久間町、番町グループホーム
	申込み	直接施設へ
ケアハウス（軽費老人ホーム） 関連ページ 81・87P参照	対　象	60歳以上の方で自炊ができない程度の身体状況の方、または独立して生活するには不安があり、家族による援助を受けることが困難な方
	内　容	食事の提供、その他生活相談・助言など、安心して自立した生活ができるよう、日常生活上必要な支援をします。
	費用等	生活費（食事代を含む）、サービスに要する費用（所得に応じて負担）、居住に要する費用、光熱水費など
	区内施設	ケアハウスいわもと、ケアハウス神田紺屋町
	申込み	直接施設へ
特定施設入居者生活介護（有料老人ホーム）	対　象	おおむね65歳以上の方
	内　容	「介護付」「住宅型」「健康型」の3類型に分類されています。施設が提供する介護サービス部分に介護保険が適用されます。
	費用等	利用料の支払は一時金方式、月払方式、併用方式、選択方式があります。施設によって異なりますので、契約内容をよくご確認ください。
	区内施設	シンセリティ千代田一番町、アリアー番町、ウイーザス九段
	申込み	直接施設へ

▶ 東京都内の高齢者福祉施設は、東京都福祉保健局のホームページで確認できます。
詳しくは、（都）福祉保健局のホームページをご覧ください。
URL（ホームページ）
http://www.fukushihoken.metro.tokyo.jp/kourei/shisetsu/gaiyo/osagashi.html

◆特別養護老人ホームの入所申込

申込から入所までの流れ

申込

随時、受付場所にて入所申込を受付しています。

申込月の翌月

入所調整委員会

千代田区独自の評価基準に基づき、本人の入所の必要性を確認します。

申込月の翌々月の１日以降

入所申込者名簿

申込の翌々月の１日より入所申込者名簿に登載されます。

●**優先順位順**です。
そのため、本人または他の登載者の状況等により、月単位で順番が変わることがあります。

●順番の問い合わせは、本人との関係性を確認させていただいたうえで回答します。高齢介護課までお問い合わせください。

施設の空床次第

施設からの打診

入所申込者名簿の順番が上の方から、施設担当者より連絡します。

●施設からの打診を承諾し、入所候補者名簿に登載された場合、他施設の入所待ちをすることはできません。

●打診を辞退する場合、３か月間当該施設のみ入所申込ができなくなりますので、ご了承ください。
（他の施設を申込いただいている方は、引続き他の施設から打診があるまでお待ちいただきます。）

入所候補者名簿

施設からの入所案内をお待ちいただきます。

●原則**登載順**です。

●登載後、施設の空き状況により、施設から入所案内があります。

●登載後、本人の状態を確認し、施設で入所対応ができないと判断した場合、その旨を伝え、入所申込者名簿へ戻させていただく場合もあります。

入所

施設からの入所可能連絡の後、施設と契約のうえ入所します。

●下記の事情により入所を辞退する場合、３か月間千代田区内の特別養護老人ホームの入所申込ができなくなりますので、ご了承ください。
・入所候補者名簿登載中に入所申込の取下げ
・施設から連絡があった際にご自身の都合により入所を辞退

◆入所申込者名簿順番の判定基準

項目		基準	ポイント	備考	上限
本人の状況	要介護度	要介護5	50	要介護度に応じ、配点する。	60
		要介護4			
		要介護3	40		
		要介護2	20		
		要介護1	10		
	認知症	認知症の周辺症状	0～20	認知調査項目第3群の8（徘徊）、9（外出して戻れない）第4群「精神・行動障害」、第5群の4（集団への不適応）の中で、該当項目1つにつき、2ずつ加算する。	
本人以外の状況	介護困難	ひとり暮らしである	15	ひとり暮らしである。	25
		介護者がいない	10	介護者がいない。	
		介護者の年齢	10	介護者の年齢が75歳以上、もしくは20歳以下	
		介護者が要介護者	10	①介護者が要介護1以上	
		介護者が手帳を所持	15	②介護者が「身体障害者手帳」1～4級を所持	
				③介護者が「精神障害者保健福祉手帳」を所持	
				④介護者が「療育手帳・愛の手帳・愛護手帳・みどりの手帳」のいずれかを所持	
		介護者が病気等により介護できる状況でない	10	⑤介護者がその他上記①～④に準ずる。	
		介護者の生活に、支障をきたす可能性がある状況	5	介護者が就労している。	
				介護者に小学生以下の子がいる。	
		介護者が入所対象者本人の他に、要介護者、手帳所持者等の介護をしている	10	介護者が本人の他に、要介護者・手帳所持者等（上記①～⑤の状況にある者）の介護をしている。	
	住宅環境	住宅環境が、在宅で介護できる状況でない	10	本人の生活場所が、エレベーター（昇降機含む）が無く2階以上で、自力で階段の昇り降りができない。	
加算項目	介護期間	1年ごと	1～15	千代田区内において要介護3以上の期間を合算した年数に応じ、配点する。	15
	年齢	100歳以上	5	年齢に応じ、配点する。	
		95歳～99歳	3		
		90歳～94歳	1		
	区内居住期間	31年以上	10	千代田区内の住民登録期間の継続年数に応じ、配点する。	
		21年～30年	8		
		11年～20年	6		
		6年～10年	4		
		3年～5年	2		
合　計					100

◆在宅で暮らす高齢者の生活を総合的に支援する施設

高齢者総合サポートセンター（かがやきプラザ）

旧区役所跡地に建築された高齢者の生活を総合的に支援する施設です。

「相談センター」 （高齢者の相談拠点） イイロウゴ TEL（3265）1165 FAX（3265）1163	高齢者の生活や介護等、様々な内容の相談に対して、24時間365日ワンストップで適時・適切に対応します。また、介護だけでなく医療も必要な高齢者に対しては、その方の状況に応じ、安心して在宅での療養生活が継続できるように、介護と医療のサービスをコーディネートします。	運営： 在宅支援課、社会福祉法人東京栄和会（委託）、社会福祉法人多摩同胞会（委託）
在宅ケア（医療）拠点 TEL（3262）9191	相談センターと連携した緊急対応のほか、「訪問リハビリテーション」「通所リハビリテーション」を実施し、医療と介護の両面から高齢者の在宅療養を支援します。	設置・運営： 九段坂病院
「高齢者活動センター」 （高齢者の活動拠点） TEL（3265）1161 FAX（3265）1162	高齢者に、健康の保持・増進、教養の向上や、レクリエーションのための場と機会を総合的に提供し、健康で明るい生活を営むことができるよう支援します。	運営： 社会福祉法人千代田区社会福祉協議会（指定管理者）
「研修センター」 （人材育成・研修拠点） TEL（6265）6560 FAX（3265）1162	福祉や介護に関する知識の取得や、技術の向上を図る研修等を実施します。	
ちよだで多世代交流 Ciao！（ちゃお） （多世代交流拠点） TEL（6265）6563 FAX（3265）1162	日常的に多世代が集い・出会い・関わることができる場と機会を提供します。	

【所在地】 〒102-0074　千代田区九段南1－6－10

在宅支援課	在宅支援係	TEL（6265）6482	FAX（3265）1163
	相談係	TEL（6265）6483	FAX（3265）1163
	地域包括ケア推進係	TEL（6265）6485	FAX（3265）1163
	介護予防担当	TEL（5211）4223	FAX（3265）1163
	施設調整担当	TEL（6265）6486	FAX（3265）1163
千代田区社会福祉協議会		TEL（3265）1901	FAX（3265）1902
ふたばサービス（有償家事援助サービス）		TEL（6265）6520	FAX（3265）1902
ちよだ成年後見センター		TEL（6265）6521	FAX（3265）1902
ちよだボランティアセンター		TEL（6265）6522	FAX（3265）1902
千代田区シルバー人材センター		TEL（3265）1903	FAX（3265）1904

【最寄駅】 東京メトロ・都営地下鉄　九段下駅　（94P施設案内地図参照）

◆区内の介護サービス等提供施設

いきいきプラザー番町

「自らが受けたいと思う医療と福祉の創造」を目指し、ご利用者一人ひとりがその方らしく生活できるよう誠心誠意の支援をし、ご利用者、地域住民、行政との信頼関係を大切にしながら、地域コミュニティを形成します。

一番町特別養護老人ホーム	特別養護老人ホーム【定員82名】	一人一人の尊厳を大切にし、その人らしい生活を継続できるようにオーダーメイドの介護を実践します。
	短期入所生活介護（ショートステイ）【定員8名】	住み慣れた地域でその人らしく生活を送ることができるよう、家族介護のレスパイト支援を含めた専門職のチームケアを実践します。※予防給付のサービスも提供します。
一番町高齢者在宅サービスセンター	通所介護（デイサービス）【定員35名】	日常動作訓練、アクティビティなどを通じて仲間づくりや趣味活動、自立した生活の支援のため、専門職のチームケアを実践します。
	認知症対応型通所介護【定員12名】	認知症ケアに必要な、その方との馴染みの関係作りを大切にし、その方が安心して生活を送るための介護サービスを実践します。※予防給付のサービスも提供します。
一番町指定居宅介護支援事業所（居宅介護支援事業所）		要介護認定を受けた人が自宅で介護サービスなどを利用しながら生活できるよう、介護支援専門員（ケアマネジャー）が本人・家族の心身の状況や生活環境、希望等に沿って居宅サービス計画（ケアプラン）を作成し、支援します。

運営法人：社会福祉法人 カメリア会
〒102-0082 千代田区一番町12
TEL（3265）6131　FAX（3265）6136
URL（ホームページ）https://www.ichibancho-camellia-kai.com/
最寄駅：東京メトロ 半蔵門駅・麹町駅
（94P施設案内地図参照）

岩本町ほほえみプラザ

利用者、家族、地域の皆さまが気軽に利用できる地域のセンターとして機能していきます。名前のとおり利用者が笑顔になれるようなサービスを提供していきます。

岩本町高齢者在宅サービスセンター	通所介護（デイサービス）【定員30名】	入浴、健康管理、趣味、いきがい活動、生活相談などのサービスを提供しています。レクリエーションを通して仲間づくりのお手伝いをします。 ※予防給付のサービスも提供します。
	認知症対応型通所介護【定員12名】	レクリエーションを通して、仲間づくりや趣味活動を行います。 ※予防給付のサービスも提供します。
	短期入所生活介護（ショートステイ）【定員20名】	快適に過ごしていただけるようなサービスを用意しています。 ※予防給付のサービスも提供します。
	介護予防事業	「太極拳」、「ヨガ教室」、「カラオケ教室」、「書道」、「スポーツ吹き矢」など、65歳以上の方ならどなたでも参加できる介護予防事業を行います。
グループホームいわもと（認知症対応型共同生活介護）【定員9名（1ユニット）】		少人数の家庭的な共同生活の中で、ご利用者と職員が互いに影響しあい共感できるよう支援します。
ケアハウスいわもと（軽費老人ホーム）【定員20名<個室（中）4室／個室（大）12室／二人室2室>】		住み慣れた千代田のまちで、その人らしい暮らしを継続できるよう支援します。
健康回復支援ショートステイ		介護保険の認定を受けていないひとり暮らし高齢者などを対象に、退院時などの健康不安を解消するためのショートステイを実施します。

運営法人：社会福祉法人 多摩同胞会
〒101-0032 千代田区岩本町2－15－3
TEL（5825）3407 FAX（5825）3408
URL（ホームページ）http://www.tama-dhk.or.jp /iwamoto/
最寄駅：都営地下鉄 岩本町駅／JR 秋葉原駅・JR 神田駅
（95P施設案内地図参照）

かんだ連雀

ご自宅で生活されている高齢者の方々が住み慣れた街「千代田区」で安心して暮らせるよう、在宅サービスセンターと特別養護老人ホームが一体となって支援します。

特別養護老人ホーム かんだ連雀 【定員59名】	住み慣れたまちで介護を受けながら生活が維持できるよう、「寄り添うケア」を目標に、安心・安全、信頼できるサービスを提供します。
かんだ連雀 ホームヘルプサービス （訪問介護）	「やさしさ」をモットーに、長年住み慣れたまちで、いつまでも安心して過ごしていただけるようサポートします。 ※予防給付のサービスも提供します。
かんだ連雀 いつでもサポートサービス （定期巡回・随時対応型訪問介護看護）	住み慣れたご自宅において、生活リズムを作っていくお手伝いをいたします。 ※要介護1～5の方が対象となります。
神田居宅介護支援センター （居宅介護支援事業所）	介護支援専門員（ケアマネジャー）が、介護保険の要介護認定の申請の代行や、ケアプランの作成等を行っています。サービス事業者との連絡や調整なども行います。 介護保険のケアプランの作成等について、お気軽にご相談ください。

運営法人：社会福祉法人 多摩同胞会
〒101-0063 千代田区神田淡路町2－8－1
TEL（3252）8815　FAX（3252）8816
URL（ホームページ） http://www.tama-dhk.or.jp/renjaku/
最寄駅：東京メトロ 淡路町駅/都営地下鉄 小川町駅
（95P施設案内地図参照）

ジロール神田佐久間町

認知症対応型共同生活介護（グループホーム）と、地域密着型通所介護を提供します。区民の方が地域で安心して暮らせる「安心拠点」を目指します。地域の方が交流できる場も提供します。

グループホーム ジロール神田佐久間町 （グループホーム） 【定員9名（1ユニット）】	認知症の高齢者が少人数で共同生活ができるように、家庭的な雰囲気の中で入浴や排せつ、食事などの、日常生活上の支援を行います。 一人ひとりがその人らしく生活を続けられるように、支援します。
通所介護ジロール神田佐久間町 （地域密着型通所介護） 【定員12名】	決められた活動プログラムはなく、その人の「～したい。」の実現に向け、利用者と一緒に毎日の過ごし方を考ています。 一人ひとりの考えや想いに寄り添い、好きに選び実行できるように支援します。

運営法人：社会福祉法人 新生寿会
〒101-0025 千代田区神田佐久間町3－16－6
TEL（5822）2650　FAX（5822）5360
最寄駅：東京メトロ 秋葉原駅／JR 秋葉原駅／都営新宿線 岩本町駅
（95P施設案内地図参照）

ジロール麹町

住み慣れた地域で、安心して暮らし続けることができるよう、ユニットケアを基本に、居心地のいい空間と穏やかな時間を提供します。千代田区民の安心につながる地域ケアを展開していきます。

小規模多機能型居宅介護事業所 ジロール麹町 （小規模多機能型居宅介護） 【登録定員25名】	利用者の心身の状況に応じ、随時、「通い」「泊まり」「訪問」を組み合わせ、心地よく日常生活を行えるよう支援いたします。
グループホーム　ジロール麹町 （グループホーム） 【定員18名（2ユニット）】	認知症の高齢者が少人数での共同生活の中、今までの生活を継続していただけるように、家庭的な雰囲気の中で入浴や排せつ、食事などの、日常生活上の支援を行います。
小規模特別養護老人ホーム ジロール麹町 （小規模特別養護老人ホーム） 【定員29名（3ユニット）】	今までの日常生活と地域や家族とのつながりを継続し、その人らしく最期まで生きる為の支援を行います。全室個室トイレ付で一人ひとりの尊厳を守ります。
その他の機能	地域交流スペースでは、「きのこカフェ」（認知症カフェ）を行っています。 地域の方々に開放し多目的に利用していただける場となっています。 営業時間　平日　14:00～16:00 土祝　11:00～16:00 日　休み

運営法人：社会福祉法人 新生寿会
〒102－0083　千代田区麹町2－14－3
TEL（3222）8750　FAX（3222）9680
最寄駅：東京メトロ 半蔵門駅・麹町駅
（94P施設案内地図参照）

淡路にこにこフォーユープラザ

淡路にこにこフォーユープラザは、在宅生活の支援を目的とした高齢者介護施設です。運営は民設民営で、社会福祉法人奉優会が行っております。
デイサービス・認知症対応型デイサービス・ショートステイの各サービスを提供し、高齢者が住み慣れた地域で暮らし続けることができるよう支援しております。また、同一建物内に併設する区立神田保育園と連携し、“高齢者と子ども達との交流”にも取り組んでおります。

フォ―ユ―デイサ―ビス淡路 （デイサービス） 【定員30名】	一人ひとりの生活を基盤としたサービスを提供します。また、機能訓練、専門講師による音楽療法などを実施し、身体機能・心肺機能向上、認知症予防を図ります。
優っくりデイサ―ビス淡路 （認知症対応型通所介護） 【定員　6名】	ゆっくりと自分のペースに合わせて過ごせるようサービスを提供しております。脳と身体の機能訓練を行いながら、利用者様の在宅生活を支援しています。また、医療的支援が必要な方も受け入れしております。
フォ―ユ―ショ―トステイ淡路 （ショートステイ） 【定員21名】	短期間滞在していただき、利用者様それぞれの生活リズムに合わせたトータル的な介護サービスを提供します。レクリエーションや体操などを楽しんでもらいながら生活機能を維持し、自宅に戻った後も安心して在宅生活が継続できるよう支援しております。

運営法人：社会福祉法人　奉優会
〒101-0063　千代田区神田淡路町２－109
デイサービス専用ダイヤル　TEL（5298）6018　FAX（5298）6019
ショートステイ専用ダイヤル　TEL（5298）6028　FAX（5298）6029
URL（ホームページ）　http://awajicho.foryou.or.jp
最寄駅：東京メトロ　淡路町駅／都営地下鉄　小川町駅
（95P施設案内地図参照）

THE BANCHO（ザ番町）

ゲスト（入居者）の皆様に尊厳をもち、明るく生きる楽しみや喜びを実感いただける施設、ゲストとご家族の皆様が笑顔で安心して暮らせるまちづくりにも役立つ施設を運営してまいります。

ザ番町ハウス	特別養護老人ホーム 〈ユニット型〉 【定員 108 名】 （12 名×9 ユニット）	原則要介護3から5に認定された方にご入所いただけます。 1ユニットは12室の個室で構成され、全室トイレ付です。 住み慣れたまちでの生活やご家族とのつながりを保ちつつ、ザ番町ハウスならではの楽しみやプログラムを提供してまいります。
	ショートステイ 〈ユニット型〉 【定員12名】 （12 名×1ユニット）	「短期間のご滞在」で、要支援、要介護の認定を受けているすべての方にご利用いただけます。 ゲストには機能回復の時間を、ご家族には介護休暇の時間を、それぞれ提供いたします。
番町グループホーム 【定員18名】 （9名×2ユニット）		「すまい」として、要支援2及び要介護1から5に認定された認知症の方に、ご入居いただけます。 1ユニットは9室の個室で構成され、より少人数での共同生活です。できることをできるだけ継続していただき、むずかしくなったところをスタッフがサポートいたします。

運営法人：社会福祉法人 平成会

〒102-0084 千代田区二番町7番地6
TEL（3238）0088 FAX（3238）0100
URL（ホームページ） https://www.swct.or.jp/
最寄駅：東京メトロ・JR 四ツ谷駅/東京メトロ 麹町駅/東京メトロ 半蔵門駅
（94P施設案内地図参照）

ケアハウス神田紺屋町

ケアハウス神田紺屋町は、都市部を対象とした定員 20 名以下の小規模な軽費老人ホーム（都市型軽費老人ホーム）です。低額な料金で入居でき、日常生活の見守りや、お食事などのサービスを提供することで、健康で明るい生活を送れるようにすることを目的としています。
運営法人である社会福祉法人いちえ会は、誰もが住み慣れた地域で、安心安全に住み続けられるような地域社会を創造することを目指しています。

ケアハウス神田紺屋町 （都市型軽費老人ホーム） 【定員20名】	60歳以上の、千代田区に住民登録がある方を対象に、日常生活の見守りや、一日3食の栄養バランスのとれたお食事などのサービスを提供し、家族のような温かい環境の中で健康で明るい生活を送れるよう支援します。

運営法人：社会福祉法人　いちえ会
〒101-0035　千代田区神田紺屋町37
TEL（5294）2518　FAX（5294）2518
URL（ホームページ）　http://www.ichie-kai.com
最寄駅：東京メトロ 神田駅／JR 神田駅／都営地下鉄 岩本町駅
（95P 施設案内地図参照）

◆高齢者の交流施設

高齢者活動センター（かがやきプラザ内）

平成28年1月4日に、高齢者総合サポートセンター（かがやきプラザ）で、高齢者活動センターとして事業を開始しました。
高齢者が住み慣れた地域でいきいきと元気で暮らしを楽しめるよう、レクリエーション、機能回復訓練などの場を提供し、仲間づくり、生きがいづくり、健康づくりを支援します。また、多くの方が集い楽しむ多世代交流事業を行っています。
施設内には、浴室、機能回復訓練室、娯楽室（ビリヤード、麻雀、卓球台、ゴルフの練習用ネット）もあります。
事業の詳細については、高齢者活動センター月報「のぞみ」や広報千代田、千代田区社会福祉協議会情報誌「ちよだ社協」などでお知らせしています。ぜひ、高齢者活動センターで、新たな楽しみを見つけてください。

開館時間：午前9時～午後5時
休 館 日：第1日曜日、年末年始（12月31日～翌年1月3日）
※1月1日～1月3日のいずれかが日曜日の場合は、1月の第5日曜日も休館日になります。
対　　象：千代田区在住の60歳以上の方（登録制）

問 合 せ： 高齢者活動センター
〒102-0074　千代田区九段南1－6－10　かがやきプラザ4・5F
TEL（3265）1161　FAX（3265）1162
最寄駅：東京メトロ　・都営地下鉄　九段下駅（94P施設案内地図参照）

運営法人： 社会福祉法人　千代田区社会福祉協議会

１８ 高齢者関連の団体

◆千代田区社会福祉協議会（ちよだ社協）

地域住民の方々をはじめ、行政機関や福祉・保健・医療などの関係機関と協力しながら「みんなが参加し支え合うまちづくり」を目指して地域福祉活動を展開する社会福祉法人です。高齢の方に次のような事業・サービスを実施します。

事 業 内 容

●「ご近所福祉活動（町会福祉部活動）」を通じた地域の支え合い事業
●「ちよだ成年後見センター」の運営（成年後見利用支援・日常金銭管理、福祉サービス利用援助など）（→46P）
● 住民の助け合いよる家事支援サービス「ふたばサービス」の運営 （→38P）
● 車いすの貸出し （→72P）
● ボランティア・市民活動に関する相談 （→68P）
● 高齢者サロン（ふれあいサロン・はあとサロン・みんなのサロン）の運営（→39P）

他にも福祉のことでお困りのことがありましたら、お気軽に千代田区社会福祉協議会へご相談ください。

問合せ：千代田区社会福祉協議会　総務課・地域サポート課・在宅サポート課

〒102－0074　千代田区九段南1－6－10　かがやきプラザ4F
TEL（3265）1901　FAX（3265）1902
E-mail（電子メール）　info@chiyoda-cosw.jp
URL(ホームページ)　https://www.chiyoda-cosw.jp

ふたばサービス（住民の助け合いによる家事支援サービス）
TEL（6265）6520　FAX（3265）1902

ちよだ成年後見センター
TEL（6265）6521　FAX（3265）1902

ちよだボランティアセンター
TEL（6265）6522　FAX（3265）1902
URL（ホームページ）　https://www.chiyoda-vc.com/

最寄駅：東京メトロ・都営地下鉄　九段下駅 （94P施設案内地図参照）

アキバ分室
〒101－0021　千代田区外神田1－1－13　万世橋出張所・区民館6F
TEL（6285）2860　FAX（6285）2861
E-mail（電子メール）　akiba@chiyoda-cosw.jp
最寄駅：JR 秋葉原駅　都営地下鉄小川町駅　東京メトロ淡路町駅
東京メトロ神田駅 （95P施設案内地図参照）

◆千代田区シルバー人材センター

「高齢者の豊富な経験・知識・技能を地域に活かす」ことを目的に、高齢者に適した仕事を会員に提供します。仕事を通じて、高齢者の健康で生きがいのある生活の実現を目指しています。

入　会	千代田区に居住している60歳以上の健康で働く意欲のある方 ※入会説明会を毎月第2火曜日（午後2時から）と第2木曜日（午前10時から）に開催しています。
会　費	3，000円（年間）
就　業	民間企業、公共団体、一般家庭などからの仕事の依頼のうち、会員にできそうな仕事を紹介します。希望する仕事がないこともありますが「何でもやってみよう」という気持ちで入会してください。
報　酬	働いた仕事に応じて、センターが責任を持って毎月決められた日にまとめてお支払いします。
主な仕事	●管理業務（集会室管理、広場管理　など） ●学校業務（受付、管理、児童安全安心パトロール　など） ●清掃業務（出張所・ビル清掃、公園清掃　など） ●その他軽作業（封入作業、ラベル張り　など）

問合せ：公益社団法人　千代田区シルバー人材センター
〒102-0074　千代田区九段南1－6－10　かがやきプラザ4F
TEL（3265）1903　FAX（3265）1904
URL　https://webc.sjc.ne.jp/chiyodaku/index

最寄駅：東京メトロ・都営地下鉄　九段下駅（94P施設案内地図参照）

１９ 民生・児童委員

生活上の悩みごと、心配ごとなど、担当地域の民生・児童委員にご相談ください。

【麹町地区】

氏　名	電　話	民生・児童委員の担当区域
荻　原　弘　樹	3581－4649	丸の内一・二・三丁目、大手町一（3・4を除く）・二丁目 内幸町一・二丁目、有楽町一・二丁目、霞が関三丁目（8を除く） 永田町一・二丁目、隼町 （町会区域外　大手町一丁目3・4、 霞が関一・二・三丁目8、 日比谷公園）
篠　田　晴　久	3261－6618	平河町一・二丁目
大　串　宣　代	3221－1554	麹町一・二・三丁目
（欠　員）		麹町四・五・六丁目、紀尾井町
（欠　員）		一番町1～7・9・11・13・15・17・19・21・23・25・27・ 29・31
鈴　木　映　子	3263－3417	一番町8・10・12・14・16・18・20・22
中　野　　潤	090－9004－6679	二番町
大倉　英理子	3264－0598	三番町1～3・5・6・8・10・26・28・30
上　村　　友　子	3221－8589	三番町7・9・12・14・16・18・20・22・24
横　山　　エ　ミ	3262－2690	四番町（6を除く）
石　井　　幸　子	080－2091－7034	五番町、四番町6
恩　田　妙　子	3265－0350	六番町
前　田　　麻　弥	3261－7638	九段南一丁目、九段北一丁目1～7・11～15、 北の丸公園、千代田 （町会区域外　皇居外苑、一ツ橋一丁目）
大井　あんぬ	5226－7607	九段南二丁目、九段北二丁目
赤　城　　正　晃	3261－3920	九段南三丁目、九段北三丁目
小野寺　妙子	3261－0673	九段南四丁目、九段北四丁目
土　屋　　雅　紀	3263－3744	富士見一丁目
鏑木　喜代子	3261－0388	富士見二丁目1～8
藤　田　まりや	3234－3577	富士見二丁目9～17
吉　澤　　文　子	3261－2897	飯田橋一・二丁目、九段北一丁目8～10
市川　虎之助	3263－3651	飯田橋三・四丁目
酒　井　　浩　子	5226－2830	主任児童委員
坂　口　　純　子	3265－8604	主任児童委員

【神田地区】

氏　名	電　話	民生・児童委員の担当地域
松井　和代	3293－9013	神田神保町一丁目(奇数番地)
角谷　幸子	3291－1514	神田神保町一丁目(偶数番地)
三橋　惠子	5275－3092	一ツ橋二丁目、神田神保町二丁目（奇数番地）、 神田神保町二丁目4～10・32～40（偶数番地）
長谷川　美江	3264－8888	神田神保町二丁目2・12～30、42～48（偶数番地）、 西神田一・二丁目
新井　真理子	3262－2456	神田神保町三丁目、西神田三丁目
安原　勝子	3262－0716	神田三崎町一・二・三丁目
菱山　志摩子	3293－0215	神田猿楽町一・二丁目、神田駿河台一・二丁目・四丁目5
堀井　市朗	3294－3669	神田錦町一・二・三丁目
森田　扶美子	3291－0086	神田小川町一・二・三丁目
佐藤　健一	3252－2749	神田美土代町、内神田一丁目1番1～4、神田司町二丁目
齋藤　光治	3256－5589	内神田一丁目（1番1～4除く）、内神田二・三丁目 神田鍛冶町三丁目、神田多町二丁目
佐藤　祐子	3253－4819	神田駿河台三・四丁目（5を除く） 神田淡路町一・二丁目（奇数番地）
木村　泉	3251－0388	神田淡路町一・二丁目（偶数番地） 神田須田町一丁目1～4・6・8～15・17・19・21・23・25
泉　恭子	5275－3698	神田須田町一丁目5・7・16・18・20・22・24・26・27・28・ 30・32・33・34
村田　和美	3256－0076	鍛冶町一・二丁目、神田紺屋町、神田北乗物町、神田富山町、 神田美倉町、神田西福田町
山本　俊行	5296－3810	外神田一・三丁目1・12・13・四丁目
福井　久仁子	5256－1734	外神田二・六丁目1～3番3・4・7・8号
金子　久美子	5256－6305	外神田三丁目2～11・14～16 外神田五・六丁目3番5・6号、4～16番
中山　卓	3866－0823	岩本町一丁目
（欠　員）		岩本町二丁目13～17・19番（1・2号を除く） 東神田一丁目6～11・二丁目1～7

氏　名	電　話	民生・児童委員の担当地域
髙橋　紀代子	3866－2984	岩本町二丁目1～4・三丁目、神田岩本町、神田東紺屋町
渡邉　千恵子	3863－0672	岩本町二丁目5～12・18・19番地1・2
篠田　美恵	3251－0558	神田須田町二丁目、神田東松下町
酒井　さつき	3862－3443	東神田一丁目1～5・12～17・二丁目8～10
服部　美千代	3861－7566	東神田三丁目、神田佐久間町四丁目、 神田佐久間河岸81～92号地
尾﨑　明子	3851－1754	神田和泉町、神田松永町、神田花岡町、神田練塀町、 神田相生町
瀧川　英治	3864－8044	神田佐久間町一・二・三丁目、神田平河町、 神田佐久間河岸45～55、59～78号地
水野　智佳子	3259－2980	主任児童委員
松永　晴子	3258－2032	主任児童委員

メモ

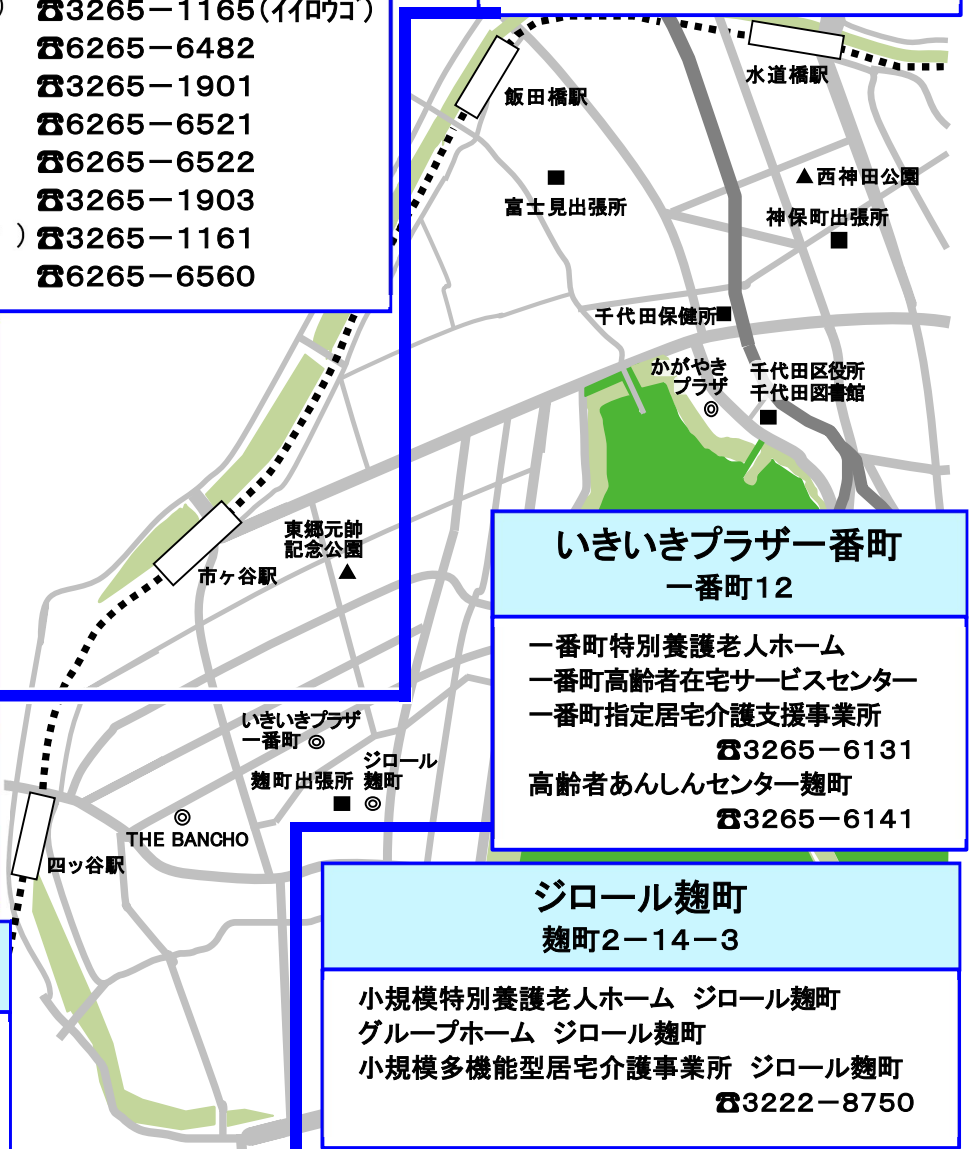
２０　高齢者福祉施設の案内図

高齢者総合サポートセンター
（かがやきプラザ）
九段南１－６－１０

相談センター（24 時間 365 日受付）　☎3265－1165（ｲｲﾛｳｺﾞ）
在宅支援課　☎6265－6482
千代田区社会福祉協議会　☎3265－1901
ちよだ成年後見センター　☎6265－6521
ちよだボランティアセンター　☎6265－6522
千代田区シルバー人材センター　☎3265－1903
高齢者活動センター（指定管理者 ）☎3265－1161
研修センター（指定管理者）　☎6265－6560

高齢介護課
（千代田区役所　3階）
九段南１－２－１

高齢介護課　☎5211－4321



いきいきプラザ一番町
一番町12

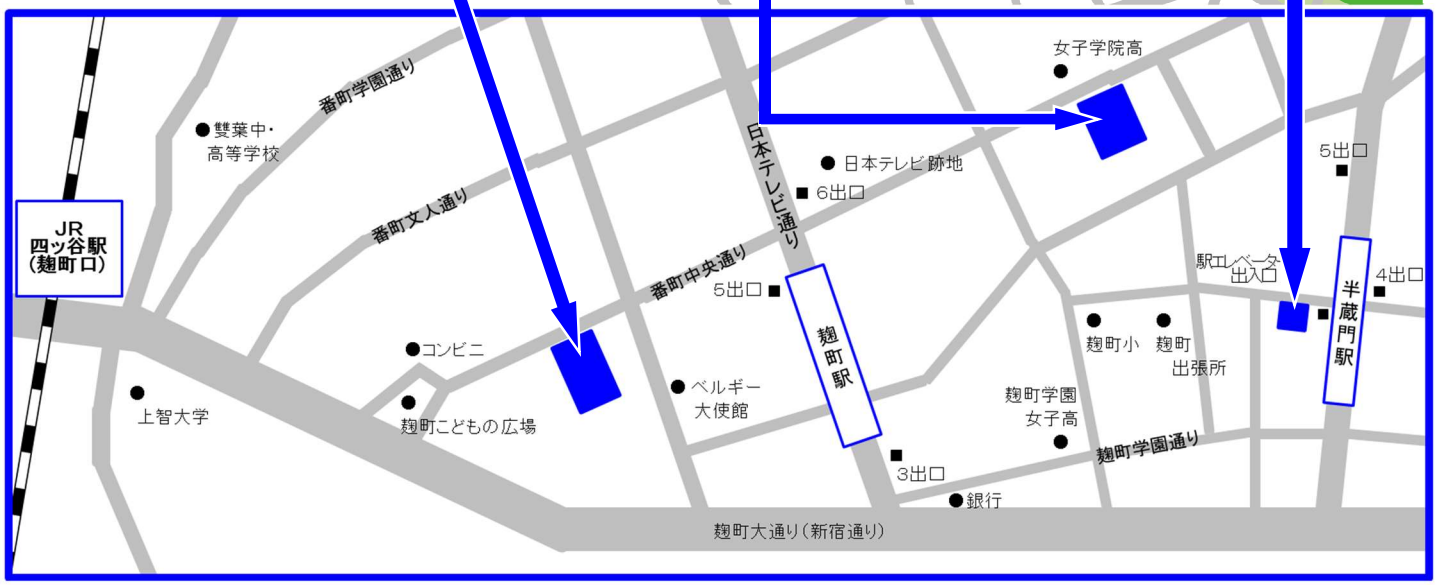
一番町特別養護老人ホーム
一番町高齢者在宅サービスセンター
一番町指定居宅介護支援事業所
☎3265－6131
高齢者あんしんセンター麹町
☎3265－6141

THE　BANCHO（ザ番町）
二番町７－６

ザ番町ハウス（特養・ショートステイ）
☎3238－0088
番町グループホーム（グループホーム）
☎5213－0088

ジロール麹町
麹町２－１４－３

小規模特別養護老人ホーム　ジロール麹町
グループホーム　ジロール麹町
小規模多機能型居宅介護事業所　ジロール麹町
☎3222－8750



千代田区社会福祉協議会アキバ分室

外神田1-1-13 万世橋出張所・区民館6階

アキバ分室 ☎6285－2860

かんだ連雀

神田淡路町2－8－1

特別養護老人ホームかんだ連雀
かんだ連雀ホームヘルプサービス
かんだ連雀いつでもサポートサービス
神田居宅介護支援センター
☎3252－8815
高齢者あんしんセンター神田
☎5297－2255

淡路にこにこフォーユープラザ

神田淡路町2－109

フォーユーデイサービス淡路
優っくりデイサービス淡路
☎5298－6018
フォーユーショートステイ淡路
☎5298－6028

ジロール神田佐久間町

神田佐久間町3－16－6

グループホームジロール神田佐久間町
通所介護ジロール神田佐久間町
☎5822－2650

岩本町ほほえみプラザ

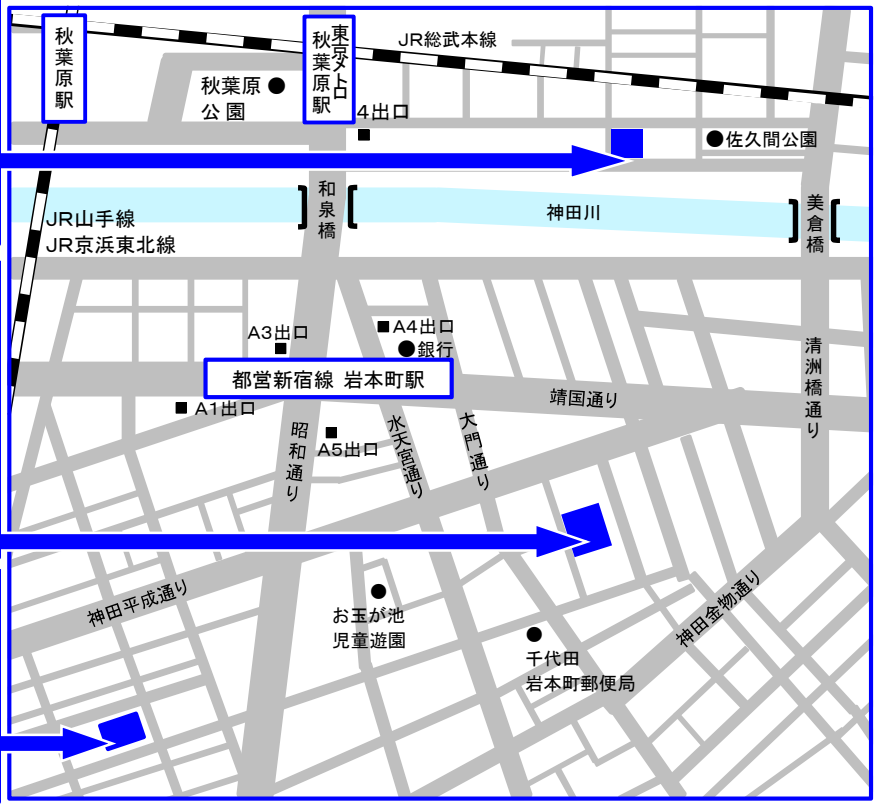
岩本町2－15－3

岩本町高齢者在宅サービスセンター
グループホームいわもと
ケアハウスいわもと
☎5825－3407

ケアハウス神田紺屋町

神田紺屋町37

ケアハウス神田紺屋町
☎5294－2518



２１　索引

なるべくわかり易い言葉でお探しいただけるように、事業名の最初の文字ではなくその事業を一般的に表す言葉で探すようになっているものがあります。その場合、事業名の該当する文字色を変えてあります。

	事　業　名	頁
あわ	淡路にこにこフォーユープラザ	22･85
あん	安心生活見守り台帳･避難行動要支援者名簿	41
いき	いきいきプラザ一番町	22･80
いり	医療･介護･地域資源　検索システム	61
	医療情報ネット「ナビィ」	61
	医療ステイ利用支援	31
いわ	岩本町ほほえみプラザ	22･81
いん	高齢者インフルエンザ予防接種	50
おう	応急資金（医療費）の貸付	59
	応急資金の貸付	73
かい	介護医療院	17･75
	介護保険サービス等提供施設	22
	介護者教室	33
	介護保険･介護予防事業利用までの流れ	12･13
	介護保険サービスの利用者負担	20･21
	介護老人保健施設	75
	介護予防教室ラララフィット	27
	介護予防事業	25
かう	かがやきカウンセリングルーム	32
かが	相談センター（かがやきプラザ内）（高齢者総合サポートセンター）	5･79
かざ	風ぐるま	70
かみ	紙おむつの支給	28
から	身体を使って脳トレいきいき教室	44
かん	かんだ連雀	22･82
ぎゃ	高齢者虐待防止の推進	42
きゅ	救急医療情報キット	36
	救急通報システム	35
	千代田区　休日応急診療	4･60
きん	緊急小口資金	73
くる	車いすの貸出し	72
ぐる	グループホーム（認知症対応型共同生活介護）	76
けあ	ケアマネジャーを探したいときは	15
	ケアハウス（軽費老人ホーム）	76
	ケアハウス神田紺屋町	22･87
けい	敬老会、敬老祝金･祝品贈呈事業	65
けん	健康診査、健康相談	48
	がん検診･成人健診	49

	事　業　名	頁
こう	後期高齢者医療制度	53～58
	高齢者あんしんセンター麹町・神田（地域包括支援センター）	6・7
	高齢者住宅生活協力員	62
	高齢者活動センター	66・88
	高齢者補聴器購入費助成（令和7年7月開始予定）	36
ここ	心の相談室（認知症等）	52
さー	居宅サービス・地域密着型サービス・施設サービス（要介護 1～5）	15～17
	介護予防サービス・地域密着型介護予防サービス（要支援1・2）	18・19
	介護予防・生活支援サービス事業（訪問型サービス・通所型サービス）	23・24
ざい	財産保管管理サービス	46
ざば	THE　BANCHO（ザ番町）	22・86
さぽ	介護保険サポーター・ポイント制度	27・68
しか	区民歯科健診・訪問歯科診療の紹介	49
しご	東京しごとセンター	69
じど	自動通話録音機	35
しに	シニア向け転倒予防と健康体操 IN 柔道場	27
しゃ	千代田区社会福祉協議会（ちよだ社協）	89
じゅ	高齢者福祉住環境整備	29
	高齢者向け優良賃貸住宅	62
	高齢者等家賃債務保証制度利用支援事業（住宅）	63
	高齢者向け返済特例制度助成事業（住宅）	63
	高齢者等安心居住支援家賃助成事業	63
	居住安定支援家賃助成事業	63
	千代田区募集の住宅・東京都募集の住宅	62
しょ	将来に備えるサービス	47
	所得税・住民税の控除	64
	高齢者に対する税法上の障害者控除対象者認定	64
	高齢者食事支援サービス	34
	健康回復支援ショートステイ	37
	千代田区消費生活センター	4
	「＃7119」東京消防庁救急相談センター	4・60
じり	地域福祉権利擁護事業（日常生活自立支援事業）	46
しる	シルバートレーニングスタジオ	26
	千代田区シルバー人材センター	69・90
	東京都シルバーパス	71
じろ	ジロール神田佐久間町	22・83
	ジロール麹町	22・84
しん	寝具乾燥サービス	28
	新型コロナウイルス感染症予防接種	50
せい	ちよだ成年後見センター	46

	事　業　名	頁
せい	成年後見制度	45
	成年後見制度利用支援事業	45
	生活福祉資金の貸付	73
せん	選挙	74
そう	相談センター	5
	相談窓口（窓口一覧）	1～4
たい	帯状疱疹予防接種	52
たく	リフト付福祉タクシー	71
ちょ	長寿会	66
でん	高齢者いきいき相談（電話訪問）	36
とう	東京都医療機関案内「ひまわり」	4・61
	とうきょう福祉ナビゲーション	69
とく	特別養護老人ホーム	75・77・78
なで	なでしこ配食サービス（ボランティア）	38
なな	70歳～75歳未満の方の自己負担額	53
にゅ	入院生活支援（入退院時ヘルパー派遣）	34
	後期高齢者入院時負担軽減（入院生活費助成）	37
	敬老入浴券	67
にん	人間ドックの利用補助	59
	認知症カフェ	40・44
	認知症に関する相談	43
	認知症支援サービス	44
	認知症本人ミーティング（実桜の会）	40
ねん	老齢基礎年金・老齢厚生年金	64
はあ	高齢者サロン（ふれあいサロン・はあとサロン・みんなのサロン）	39
はい	高齢者肺炎球菌予防接種	51
はく	老人性白内障特殊眼鏡等の助成	59
はつ	はつらつ体操	27
はり	はり、きゅう、マッサージ施術補助制度	59
ひと	ひとり暮らし高齢者等安心生活支援	41
ふく	福祉のまちづくり	72
ふた	ふたばサービス	38
ふど	不動産担保型生活資金の貸付	73
ふれ	ふれあい収集・運び出し収集	37
	ふれあいクラブ	39
	フレイル対策事業	25
ほう	訪問理美容サービス	28
	福祉専門法律相談	47
ほー	在宅支援ホームヘルプサービス	30
ほけ	介護保険の概要・保険料	9

	事　業　名	頁
ほよ	保養施設の利用	60
ぼら	ボランティア・市民活動	68
みん	民生・児童委員	91～93
ゆう	有料老人ホーム	76
りは	在宅訪問リハビリ支援	29

メ モ

メモ

区役所職員をかたった
不審電話にご注意を！

○区役所の税務課や保険年金課などの職員をかたって、区民に電話をする「不審電話」が多発しています。

○電話の内容は、
「医療費（税金）の還付金があるので、口座番号を教えてほしい」というものや、「還付金があるので、携帯電話を持って金融機関やコンビニのATM（現金自動受払機）前に行って、指示どおりにしてほしい」といったものです。

○電話番号は、080、090などで始まる携帯電話の番号、もしくは、非通知表示が多いようです。

○区では還付金を支払う際に、職員が直接電話し、ATM操作を依頼することはありません。

○不審な電話と思ったら、区役所や出張所などにご相談ください。

区役所（代表）	・・・・3264-2111
千代田区コールセンター	・・・・3264-3910
麹町出張所	・・・・3263-3831
富士見出張所	・・・・3263-3841
神保町出張所	・・・・3263-0741
神田公園出張所	・・・・3252-7691
万世橋出張所	・・・・3251-4691
和泉橋出張所	・・・・3253-4931

麹町警察署	・・・3234-0110
丸の内警察署	・・・3213-0110
神田警察署	・・・3295-0110
万世橋警察署	・・・3257-0110

高 齢 者 サービスのしおり

令和7年度版

編集・発行　千代田区保健福祉部高齢介護課

〒102-8688　東京都千代田区九段南 1-2-1
電話　03（3264）2111（代表）
FAX　03（3288）1365
URL　http://www.city.chiyoda.lg.jp