



暮らしにお役立てください～高齢者の皆さんへの各種事業等～



☆参加・利用しませんか。 問 高齢者支援課いきいき高齢者係・包括支援係

認知症サポーター 養成研修の 講師派遣	認知症サポーターを養成するための講師派遣を行います。 対象 おおむね10人以上の団体・グループ等
高齢者クラブ	地域の高齢者が自主的に組織した団体で、健康で豊かな生活のため、さまざまな活動をしています。 対象 60歳以上の方
シルバー マイスター制度	優れた技能・知識・経験をお持ちの高齢者を派遣します。 対象 団体など
梅っこ体操 CD・DVD 貸し出し	市介護予防オリジナル体操のCD・DVDを高齢者支援課および中央図書館で貸し出し、公式YouTubeでも公開しています。
教養講座	詩吟、毛筆、茶道、合唱等の講座を定期的 to開催しています。 対象 60歳以上の方
地域サロン	高齢者が集い、仲間づくりのための場所を提供しています。 対象 60歳以上の方
スマートフォン 教室等	スマートフォンやパソコンの使い方に関する講習会です。 対象 60歳以上の方

問 東京バス協会 ☎03-5308-6950

東京都 シルバーパス	シルバーパス常設発行窓口で、都内の民営・都営バス等が利用できる東京都シルバーパス（有料）を購入できます。 対象 70歳以上の都民
---------------	---

問 シルバー人材センター ☎ 24-8171

シルバー 人材センター	シルバー人材センターへ会員登録し、能力・経験に応じた軽作業等の仕事をします。仕事の依頼もできます。 対象 おおむね 60 歳以上の健康な方
----------------	--

☆社会福祉協議会のサービス 問 社会福祉協議会 ☎ 22-1233

いきいきサービス	市民の助け合いによる登録者の協力を得て、在宅での日常生活に必要な家事などのお手伝いをします。 利用料金 １時間９００円（１０月から１，０００円） ※交通費が負担になることがあります。 対象 おおむね６５歳以上または障がいのある方で、在宅での日常生活に困っている方
車いすの貸し出し	通院、旅行等で車いすが一時的に必要な場合、無料で貸し出します。 対象 歩行困難な方
緊急通報サービス	急病や緊急事態のときに、ペンダント型救急ボタンを押すと警備会社に通報され、所定の連絡等を行います。（利用料は自己負担） 対象 おおむね６５歳以上または障がいのある方で、在宅での日常生活に不安のある方

☆清掃リサイクル課のサービス 問 清掃リサイクル課清掃係

指定収集袋の 減免	ごみ袋引換券を交付します。 ※過去に一度も交付がない場合は要申請。 対象 世帯全員が65歳以上で、市民税非課税世帯
おむつごみの 無料収集	汚物は取り除き、「燃やすごみ」の収集日に透明または半透明の袋に入れて排出してください。
粗大ごみ運び出し サービス	屋内から運び出して収集する制度です。(1回当たり10品以下、各年度2回まで) 対象 世帯全員が65歳以上の方のみの世帯

☆相談機関 問 各地域包括支援センター

地域包括 支援センター	高齢者に関するお困りごとの相談窓口です。 ▷ 青梅・東青梅地区…地域包括支援センターすみえ ☎ 78-3442 (住江町66) ▷ 長淵・河辺・梅郷・沢井地区…地域包括支援センターうめどの ☎ 24-2882 (駒木町3-594-1 メディケア梅の園内) ▷ 大門・新町・今井・小曾木・成木地区…地域包括支援センター すえひろ ☎ 33-4477 (末広町1-4-5 すえひろ苑内)
-------------------------------	--

☆高齢者支援課のサービス 問 高齢者支援課いきいき高齢者係・包括支援係

温泉保養施設の 利用助成	市指定の温泉保養施設の利用料金の一部を助成します。 ▷宿泊…1泊につき3,000円(年間4泊以内) ▷日帰り…1日1回につき300円(年間12日以内) 対象 65歳以上で在宅の方とその援護者 実施施設 市指定の宿泊施設または日帰り施設
訪問理美容 サービス	自宅で理美容サービスを受ける際の出張料を助成します。 対象 65歳以上の介護保険要介護3～5の方 実施施設 契約理容店・美容店
日常生活用具 (腰掛便座等)の 給付	所得別の自己負担あり、要事前申請。購入後の助成はできません。 対象 介護保険で非該当と判定されたが、日常生活用具の給付が必要と認められる65歳以上の方
住宅改造費 (浴槽等の設備 改造費)の助成	所得別の自己負担あり、要事前申請。工事後の助成はできません。 対象 要介護認定の申請をしたおおむね65歳以上で、住宅の改造が必要と認められる方
紙おむつの給付	紙おむつ、尿取りパットを現物支給します。 ※月額8,000円を限度・給付額の1割の自己負担あり。 対象 おおむね65歳以上の市民税非課税世帯の在宅の方で、寝たきり等でおむつを必要とする方
配食サービス	1食400円の自己負担で、週3回までボランティアや業者により昼食を配送します。 対象 おおむね65歳以上の一人暮らしの方または高齢者世帯の方で、身体的・精神的機能の低下により炊事が困難な方
寝具乾燥 サービス	月1回4枚まで寝具の乾燥を行います(1割の自己負担あり)。 対象 65歳以上の寝たきり高齢者がいる世帯または65歳以上の一人暮らしの方もしくは高齢者世帯の方
救急通報 システム	急病や緊急事態のときに、ペンダント型の無線発報器により救急車の出動などの救護が受けられます(所得に応じ自己負担あり)。 対象 おおむね65歳以上の一人暮らしまたは高齢者世帯の方等で、発作を起こしやすい病気等があり、設置が必要と認められる方
住宅火災通報 システム	専用通報機を貸与します。火災発生時に消防車両等の出動が受けられます(所得に応じ自己負担あり)。 対象 おおむね65歳以上の一人暮らしの方等で、設置が必要と認められる方
福祉電話の設置	電話機の設置費用を助成します。 対象 65歳以上の一人暮らしまたは高齢者世帯の方で、市民税非課税世帯であり、現在電話がなく近隣に親族が居住していない方
補聴器購入費 助成	加齢による聴力機能の低下で、日常生活に不便を感じている高齢者を対象に、補聴器の購入費(上限4万円)を助成します。 対象 65歳以上の市民税非課税の方で、聴覚障害による身体障害者手帳をお持ちでないが、医師に補聴器が必要と認められた方。過去5年以内に本事業による助成を受けた方は対象外
認知症高齢者 位置探索支援 サービス	位置探索を行う機器の端末を貸与します。 利用料金 利用料の1割(その他自己負担あり) 対象 行方不明になるおそれのある在宅の認知症高齢者を介護している親族
高齢者見守り 支援事業	配布する2次元コードからインターネット上の掲示板を利用し、行方不明の高齢者に関する情報を共有できます。 対象 市内に住所を有する在宅認知症等高齢者の家族等

☆市民安全課のサービス 問 市民安全課市民安全係

自動通話録音機 無償貸与	特殊詐欺対策として、自動通話録音機を無償貸し出します。 (3年間)※事前にお問い合わせください。 対象 65歳以上の高齢者がいる世帯
-----------------	---

アドバイザーに1対1で使い方を相談

スマートフォンの使い方に関する相談会

日程 9月29日（月）
時間・定員 下表のとおり
会場 福祉センター第4集会室
対象 スマートフォンの使用について疑問や不安のある60歳以上の都民
持ち物 ご自身のスマートフォン
※都デジタルサービス局と共同実施

申し込み	時間	定員
24日まで に電話で高齢 者支援課いき いき高齢者係 へ	1 10:00~10:30	各回先着2人
	2 10:30~11:00	
	3 11:00~11:30	
	4 11:30~12:00	
	5 12:00~12:30	
	6 12:30~13:00	
	7 13:00~13:30	
	8 13:30~14:00	先着1人

市民活動団体協働事業

高齢者向けスマートフォン教室

日時 10月4日(土) 午後1時～3時30分
会場 福祉センター第4集会室
対象 60歳以上の市民で、スマートフォン
 を持っている方(機種はアンドロイド)
内容 音声入力やカメラ、LINEの使い方など
講師 パソコンボランティア青梅
持ち物 ご自身のスマートフォン
定員 12人(抽選)



24日までに2次元コードまたは電話で高齢者支援課いきいき高齢者係へ



初めての方優先

認知症予防！脳イキイキ教室

日時 10月16日～11月20日の木曜日
午後2時～3時30分

会場 河辺市民センター第3会議室

対象 全日程参加できる市内在住の65歳以上で次のすべてを満たす方…▷要介護1～5の認定を受けていない▷医師から運動制限を受けていない▷認知症の診断を受けていない。

定員 先着20人程度（予約制）

服装 動きやすい服装

持ち物 筆記用具、飲み物

申し込み 電話または直接高齢者支援課包括支援係（市役所1階）へ