高齢者の心身の状況に応じたサービス

高齢者

A 元気な方

- 社会参加したい
- 生きがいを見つけたい
  健康づくりをしたい
- 健康の保持、増進に努めたい
- 身体や健康のことについて相談したい
- 高齢者の医療制度について知りたい
- 地域の高齢者同士で介護予防に取り組みたい

B 今後介護の心配がある方

介護保険の対象とならない方

- 健康に心配はあるけれど、自立した生活を続けたい
- 設備面での支援を受けて自立した生活をおくりたい
- サービスを受けて自立した生活をおくりたい
- ひとりでの生活に不安がある
- 今後の判断力に不安がある

C 介護予防の専門的なサービスが必要な方

（要支援１・２の認定を受けている方と要支援者相当の方）

- 生活での動作や活動がまたできるようになりたい
- どんなサービスがあるのか知りたい
- 事業所がどこにあるのか知りたい

D 介護サービスが必要な方

要支援１・2、要介護の認定を受けている方

- 介護をしている人への支援
- 介護保険について知りたい
- 自宅で住み続けながら利用するサービスについて知りたい
- 入所施設について知りたい
- 事業所や施設がどこにあるのか知りたい

下の図から、ご自身のニーズに合うと思われるものを探し、その先にあるページを見ていただくと、見たい情報を見つけることができます。

老人クラブの育成、おでかけパスポート、敬老祝事業	P.9 ～
ながのシニアライフアカデミー、かがやきひろば（老人福祉センター等）、シニアアクティブ（高齢者活動）ルーム、いこいの家（老人憩の家）	P.10 ～
各種検診　等	P.15 ～
健康相談、各種健康教室	P.21 ～
後期高齢者医療制度	P.31 ～
介護予防クラブ活動支援事業「はつらつ倶楽部」体験講座 介護予防あれこれ講座、介護予防教室 等	P.55 ～

専門職派遣アドバイス事業〔地域リハビリテーション活動支援事業（訪問リハビリ・訪問栄養・訪問歯科)〕	P.56 ～
緊急通報システム	P.23 ～
訪問理容・美容サービス、友愛活動事業、地域たすけあい事業	P.24 ～
養護老人ホーム、軽費老人ホーム、有料老人ホーム、サービス付き高齢者向け住宅、 高齢者世話付住宅（シルバーハウジング） 高齢者生活福祉センター・高齢者共同生活支援施設	P.26 ～
認知症相談会、認知症初期集中支援チームによる支援、安心おかえりカルテ、 認知症カフェ（オレンジカフェ）等 成年後見制度、高齢者虐待の防止および対応　等	P.43 ～ P.47 ～

介護予防・日常生活支援総合事業	P.53 ～
訪問型サービス・通所型サービス	P.58 ～
介護保険居宅サービス事業所一覧	P.127 ～

在宅福祉介護料、介護者教室、はいかい高齢者家族支援サービス助成事業　等	P.39 ～
介護保険制度のしくみ、利用までの手順、介護保険サービスの種類	P.67 ～
訪問介護、通所介護、短期入所生活介護　等	P.82 ～
介護老人福祉施設（特別養護老人ホーム）、介護老人保健施設、介護療養型医療施設等	P.110 ～
介護保険居宅介護支援事業所一覧、介護保険地域密着型サービス事業所一覧 介護保険居宅サービス事業所一覧、長野広域圏域の介護保険施設	P.125 ～

高齢者の介護と福祉の相談窓口
地域包括支援センターをご利用ください

地域包括支援センターは、福祉や保健・医療などに関する総合相談窓口です。社会福祉士・保健師（看護師）・主任ケアマネジャーなどの専門職を配置し、関係機関と協力しながら、高齢者の皆さんを支援します。（地域包括支援センター・在宅介護支援センターの連絡先は５・６ページをご覧ください。）

1. 総合相談支援

高齢者の皆さんが、住み慣れた地域で安心して、自分らしい生活を継続していくことができるように、どのような支援が必要かを把握し、適切なサービスや機関・制度の利用へつなげるなどの支援を行います。

1）総合相談支援

- 身近な地域における高齢者の様々な相談に応じ、適切なサービス利用や機関・制度へつなぎ、継続的に支援します。また、在宅介護支援センターと協力して地域の高齢者の実態把握を行い、隠れた問題やニーズに対し早期に対応します。
- 認知症になっても、住み慣れた地域で暮らし続けることができ、早期診断・早期対応につながるよう支援します。また、地域の支援体制づくりや家族に対する支援も行います。（詳細は、43 ～ 45 ページをご覧ください）

2）地域におけるネットワークの構築・協働

- 総合相談支援で把握された課題やニーズを解決するために、保健、福祉及び医療等地域の関係機関の連携を図ります。
- 地域におけるボランティア活動や住民活動などの社会的資源を把握し、それらの活動や団体等とのネットワークを構築します。

2. 権利擁護

高齢者の皆さんが、地域において尊厳ある生活を送ることができるよう、高齢者虐待の対応や未然防止のための取り組み、消費者被害防止のための情報提供などを行うとともに、成年後見制度等の活用に向けた支援を行います。（権利擁護については、47 ～ 52 ページをご覧ください。）

1）成年後見制度の活用

- 適切な介護サービスの利用をはじめ、金銭管理や法律行為などの支援が受けられるように成年後見制度の説明を行い、活用に向けた支援を行います。また、申立てを行う親族がいない場合は、市長申立てにつなげます。

2）高齢者虐待の防止および対応

- 高齢者虐待の正しい理解の普及・啓発により、高齢者虐待の未然防止に取り組みます。また、虐待を受けた高齢者や介護を担う養護者への支援をします。
- 高齢者虐待防止ネットワークと協働し、高齢者虐待等の早期発見や防止に取り組みます。

3）消費者被害の防止

- 消費者被害の情報を収集し、提供することで高齢者の皆さんが消費者被害にあわないよう、未然防止を図ります。

3. 介護予防のケアマネジメント

高齢者の皆さんが、要介護状態になることをできるだけ予防します。また、日常生活に支援が必要になってもそれ以上悪化させないようにし、高齢者自身が住み慣れた地域で自立した日常生活を送れるように支援します。

●総合事業のサービスを受ける要支援1･要支援2･事業対象者の人（介護予防ケアマネジメント）

日常生活に支援が必要で困りごとのある要支援1・2及び事業対象者の皆さんに対し、地域包括支援センターの専門職がその人の自立に向けたケアプランの作成と、支援（介護予防ケアマネジメント）を行います。（介護予防・日常生活支援総合事業については、53ページをご覧ください）

●介護予防のサービスを受ける要支援1・要支援2の人（指定介護予防支援）

要支援1・2の人が、可能な限り居宅において自立した日常生活が継続できるよう、対象者が有している生活機能の維持・改善を図るための介護予防サービス計画の作成と支援（指定介護予防支援）を行います。（予防給付サービスについては、78ページをご覧ください）

4. 包括的・継続的ケアマネジメント

高齢者の皆さんが要介護状態になっても、住み慣れた地域で生活を送ることができるように、介護に携わる地域のケアマネジャーへの支援や助言、主治医や地域の関係機関との調整を行うなど、包括的・継続的な支援を行います。

1）地域におけるケアマネジャーのネットワーク

- 地域のケアマネジャーを支援するため、事例検討会や研修会の実施、制度や施策、社会資源等に関する情報提供を行います。また、ケアマネジャー相互の情報交換等の場を設定するなどし、ネットワークの構築を図っています。

2）日常的個別相談・支援

- 医療や福祉などの多面的な支援を必要とする事例について、具体的な支援方法の検討など、ケアマネジャーの実践力向上を支援します。

3）包括的・継続的ケアマネジメント体制の構築

- 主治医とケアマネジャーとの連携はもとより、様々な職種との多職種協働や地域の関係機関との連携を図り、地域におけるさまざまな社会資源を有効に活用し、高齢者の生活を総合的に支えます。

ご相談は

各センターでは、電話や来所による相談のほか、ご自宅への訪問による相談も行っています。秘密厳守、相談無料です。

お住まいの地域を担当する地域包括支援センターにご相談・お問い合わせください

ご相談・お問い合わせ先

●長野市中部地域包括支援センター
所在地：鶴賀緑町 1613（長野市役所内）担当地区：戸隠、鬼無里
☎ 224 − 7174
FAX 224 − 8574

篠ノ井支所駐在
所在地：篠ノ井御幣川 281-1
☎ 292 − 3358
FAX 292 − 8444

●長野市地域包括支援センター コンフォートにしつるが
所在地：鶴賀西鶴賀町 1484-5　担当地区：第一、第三、第四、第五
☎ 219 − 3510
FAX 219 − 3511

●長野市地域包括支援センター 博愛の園
所在地：浅川東条 295-5　担当地区：第二、浅川、芋井
☎ 256 − 6530
FAX 256 − 6531

●長野市地域包括支援センター 芹田
所在地：栗田 732-1　担当地区：芹田
☎ 217 − 5650
FAX 217 − 5204

●長野市地域包括支援センター ニチイケア高田
所在地：高田 1031-1　担当地区：古牧
☎ 269 − 0666
FAX 223 − 9339

●長野市地域包括支援センター ケアポート三輪
所在地：三輪 5 丁目 43-20　担当地区：三輪
☎ 235 − 2215
FAX 235 − 2207

●長野市地域包括支援センター 吉田
所在地：吉田 3 丁目 22-41　ノルテながの 1F　担当地区：吉田
☎ 266 − 0567
FAX 263 − 1776

●長野市地域包括支援センター 富竹の里
所在地：富竹 1621　担当地区：古里、柳原、長沼
☎ 295 − 7780
FAX 296 − 8025

●長野市地域包括支援センター コンフォートきたながいけ
所在地：北長池 935　担当地区：大豆島、朝陽
☎ 254 − 5250
FAX 254 − 5255

●長野市地域包括支援センター 若槻ホーム
所在地：上野 1 丁目 1462-1　担当地区：若槻
☎ 296 − 3303
FAX 262 − 1828

●長野市地域包括支援センター 安茂里
所在地：安茂里 1775　担当地区：安茂里、小田切、七二会
☎ 226 − 3895
FAX 225 − 8702

●長野市地域包括支援センター 篠ノ井総合病院
所在地：篠ノ井会 666-1　担当地区：篠ノ井（中央・信里）
☎ 261 − 1062
FAX 261 − 1063

●長野市地域包括支援センター 桜ホーム
所在地：篠ノ井二ツ柳 1432-3　担当地区：篠ノ井（川柳、塩崎）、信更
☎ 290 − 1155
FAX 290 − 1188

●長野市地域包括支援センター やすらぎの園
所在地：篠ノ井杵淵 213-4　担当地区：篠ノ井（横田、合戦場、東福寺、西寺尾）
☎ 214 − 6133
FAX 293 − 2959

●長野市地域包括支援センター 星のさと
所在地：篠ノ井小松原 2359-25　担当地区：川中島、篠ノ井（共和）
☎ 261 − 1588
FAX 261 − 1581

●長野市地域包括支援センター 長野松代総合病院
所在地：松代町松代 183　担当地区：松代

☎ 278 − 2058
FAX 278 − 2053

●長野市地域包括支援センター ケアプラザわかほ
所在地：若穂川田 1830　担当地区：若穂

☎ 282 − 1631
FAX 268 − 5521

●長野市地域包括支援センター インターコート藤
所在地：青木島町綱島 782-6　担当地区：更北（青木島・真島）

☎ 284 − 6215
FAX 284 − 6216

●長野市地域包括支援センター コスモス
所在地：小島田町 449　担当地区：更北（小島田・稲里）

☎ 284 − 2166
FAX 285 − 5877

●長野市地域包括支援センター 豊野サブセンター
所在地：豊野町豊野 655-5　担当地区：豊野

☎ 219 − 2607
FAX 257 − 4933

●長野市地域包括支援センター 新町病院
所在地：信州新町上条 137　担当地区：信州新町、中条、大岡

☎ 291 − 2305
FAX 291 − 2306

介護及び高齢者福祉に関するご相談は

在宅介護支援センターへ

●役割は？

　地域の身近な相談窓口として介護するための知識や方法または介護予防などに関するご相談に総合的に応じるとともに、必要な保健福祉サービスを利用するための支援を行います。

※在宅介護支援センターは、地域の身近な相談窓口として、地域包括支援センターの行う業務を補完します。

●どんなことをしているの？

〇介護全般に関する電話相談や面接相談及び訪問
〇保健福祉サービスの利用申請手続きのご案内やお手伝い
〇介護予防教室・介護者教室の開催

名称	住　所	電話番号 /FAX	担当地区
長野市戸隠在宅介護支援センター	戸隠豊岡 1384	☎ 254-2745 FAX 254-2718	戸　隠
長野市鬼無里在宅介護支援センター	鬼無里 160 − 3	☎ 256-2962 FAX 256-2910	鬼無里
長野市大岡在宅介護支援センター	大岡乙 254 − 1	☎ 266-2460 FAX 217-0343	大　岡
長野市在宅介護支援センター すめらぎ	中条住良木 8291-1	☎ 268-3301 FAX 267-3308	中　条

健康の保持増進などに関するご相談は

市保健所健康課及び保健センターへ

●役割は？

健康の保持増進などに関するご相談に応じるとともに、必要な保健サービスを利用するための支援を行います。

●どんなことをしているの？

○生活習慣病の予防やからだの機能を維持するための保健指導と保健相談
（食生活、運動、歯・口腔の健康、心の健康など）
○病気の理解と予防について家族への相談、支援

名　称	担当地域	電話番号
長野市保健所 健康課		226-9961
北部保健センター	第一、第二、浅川	259-2088
三陽保健センター	古牧、大豆島、朝陽	259-3434
吉田保健センター	三輪、吉田、若槻	263-7361
東部保健センター	古里、柳原、長沼	295-3330
西部保健センター	第三、第四、第五、安茂里 芹田、小田切、七二会	224-1101
	信州新町	262-2201
	中条	268-3004
松代保健センター	松代、若穂	278-0021
犀南保健センター	篠ノ井、信更	293-8080
真島保健センター	川中島、更北	286-1010
豊野保健センター※	豊野	257-5871
戸隠保健センター	戸隠、芋井	254-3800
鬼無里保健センター	鬼無里	256-3159
大岡保健センター	大岡	266-3110

※不在時の電話は、東部保健センターへ転送されます。

相談事業

介護など高齢者に関する相談

保健福祉総合相談窓口……地域包括支援センター（電話等５・６ページに掲載）
在宅介護支援センター（電話等６ページに掲載）

消費生活相談（消費生活相談員）予約不要

祝休日を除く●午前９時～午後５時（電話相談は午前８時 30 分～）
悪質商法の被害にあったなど、消費者と事業者間の契約トラブル等の相談に応じます。

法律相談（弁護士）予約制／定員８人（先着順）

毎週火曜日、毎月第２・第４水曜日●午後１時 30 分～午後３時 30 分
相談時間は一人 25 分です。

公証相談（公証人）予約制／定員８人（先着順）

毎月第１・第３水曜日●午後１時～午後４時　相談時間は一人 20 分です。

登記相談（司法書士）予約制／定員 12 人（先着順）

毎月第３木曜日●午後１時～午後４時　相談は一人 30 分です。

税務相談（税理士）予約不要

毎月第２・第４木曜日●午後１時～午後４時　午後３時 30 分までにお越しください。

手続相談（行政書士）予約不要

毎月第１木曜日●午後１時～午後４時　午後３時 30 分までにお越しください。

※相談はいずれも長野市消費生活センター内市民相談室（新田町 1485-1 もんぜんぷら座４階）で行います。
※法律相談、公証相談、登記相談の予約は相談日の前日（前日が休日の場合は当日）の午前８時 30 分から電話で受付します。

※税務相談については 15 時の時点で受付人数 14 人に達した場合は相談時間の都合上受付終了とさせていただきます。

お問い合わせ・お申し込み　長野市消費生活センター　☎ 224-5777

悩みごと相談 ～日常生活の悩み・心配ごとなどの相談に応じます～

・きぼう相談（長野市社会福祉協議会）

長野市ふれあい福祉センター２階　☎ 226-8200　毎週火・金曜日（午前９時～午後４時）
篠ノ井地区ボランティアセンター内　☎ 292-1151　毎週月曜日（午前９時～午後４時）

・福祉総合相談（長野市社会福祉協議会）

長野市ふれあい福祉センター２階　☎ 219-6880　毎週月～金曜日（午前９時～午後５時）