

土佐清水市

# 医療・介護資源マップ

第2版(H26.3.31改訂)



## はじめに

この冊子は、土佐清水で病気の治療をしながら、あるいは医療行為を受けながら、病院ではなく住み慣れた自宅で過ごしたいという方やご自宅で生活をされているご高齢の方が安心して暮らすために市内の在宅生活を支える仕組みやサービスについてまとめたものです。(H26.3.31改訂)

ぜひ、皆様にお役立ていただけるよう願っております。また掲載されていないサービスや掲載ご希望の方は、お知らせいただければ幸いです。

## 目次

在宅医療について

..... 01

介護保険サービスについて

..... 04

土佐清水市地域包括支援センター

..... 13

土佐清水市のサービス

..... 17

土佐清水市社会福祉協議会

..... 21

民生委員・児童委員の活動について

..... 22

# 在宅医療について

## 今、ご心配なことがありますか？

現在、病院で治療を受けていらっしゃる方、あるいはご自宅で生活されている方で、在宅医療や在宅を支える介護保険サービスを利用されたい、またはどのようなものを詳しく知りたい場合は、以下をお試しください。相談窓口をご案内いたします。

入院中である

はい



主治医

いいえ



かかりつけ医がいる

はい



かかりつけ医

いいえ



介護保険サービスを受けている

はい



担当ケアマネジャー

いいえ



地域包括支援センター



## 在宅医療までの流れ

訪問診療は、病状が落ち着き、在宅で治療を続けたい、あるいは慢性疾患をお持ちの患者様で定期通院が困難な場合に適応となります。まずは主治医にご相談ください。

在宅医療をご希望される方は、まず現在かかっている主治医にご相談ください。在宅医療のための準備が必要です。患者様に合ったかたちを、関係する人たちで話し合う必要があります。

### 入院中の方

主治医へ相談



在宅医療が可能かどうかの話し合い  
(主治医、看護師、訪問看護師、ご家族、担当ケアマネジャーなど)



介護サービスの調整(介護保険申請など)、在宅医療機器の調整  
在宅での訪問診療医師、訪問看護の調整、ご家族、ご本人への退院後の生活指導  
具合が悪くなった際の緊急入院先の確保



試験外泊(訪問看護師による在宅での見守り体制)



退院へ



## 土佐清水市内の訪問診療や往診可能な医療機関

### \*訪問診療

患者さまと訪問日を取り決めてご自宅へ訪問し、診療を行います。

### \*往診

患者さまの求めに応じて訪問します。

土佐清水市内の 診療所・病院	住所	連絡先	訪問可否	訪問日時	往 夜間	診 休日
〈病院〉 足摺病院	旭町18-71	(0880) 82-1275	可	月～金 (要相談)	不可	相談可
渭南病院	越前町6-1	(0880) 82-1151	可	金・土 (不定期)	不可	相談可
松谷病院	天神町14-18	(0880) 82-0001	かかりつけ のみ可	木 14時～16時	不可	不可
〈診療所〉 あしずり岬診療所	天神町170-2	(0880) 87-9100	可	月・火・木・金 14時～16時	可	相談可
たんぽぽ 松谷内科	栄町2-22	(0880) 82-1377	可	平日 (要相談)	相談可	相談可

### 通院が困難でお困りの方

主治医へ相談

#### 訪問診療のための調整

※医師は、患者さまの状態に応じて病院の担当医から在宅の担当医へ変わることがあります。その際は、医師の間で患者様の状態を詳細に引き継ぎます。在宅医師が必要と判断した際は、病院医師の診療を受けることになります。

訪問診療開始

## 薬剤師による訪問薬剤管理指導について

在宅での内服薬の管理でお困りの方、薬剤師が定期的に訪問しご本人に合った薬の飲み方や、副作用の有無などの確認を行います。患者様の状態は、すみやかに担当医師に報告されます。

(相談窓口)かかりつけ医、地域包括支援センター、担当ケアマネジャーまでお願いいたします。

土佐清水市内の調剤薬局	住所	連絡先	訪問可否	訪問日時
きりづめ薬局	足摺岬503-1	(0880)88-0878	相談可	要相談
しみず薬局	越前町5-1	(0880)82-1005	可	火・午後(他は要相談)
下元調剤薬局 清水店	幸町4-1-1F	(0880)82-4193	相談可	要相談
たにがわ薬局	幸町4-24	(0880)82-3763	可	平日・午後
みなみかぜ薬局	越前町5-23-2	(0880)87-9870	相談可	要相談

## 歯科の訪問診療について

### こんな方はいらっしゃいませんか？

- \* 歯科に行きたいが寝たきりで行けない。
- \* 肺炎を繰り返している。
- \* 義歯が合わなくなってきた。
- \* 口の中が清潔に保てない。
- \* 口の中が痛い
- \* 食事の量が減ってきた。

地域の歯科医師、あるいは歯科衛生士による口腔内のチェックや口の中の掃除、嚙んだり、飲み込んだりの口の働きを保つための運動の指導など、在宅でもできることがあります。

(相談窓口)かかりつけ医(歯科医)、地域包括支援センター、担当ケアマネジャーまでお願いいたします。

お電話の際は、以下のことをお尋ねします。ご準備ください。

- ① 患者様のお名前、生年月日、健康保険の種類、障害者手帳の有無
- ② かかりつけ医、かかりつけ歯科医
- ③ トラブルの内容
- ④ 患者様の状態(寝たきり、意思疎通が可能かなど)



土佐清水市内の歯科	住 所	連絡先	訪問可否	訪問日時
植垣歯科診療所	浜町7-25	(0880)82-1881	相談可	要相談
上田歯科	竜串24-15	(0880)85-0838	相談可	要相談
大西歯科医院	寿町1-6-1	(0880)82-0531	相談可	要相談
楠井歯科	本町10-6	(0880)82-3188	不可	
富田歯科	汐見町7-11	(0880)82-3312	可	要相談
幸歯科医院	栄町2-14	(0880)82-4181	可	昼休み
安岡歯科診療所	下ノ加江216	(0880)84-0002	相談可	要相談

# 介護保険サービスについて

## 介護ってなに？

生活の中で、自分ができないことを**できるように援助**すること



### ~~身の回りの世話をする使用人役~~

たとえば・・・

ほとんどできる人

▶ 少しだけお手伝い

▶ 少しだけできる人

▶ 自分でできるようにお手伝い

▶ ほとんどできない人

▶ 不便のないようにお手伝い



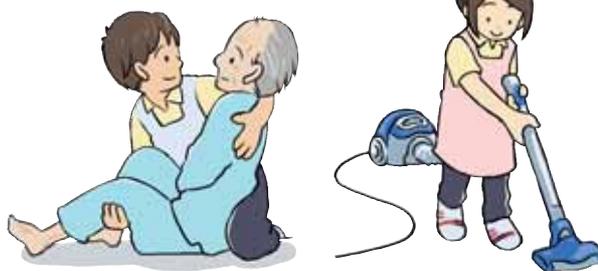
## 介護に携わる介護職の人たち

### ケアマネジャー



今どんな状態で、どんなことに困っているのか聴き取りをします。できるだけ自立した生活を送るためにどんな援助が必要か考え、計画書を作ります。

### 介護福祉士・ホームヘルパー



ケアマネジャーの計画のもと、自立した生活ができるように皆様を支えるためのお世話をいたします。

## リハビリテーションってなに？

「皆様の自分らしく生活する」ために行われる**様々な活動**を専門の“療法士”が支えます。



### 理学療法士

「座る・立つ・歩く」というような大きな日常生活動作の動作をできる様にお手伝いします。

### 作業療法士

日常生活動作のさらに細かい動作(指先を使う動作等)の向上や、家事、外出などの訓練や、福祉用具などを使って住み慣れた自宅で暮らすための助言や訓練などを行います。

### 言語聴覚士

「話す」「聴く」ことが難しい人に対して機能向上の訓練や指導を実施し、機能の回復を図る。その他、嚥下(飲み込み)や摂食(物を食べる)に関する障害にも関わります。

## 介護申請から、サービスまでの流れ

### 1.申請

ご本人やご家族などが**介護保険被保険者証**を添えて市役所介護保険係の窓口へ申請します。



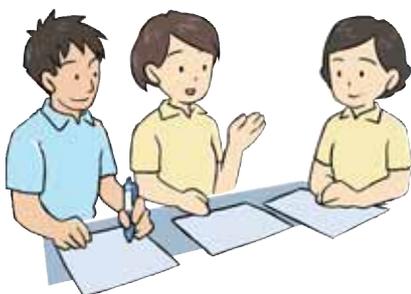
### 2.訪問調査

介護を必要とする方の心身の状況などを調べるために、市の担当者、または市から委託を受けた**ケアマネジャー(介護支援専門員)**が家庭を訪問します。



### 3.審査・判定

コンピュータ判定し、その結果と特記事項、医師の意見書、訪問調査をもとに、「介護認定審査会」で審査し、要介護状態区分の判定が行われます。



### 4.認定→サービスの利用

判定にもとづき、市が要介護状態区分を認定し、通知します。認定を受け、**ケアマネジャー(介護支援専門員)**にケアプラン(介護サービス計画)を作成してもらいサービスを受けることができます。



まずは、**かかりつけ医、医療機関の相談員、市役所介護保険係、お近くの居宅介護支援事業所**などに、ご相談下さい。

## 居宅介護支援事業所

ご本人に合った介護サービスを利用できるようにするため、ケアマネジャーが介護サービスの計画を立てます。

### 【仕事の内容】

- 1.介護認定の申請手続きなどをご本人やご家族の代わりにします。
- 2.ケアプラン(介護サービス計画)の作成およびサービス提供の支援をします。  
※ご自分でプランを立てることもできますが、ご本人やご家族のご希望にそって、より良いサービスの紹介や調整をし、ケアプランを作成します。
- 3.介護保険施設の紹介その他の支援をします。  
※ご本人が介護保険施設への入院または入所を希望された場合
- 4.介護サービスに関するご本人からの苦情や疑問を受け付け、対応します。



土佐清水市内の居宅介護支援事業所	住 所	連絡先
土佐清水市地域包括支援センター	汐見町1番19号	(0880) 83-0233
あしずり居宅介護支援事業所	旭町18番71号(足摺病院)	(0880) 82-5605
指定居宅介護支援事業所「あったか渭南」	越前町6番10号(渭南病院)	(0880) 82-5733
しみず居宅介護支援事業所	天神町14番18号(松谷病院)	(0880) 82-5277
居宅介護支援事業所 あんきな家	加久見1464-279	(0880) 82-0022

## 訪問介護事業所（ヘルパーステーション）

このようなことをお手伝いします！

ご自分や家族だけで生活することが難しくなった方に対して、介護福祉士やホームヘルパーが、入浴や排せつ、食事などのサービスを提供します。

### 身体の介護（体に直接触れる援助）

食事介助、着替え、体を拭く、入浴の介助、トイレ誘導、オムツ交換、体の向きを変えるなど

### 生活の介護（体に直接触れない援助）

調理、掃除、洗濯、衣類の整理、生活必需品の買い物、薬の受け取りなど



### 対象外です

依頼できることは、介護保険を利用されているご本人の日常生活に関わる支援のみです。すべての家事を代行してもらえわけではありません。

例えば…

利用者以外のお部屋の掃除など  
家族のために行う家事

庭の草むしり、大掃除、おせち作りなど、ヘルパーが行わなくても、普段の暮らしに支障のないもの

ペットの散歩や子守など、利用者以外のお世話

友人などの接客

このようなことは、介護保険サービスでは、行えません。お困りなどの場合は、地域のシルバー人材センターや民間サービスなどがありますので、ご相談下さい。（有料です）

ヘルパーさんに来てほしい時は、  
まずは**地域包括支援センター**もしくは  
**市役所介護保険係**までご連絡ください。



土佐清水市内の訪問介護事業所	住 所	連絡先
①ホームヘルプサービスセンター「げんき」	旭町18-71（足摺病院）	(0880) 82-1275
②ホームヘルプサービスセンター「あったか渭南」	越前町6-10（渭南病院）	(0880) 82-4185
③しみず訪問介護事業所	天神町14-18（松谷病院）	(0880) 82-5277
④ヘルパーステーション あんきな家	加久見1464-279	(0880) 82-0022
⑤合資会社サザンクロス しみず	グリーンハイツ416-651	(0880) 83-0066
⑥亀の子ヘルパーステーション	グリーンハイツ8-2	(0880) 82-1057

## 訪問看護

看護師がご自宅を訪問して、主治医の指示により行う看護(療養上の世話又は必要な診療の補助)です。病気の治療をしながら、また酸素などの医療機器を使用しながらお住まいで暮らせるように医師やケアマネジャー、ヘルパーなどと協力しながら療養生活を支援します。

### 何をしてくれるの？

健康状態の観察と助言

医師の指示による点滴

日常生活の看護(身体を拭く、入浴のお手伝い、オムツ交換など)

療養環境のアドバイス

リハビリテーション

介護者の相談

精神・心理的な援助

在宅で受けれる医療や介護サービスなどについての相談

認知症の相談

在宅医療機器の管理指導(酸素、呼吸器など)



かかりつけ医あるいは、  
担当のケアマネジャーに  
ご相談ください。

訪問看護ステーション	住 所	連絡先
のぞみ(四万十市からの訪問になります)	四万十市山路386-2	(0880)31-9484
グリーンハーツ四万十(四万十市からの訪問になります)	四万十市中村大橋通7-12-15	(0880)34-8887

## 訪問リハビリテーション

施設(病院)への通所が困難な利用者さんを対象に、理学療法士、作業療法士、言語聴覚士などがご自宅を訪問し、主治医の指示に基づいてリハビリテーションを行う介護サービスです。

対象者：病状が安定し在宅でのリハビリテーションが必要であると、かかりつけ医に認定された方

### Point かかりつけ医の紹介状

#### 実施しています



利用者に「脳血管障害」や「神経症」などで身体にマヒが残っている場合、食事や排せつ、入浴などの訓練。

腰やひざの痛みなどによって生活が困難になっている場合に、関節を動かすための訓練をします。

生活をより安全に送るための車イスなどの福祉用具選びや、住み慣れた自宅で暮らすための住宅改修のアドバイスをを行います。

土佐清水市内の訪問リハビリテーション	住 所	連絡先
訪問リハビリテーション渭南病院	越前町6-1	(0880)82-3136
訪問リハビリテーション松谷病院	天神町14-18	(0880)82-5588
訪問リハビリテーションげんき	旭町18-71	(0880)82-1275

## 訪問栄養

管理栄養士が自宅を訪問して主治医の指示に基づいて栄養・食事についてアドバイスと一緒に調理・買い物等を行います。食に関する相談や困ったことがあれば力になってくれます。



**Point** 医師の指示書が必要です

このような方はいませんか

- ムせてきた方
- 退院後に調理が不安な方
- 経管栄養を利用されている方
- 褥瘡ができた、又は治りにくい方
- 治療食が必要な方
- 低栄養の方

このようなことを行います

- その方の生活環境にあった調理方法等を紹介します。
- 食べたいものがあればその方の治療食の内容に合ったアレンジ方法を紹介します。
- 食べたい料理と一緒に調理します。
- 買い物と一緒に行ってお惣菜の選び方をアドバイスします。
- 栄養剤や補助食品の利用についてアドバイスします。

土佐清水市内の訪問栄養	住 所	連絡先
渭南病院	越前町6-1	(0880)82-1151

## 通所リハビリテーション（デイケア）

食事、入浴などの日常生活の支援や、生活の向上のためのリハビリテーションを行います。

**Point** 医師の指示書が必要です

目標にしています

自宅でのリハビリテーション  
(訪問リハビリテーション)



通所リハビリテーション  
(デイケア)への移行



日常生活への復帰



日常生活動作の機能回復訓練を担当する理学療法士、細かい動作の機能回復訓練を担当する作業療法士、言葉を話す聞く、飲み込むなどの訓練を担当する言語聴覚士などがお手伝いします。

土佐清水市内のデイケア	住 所	連絡先
足摺病院	旭町18-71	(0880)82-1275
渭南病院	越前町6-1	(0880)82-3316
サンケアしみず	天神町14-18	(0880)82-5588

## 通所介護（デイサービス）

食事、入浴などの日常生活の支援や、レクリエーションや体操を通じての同年代の方々やスタッフとの社交場でもあります。自宅での入浴が困難な方も、スタッフの協力で入浴することもできます。

### Point

ご希望の場合は、ケアマネジャーにご相談下さい。



### 1日の流れ

自宅から施設まで送迎



朝

### デイサービス

レクリエーション・体操  
入浴・食事など

昼

施設から自宅まで送迎



夕方

### 土佐清水市内のデイサービス

土佐清水市内のデイサービス	住 所	連絡先
デイサービスセンターひまわり	浦尻452	(0880)82-4808
認知症対応型デイサービス あんきな家	加久見1464-279	(0880)82-0022

## 短期入所生活介護（ショートステイ） 短期入所療養介護（医療型ショートステイ）

施設に短期間入所して、日常生活上の支援（食事、入浴、排泄など）や機能訓練などが受けられます。



介護されている方が短期間家を空けるときや、リフレッシュしたい時はぜひご利用ください！

老人保健施設や病院の介護病床などに短期間入所して、介護予防を目的とした医療上のケアを含む日常生活上のお世話やリハビリテーション、医師の診療などが受けられます。

※ご利用の際はお早めに以下の施設にご連絡・ご相談下さい。

土佐清水市内のショートステイ	住 所	連絡先	制 限
足摺病院（介護病床）	旭町18-71	(0880)82-1275	私物制限あり、貴重品および現金は最小限にして下さい。 入院患者さんに食べ物の差し入れをされる場合は看護師にご相談下さい。
松谷病院（介護病床）	天神町14-18	(0880)82-0001	定員超過となる場合では制限する場合があります。
サンケアしみず(老健)	天神町14-18	(0880)82-5588	現状ではなし
しおさい(特養)	以布利83-5	(0880)82-8319	現状ではなし

## グループホーム（認知症対応型共同生活介護）

認知症のお年寄りが家庭的な雰囲気の中で少人数で共同生活を送ることにより、認知症の症状の進行を緩和させ、より良い日常生活を送ることができるよう支援する介護保険サービスです。家庭的な雰囲気を大切にしており「施設」というより、「家」に近い感じです。

### 家庭的な雰囲気

以前に過ごしてきたご家庭での生活を続けていただけるよう、趣味や習慣などを大切にし、個人のペースに合わせて生活することができます。

### サービス内容

食事、掃除等の家事をできる範囲で、介護スタッフと一緒にいきます。心身の自立意識を高めて、認知症の進行の緩和を目指します。日常生活は個人の状態に合わせて介護スタッフがお手伝いをいたします。



土佐清水市内のグループホーム	住 所	連絡先
グループホームあんきな家	加久見1464-279	(0880)82-0022
グループホーム桜の園	浦尻431	(0880)83-0040
グループホーム百日紅の家	グリーンハイツ42-1	(0880)82-0919
グループホーム第二百紅の家	グリーンハイツ20-21	(0880)82-4520
グループホーム第三百紅の家	グリーンハイツ42-27	(0880)82-5660
グループホームゆうゆうホーム	浜町1-23	(0880)83-0506

## 高齢者住宅

高齢者のための集合住宅で、介護スタッフがいて介護サービスの利用も可能です。一人暮らしが不安な高齢者も安心して暮らすことができます。

土佐清水市内の高齢者住宅	住 所	連絡先
サザンクロス	グリーンハイツ416-651	(0880)83-0066
あんきな家(共生ホーム)	加久見1464-279	(0880)82-0022
ゆうわ渭南(サービス付高齢者向け住宅)	越前町6-10	(0880)82-3175



## 介護老人保健施設

病気や怪我で入院したけれど、そのまま自宅に帰るのは不安がある時など一時的に入所して、自宅に戻れるようにリハビリをしながら療養します。

土佐清水市内の介護老人保健施設	住 所	連絡先
サンケアしみず	天神町14-18	(0880)82-5588

## 特別養護老人ホーム（介護老人福祉施設）

主に自宅での介護が難しい方が入居します。入居する時は、「転居」というかたちを取り、住所も移します。

土佐清水市内の介護老人福祉施設	住 所	連絡先
しおさい(特養)	以布利83-5	(0880)82-8319

## 介護療養型医療施設

医療法に基づき、病状が安定期にある要介護者に対し、医学的管理のもとに介護、その他の世話や必要な医療を行う施設。

介護療養型医療施設	住 所	連絡先
足摺病院	旭町18-71	(0880)82-1275
松谷病院	天神町14-18	(0880)82-0001

## ケアハウス（特定入居者生活介護）

60才以上の自立した方を対象とした、食事・入浴付きの老人マンションです。軽費老人ホームの一種で、入浴や排泄、洗濯など、日常生活を行うことができるが、一人暮らしが心配な高齢者に利用してもらう為の施設です。

土佐清水市内のケアハウス	住 所	連絡先
小規模ケアハウス あんきな家	加久見1464-279	(0880)82-0022
ケアハウス ひだまり	天神町14-18	(0880)82-5440

## 小規模多機能ホーム（小規模多機能型居宅介護）

認知症などで介護が必要になった場合でも、住み慣れた環境で生活が続けられるように、必要に応じて施設への「通い」のサービスを中心に、施設での「泊まり」や「訪問介護」のサービスを組み合わせ利用することができます。

土佐清水市内の小規模多機能ホーム	住 所	連絡先
小規模多機能ホーム あんきな家	加久見1464-279	(0880)82-0022

# 主要な医療介護福祉施設マップ



# 土佐清水市地域包括支援センター

## 自立して生活できるよう支援します (介護予防ケアマネジメント業務)

介護保険の認定調査で、要支援1・2と認定された人は、介護保険の介護予防サービスを利用できます。

支援や介護が必要となるおそれの高い人や自立した生活をしている人などは、土佐清水市が行う介護予防事業を利用できます。

### 生活機能評価、介護予防事業へ

## 寝たきりなどへの不安はありませんか？

高齢になると、徐々に体力が落ちてきます。身体を動かさないでいると、しだいに衰え、筋力や心肺機能の低下、睡眠障害や認知症などの症状が出てくる可能性があります。

介護が必要な状態にならないために、ご自身で防ぐことが大切です。土佐清水市が行う「生活機能評価」※を受けて、生活機能の低下がないかを調べてみませんか？評価の結果生活機能の向上が必要な場合は、運動教室など介護予防事業をご紹介します。高齢期をいつまでも健やかに過ごすために、生活機能評価を積極的に受けましょう。



※生活機能評価とは、「生活機能(体や精神の働きのほか、日常生活動作や家事、家庭や社会での役割など)」が低下していないかを調べることです。

### 生活管理指導員

## やりたいこと、できるようになりたいことはありますか？

一人で買い物に出掛けたい、また料理を作れるようになりたい……など、皆様が生活の中で実現したいことを目標に、できる限り在宅で自立した日常生活を継続できるよう支援します。



### 介護予防事業へ

## 要介護認定を受けていないのですが…。

65才以上の皆様はどなたでも、地域包括支援センターを通じて介護予防の支援を受けられます。地域包括支援センターでは、介護の必要な状態になるのを避けるための情報の提供をはじめ、地域の実情に合わせて、介護予防教室を行う際の支援などを致します。また、必要と判断された場合には、運動や認知症予防などの支援も受けられます。まずは一度、地域包括支援センターへ足を運んでみてください。



## 皆様の権利を守ります (権利擁護業務)

安心していきいきと暮らすために、さまざまな権利を守ります。

成年後見制度の紹介や、虐待を早期に発見したり、消費者被害などに対応します。

### 成年後見制度

#### お金の管理や契約などに不安はありませんか？

お金の管理や契約に関することに不安があるとき、頼れるご家族がない場合などには、**成年後見制度**※を利用できます。成年後見制度の利用が必要と判断されれば、申し立てなど手続きの支援を受けることができます。

地域包括支援センターでは、ご高齢の皆様にとって適切な成年後見人を選任できるよう、成年後見人候補を推薦する団体なども紹介します。



※成年後見制度とは、不動産や預貯金などの財産管理、介護サービスや施設への入所に関する契約といった場面において適切な判断をすることが難しくなった高齢の皆さんを支援する制度です。

### 高齢者虐待防止

#### みんなで防ごう高齢者虐待

高齢者虐待とは、たたく、蹴るなどの暴力行為や介護の必要な状態で放置したり、年金を勝手に使うなど高齢者の心身に深い傷を負わせることを言います。人権を侵害し、尊厳を奪う行為であり、これらの行為は行ってはなりません。**地域包括支援センター**では、ご高齢の方が、こういった行為に合わないように、地域住民の方と共にできるだけ早くに発見し、適切な対応をして皆様を守ります。



**身体的虐待** たたく、殴る、蹴る、ベッドに縛り付けて身体の自由を奪うなど

**心理的虐待** 怒鳴る、罵るなどの言葉の暴力、無視するなど

**介護・世話の放棄・放任** 食事や入浴、排泄などの世話をしない、必要な介護サービスや治療を受けさせないなど

**経済的虐待** 年金や預貯金を勝手に使う、正当な理由なく金銭の使用を制限するなど

**性的虐待** 嫌がる性行為を強要する、罰として裸にするなど



## 何でもご相談ください (総合相談支援業務)

ご高齢の皆様やそのご家族、近隣に暮らす人の介護に関する悩みや問題に対応します。介護に関する相談や心配ごと、悩み以外にも、健康や福祉、医療や生活に関することなど、何でもご相談下さい。

### 総合相談窓口

## 生活の中で、困っていることや心配なことはありませんか？

「どこに相談するのかわからない」といった悩みも、まずは地域包括支援センターへご相談ください。

介護予防や介護保険のこと	<ul style="list-style-type: none"><li>・ 介護保険や介護予防相談</li><li>・ 要支援1、2の人の介護</li><li>・ 要支援・要介護になるリスクが高い人の介護予防ケアマネジメントなど</li></ul>
虐待防止や権利擁護のこと	<ul style="list-style-type: none"><li>・ 虐待に関する相談や連絡・通報</li><li>・ 悪徳商法に関すること</li><li>・ 金銭管理や契約に関すること</li><li>・ 成年後見制度の利用支援など</li></ul>
暮らし全般のこと	<ul style="list-style-type: none"><li>・ 介護保険以外のサービスに関すること</li><li>・ 福祉や保健、医療に関する相談</li><li>・ 住宅改修に関する相談</li><li>・ 経済的な困窮に関する相談など</li></ul>
専門職への支援	<ul style="list-style-type: none"><li>・ 地域ケアマネージャーに対する支援など</li></ul>

## さまざまな方面からみなさんを支えます (包括的・継続的ケアマネジメント支援業務)

高齢のみなさんに直接支援するほかにも、地域のケアマネジャーが円滑に仕事ができるよう支援や指導を行っています。また、より暮らしやすい地域にするため、医療機関を含め、さまざまな関係機関とのネットワーク作りに力を入れています。



こんなときには…

高齢なので  
手助けがほしい

一人暮らしなので  
今後は心配…

健康に自信が  
持てない

介護保険について  
知りたい

もの忘れが出てきて  
何となく心配…

配食サービスの  
詳しいことが知りたい

介護保険で『非該当』に  
なってしまったけど…



皆さまがいつまでも健やかに住みなれた  
土佐清水市で生活していけるよう、  
地域包括支援センターを積極的に  
ご利用ください。

お問い合わせ先

**土佐清水市地域包括支援センター**  
tel:0880-83-0233 fax:0880-83-0230

# 土佐清水市のサービス

## 高齢者の方への保健福祉サービス

### 日常生活に必要なサービス

※全ての方が、対象となるわけではありません。まずは、担当者にご相談下さい。



#### 日常生活用具給付

**対象者** 概ね65歳以上の要介護者  
**給付物** 電磁調理器、火災警報器、自動消火器  
**備考** 所得に応じて自己負担金が必要

#### 訪問理美容サービス

**対象者** ①要介護度3以上の高齢者  
②身障手帳1級、2級の交付を受けた方  
**利用券** 1人につき年4枚を上限として  
**備考** 技術料は個人負担

#### 配食サービス

**対象者** 65歳以上の1人暮らしや高齢者のみの世帯の方のうち、疾病等の理由で調理が困難な方で、定期的な見守りが必要な方  
**料金** 1食あたり300円  
(減塩食、糖尿食は100円増)  
**内容** 栄養バランスのとれた食事の提供と安否の確認

#### 紙おむつ給付サービス

**対象者** 65歳以上の要介護度4以上と認定された市民税非課税世帯の高齢者を介護している方  
**給付額** 1人につき上限75,000円/年  
**内容** 現物給付  
(1年間でおむつを上限75,000円分)

### はり・きゅう・あん摩マッサージ指圧等施術費補助事業

**対象者** 土佐清水市の住民で  
①満70歳以上の方  
②満65歳以上で身体障害者手帳3級以上の方  
③満20歳以上で脳疾患により身体障害者手帳3級以上の方

**申請交付** 市役所【健康推進課】または各市民センターにて**本人が申請**  
①代理申請の場合、利用者及び代理人の公的証明書・印鑑が必要  
②対象者の②または③に該当する方は身体障害者手帳持参にて申請

**補助金** 1人あたり年額8,000円  
(1,000円補助券×8枚)

**利用法** ①土佐清水市指定の施術所で、施術1回につき1枚(1,000円分)使用可能  
②本人以外の使用及び券の売買、譲渡等は禁止

## 祝い金、慰労金、補助金など



### 家族介護慰労金支給

**対象者** 要介護度4以上で常時介護を必要とする65歳以上の高齢者と同一世帯で、善くに介護している方

**給付額** 50,000円(年に1回)

**備考** ①過去1年間介護サービスを利用しなかった方は100,000円を3月に支給。市民税非課税世帯で市内に引き続き3ヶ月以上住所を有する方。  
②特別障害者手当受給者を除く  
③病院(施設)に入院(入所)している方は除く

### 敬老祝金

**対象者** 当該年度に引き続き1年以上本市に住所を有する方で

- 満88歳・満100歳を迎える方
- 満101歳以上の方

**給付額** 1人につき50,000円(88歳・100歳) 10,000円(101歳以上)

### 敬老会補助金

**対象者** 各地区の敬老事業実施のための主催団体

**補助額** 1人あたり700円(基準)

**備考** 70歳以上の方を1人とみなす。(70歳未満の方は補助対象外)

### 高齢者外出機会増進事業

**対象者** 年内(1~12月)に80歳になる方

**内容** 物品支給(近年はジャンパー)

**備考** ※高齢者の方々に外出機会を増やしてもらうために配布

### 長寿手帳

**対象者** 65歳を迎えた方

**特典** 主な県立施設の入場料、入園料の無料または割引サービス

## 緊急時に備えたサービス

### 緊急通報体制支援

**対象者** 概ね65歳以上の1人暮らし高齢者または1人暮らしの重度の身体障がい者で、装置の必要性が認められ、2~3人の協力者が得られる方

**内容** 装置の貸与

**備考** 基本料金(回線料、通話料など)は本人が負担。装置の設置料金は市が負担。  
※生活中心者に市民税が課税されている場合は本人負担

### お問い合わせ先

**土佐清水市健康推進課**

tel:0880(82)1121 内線302

## 土佐清水市では、様々な助成をしています

土佐清水市では、居宅介護サービス(一部除く)を利用する方の負担軽減を図るため、市独自の施策として利用料の助成を行なっています。

### 助成対象者(次のすべてに該当し、土佐清水市に居住する方)

- ・ 要介護(要支援)認定を受けた第1号被保険者
- ・ 市民税非課税世帯(保険料段階第1段階及び第2段階・第3段階)
- ・ 本人の収入年額が100万円未満の方(生活保護受給者を除く)

### 助成対象サービス

- ・ (介護予防)訪問介護、(介護予防)訪問入浴、(介護予防)訪問看護、(介護予防)訪問リハビリ
- ・ (介護予防)通所介護、(介護予防)通所リハビリ、(介護予防)福祉用具貸与
- ・ (介護予防)短期入所生活介護、(介護予防)短期入所療養介護、(介護予防)居宅療養管理指導
- ・ (介護予防)認知症対応型共同生活介護、(介護予防)小規模多機能型居宅介護
- ・ (介護予防)認知症対応型通所介護

### 助成割合

- ・ 保険対象サービスに係る利用者負担額の10分の5

### 認定方法

- ・ 申請書を市役所健康推進課介護保険係に提出して下さい。

※認定証の有効期限は、**申請月の翌月初日から毎年6月30日まで**です。

現在助成の対象となっている方は、有効期限が毎年6月30日までとなっています。7月からも引き続き助成を希望される場合には、6月中に申請書を提出してください。(現在助成の対象となっている方については6月上旬に通知の予定です)また、前年度において対象にならなかった方についても、今年度の助成対象者に該当すると思われる方は、健康推進課介護保険係まで申請書を提出して下さい。



お問い合わせ先

土佐清水市健康推進課 介護保険係 tel:0880(82)1254(直通)

## 元気なうちから介護予防 ～運動教室のご案内～

運動教室はペットボトルを使った簡単な体操を地区住民の皆さんが自主的に行っている教室で、各々の地区で実施しています。いつまでも住み慣れた地域で元気に暮らすことができるよう、みんなで仲良く楽しみながら体力の維持と筋力アップを目指しています。保健師が定期的に参加し、正しい運動が身につくよう応援しています。

どなたでもお気軽にご参加ください。運動教室を行っていない地区で、教室開催を希望する地区は健康推進課までお問い合わせ下さい。

運動教室実施場所と日程			
	地区名	実施場所	実施曜日(時間)
清水東部	大 浜	区長場	火(9時30分～)
	中 浜	会館	火(13時～)
	グリーンハイツ	集会所	月(9時30分～)
	浦 尻	集会所	月(13時30分～)
	松 尾	区長場	木(13時30分～)
	以 布 利	旧保育園	月・木(10時30分～)
	足 摺 岬	区長場	金(13時～)
	津 呂	区長場	水(9時～)
清水西部	加 久 見	集会所	月・水・金(8時30分～)
	養 老	区長場	水(10時～)
	越	区長場	月・水(13時30分～)
	栄 町 ほか	えぶりでいキッチン	金(13時30分～)
	幸 町 ほか	中央公民館	月(13時30分～)
	旭 町 元 町 緑ヶ丘	足摺病院職員住宅	水(10時～)
	戒 町	屯所	木(10時～)
三崎地区	爪 白	集会所	木(13時～)
	三 崎 浦	区長場	木(10時～)
	下 ノ 段	区長場	火(13時30分～)
	下 益 野	区長場	火(13時30分～)
	平 ノ 段	区長場	木(10時～)
	斧 積	区長場	木(13時30分～)
	浜 益 野	集会所	水(13時30分～)
	上 野	区長場	木(13時30分～)第2第4
下ノ加江地区	布	旧保育園	月(13時30分～)
	下 浦	青年会館	木(13時30分～)
	長 野	公民館	水(14時～)
	小 方	公会堂	水(13時30分～)
	市 野 々	老人クラブ里の家	月(13時30分～)月1回
下川口地区	宗 呂 下	区長場	月(13時30分～)
	宗 呂 上	コミュニティーセンター	木(8時30分～)保健師参加時(9時～)
	貝 ノ 川 郷	集会所	第1水(09時30分～)
	藤 ノ 川	集会所	月(9時30分～)月1回
	下 川 口 浦	区長場	水(10時～)
	下 川 口 郷	区長場	木(13時30分～)
	貝 ノ 川 浦	区長場	第2・第4 月(13時30分～)
	横 峯	集会所	木(10時～)2ヶ月1回

お問い合わせ先

土佐清水市健康推進課 保健指導係 tel:0880(82)1121 内線232・338

# 土佐清水市社会福祉協議会

## 社会福祉協議会とは？

地域の住民、ボランティア、行政、NPO、医療施設や企業などと共に、地域福祉を推進する団体です。

## 社会福祉協議会のサービス

### 訪問入浴サービス

寝たきりや病後などで入浴をあきらめている方、ご自宅での入浴が困難な方など、浴槽をお持ちし、入浴をお手伝いいたします。

介護保険でご利用できます。

要介護 1～5 1,259円 要支援 1～2 860円

- \*ご利用にあたっては、担当ケアマネジャーにご相談下さい。
- \*障害者手帳をお持ちの方は、原則無料になります。
- \*実演等の依頼も随時受け付けています。お試し入浴も行っています。



お問い合わせ先

訪問入浴ステーション とさしみず

tel:0880(83)0233

### 生活援助サービス

家事などの日常生活が難しい、人とのかわりが上手いかななど、お手伝いが必要な方のための生活を援助するサービスです。

対象者：市内居住の **65歳以上の単身高齢者**  
支援内容：家事援助、相談、助言、支援



お問い合わせ先

ホームヘルパーステーション とさしみず

tel:0880(83)0233



# 民生委員・児童委員の活動について

## 民生委員・児童委員とは・・・

住民の中から選ばれ、地域福祉の向上のために厚生労働大臣から委嘱された「民間の奉仕者」です。民生委員法及び児童福祉法に基づいて設置することが定められています。

## 民生委員・児童委員の活動

### (1) 社会調査活動

訪問、声かけ、安否確認などの活動を通じて、担当地区内の住民の実態を把握します。

### (2) 相談活動

地域住民が抱える悩みや心配事を、相手の立場に立って考え、親身になって相談にのります。

### (3) 情報提供活動

介護保険サービスや生活保護などの社会福祉制度について、その内容や情報を住民に適切に伝えます。

### (4) 連絡通報活動

住民の抱える課題を関係行政機関、施設、団体などに連絡し、適切な対応を促すパイプ役を務めます。

### (5) 調整活動

住民の必要性に応じて、適切な福祉サービスが提供されるように支援します。

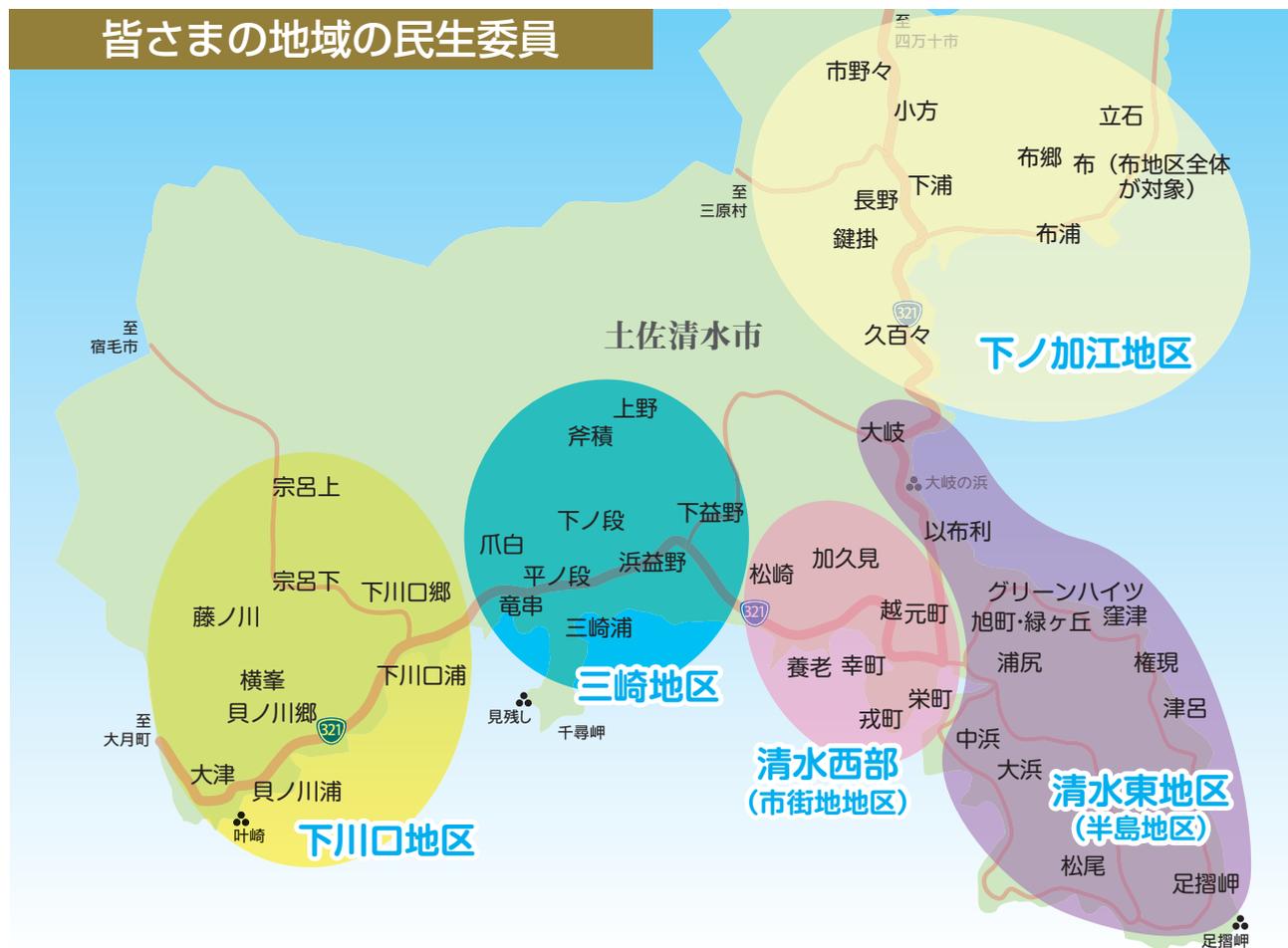
### (6) 生活支援活動

高齢者が自立した生活を送れるように支援します。また、民間事業者や住民の協力を得て、声かけや安否確認などの見守り活動を行います。

### (7) 意見具申活動

活動を通じて得た問題点などをまとめ、民生委員・児童委員協議会を通じて、行政機関などに改善を促します。

## 皆さまの地域の民生委員

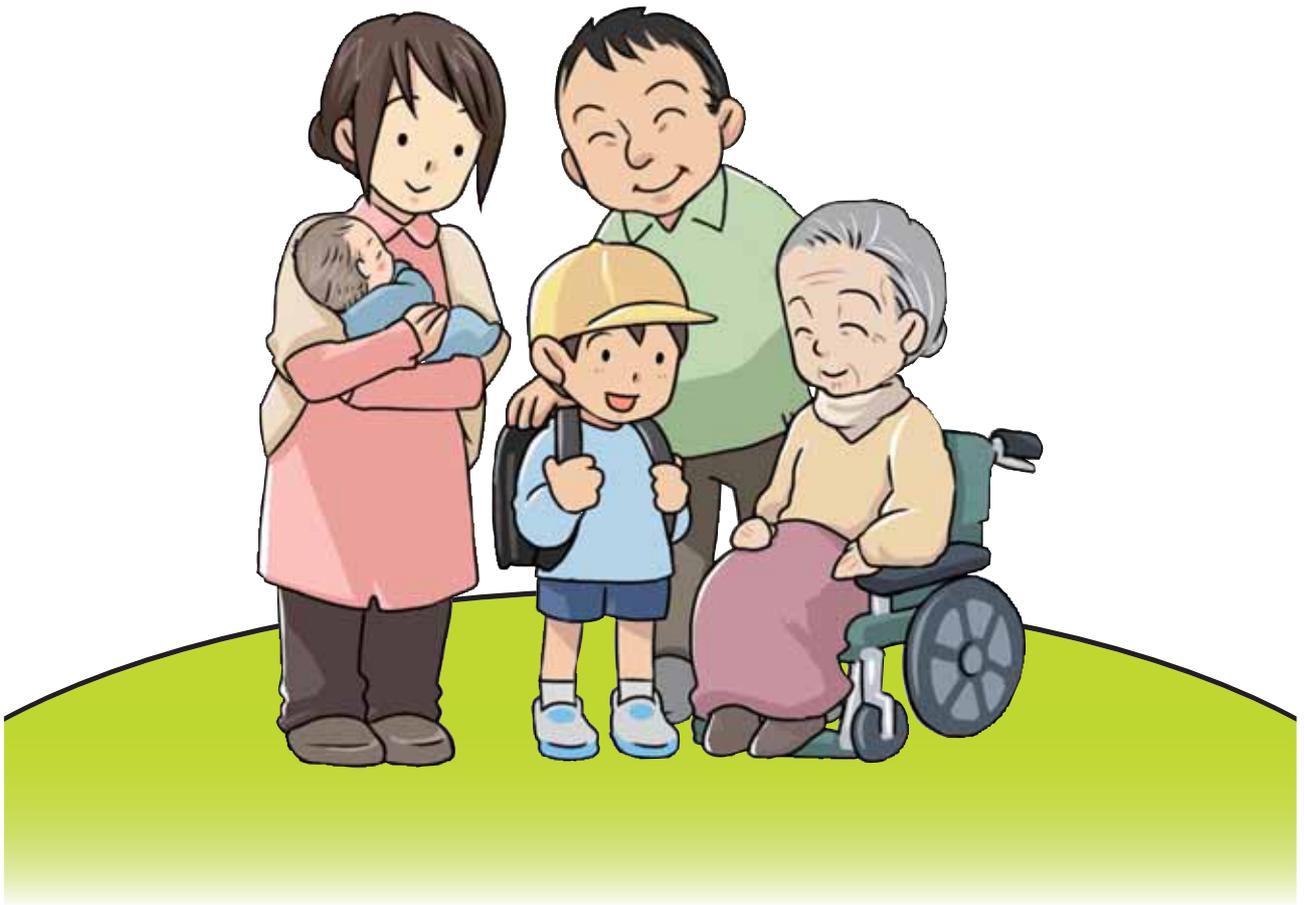


民生委員・児童委員名簿

下ノ加江地区			小江町・浜町	町田 満代 ☎(82)2726
立石	池田喜志子 ☎(84)0828	汐見町・西町	山崎 惇男 ☎(82)2610	
東谷	谷口三恵子 ☎(84)1265	汐見町・西町	谷岡 暁美 ☎(82)1086	
布郷	山脇 純子 ☎(84)0528	越前町	平野 貴久 ☎(82)3495	
布浦	植木 朝喜 ☎(84)1422	幸 町	西岡 京子 ☎(82)2815	
下浦	網野 進 ☎(84)1029	天神町	濱崎 初子 ☎(82)1916	
下浦	川口 次男 ☎(84)1364	中央町	吉川 景子 ☎(82)0019	
船場	上原 晴代 ☎(84)0567	元 町	山崎 實 ☎(82)2273	
小方	谷村 晴夫 ☎(84)0425	旭 町	増弘 雅子 ☎(82)1861	
市野々・大八	田村 昭子 ☎(84)0242	旭 町	山崎百合子 ☎(82)0426	
市野瀬	山本 一夫 ☎(84)1413	緑ヶ丘	山崎 正史 ☎(82)0250	
長野・大川内	橋本 當子 ☎(84)0893	加久見・横道	松浦 眞知 ☎(82)1354	
鍵掛	伊藤多喜子 ☎(84)0712	加久見・横道	村上貴美代 ☎(82)2107	
久百々	下元 武義 ☎(84)1608	養 老	武田 省三 ☎(82)2669	
清 水 東 部			松 崎	永野 邦秋 ☎(82)0635
大岐	橋本香代子 ☎(82)8660	三 崎 地 区		
大岐	近藤 敏彦 ☎(82)8337	三崎浦	矢野川卓司	☎090-8695-4597
以布利	山崎 栄子 ☎(82)8450	三崎浦	調 整 中	
以布利	岡林満由美 ☎(82)8383	竜 串	浜口加津枝	☎(85)0062
窪津	林 美恵子 ☎(82)7217	爪 白	宮崎 武志	☎(85)1485
津呂	谷岡興志美 ☎(82)7010	平ノ段	調 整 中	
足摺岬	濱岡美和子 ☎(88)0408	下ノ段	尾崎 由美	☎(85)0127
足摺岬	西田 敏勝 ☎(88)0965	斧 積	弘田 幸子	☎(85)1180
松尾	有田 一三 ☎(88)0325	上 野	井上 美江	☎(85)0172
大浜	西村 敏行 ☎(82)9870	下益野	早川 春子	☎(85)0612
中浜	川添美代子 ☎(82)9862	浜益野	山本 弘子	☎(85)0745
中浜	西原千保美 ☎(82)9669	下 川 口 地 区		
浦尻・厚生町	前田 馨 ☎(82)1169	下川口郷・松山	調 整 中	
浦尻・厚生町	吉永由加利 ☎(82)5573	下川口浦・片粕	福島 平八	☎(86)0361
グリーンハイツ	岐浦 繁實 ☎(82)3244	貝ノ川郷・歯朶ノ浦・横峯	半田 徳美	☎(87)0021
グリーンハイツ	武藤 百善 ☎(82)1657	貝ノ川浦	中平幸二三	☎(87)0933
清 水 西 部			鳥淵・藤ノ川・鉾ノ平	芝岡 理恵 ☎090-9096-4840
戎 町	梅本 小夜 ☎(82)0585	大 津	芝岡 廣一	☎090-3076-9499
市場町	濱崎 好男 ☎(82)3528	珠々玉・有永	川村 孝	☎(86)0305
本 町	甲藤 眞 ☎(82)1847	宗呂上	多田 勢子	☎(86)0402
栄 町	岡本 英香 ☎(82)3633	宗呂下	中平 雪美	☎(86)0149
寿 町	門田 稻美 ☎(82)1083	坂井・木ノ川	小山眞由美	☎(86)0129

民生委員・児童委員及び主任児童委員が幅広くご相談に応じています。

お問い合わせ先 土佐清水市社会福祉協議会 tel:0880(82)3500



この冊子は、地域で暮らすご高齢者の方、  
その方々を支える皆さまのために作成いたしました。  
ご意見・ご感想などございましたら下記までご連絡ください。  
皆さまのお役に立つものを提供していきたいと思ひます。

（掲載内容は、変更の可能性がひますので、  
各担当部署にご確認下さい。）

お問い合わせ先

### 土佐清水市在宅医療連携体制整備事業

渭南病院 在宅医療連携室  
〒787-0331 高知県土佐清水市越前町6番10号  
TEL:0880-82-2277 FAX:0880-83-0067