◉シニア世代への申請・相談サービス

介護保険　要介護(要支援)認定申請　役場福祉課　平日8:30～17:00(祝日除く)

認定申請書を提出

介護サービスを希望する人は、認定申請をしてください。
（特定疾病に該当する40～64歳の人も含みます。）

申請時に必要なもの
- 要介護・要支援認定申請書（受付窓口にあります）
- 介護保険被保険者証（65歳以上の人）
- 医療保険証

申請先
役場福祉課 高齢者支援係
☎947-1347

訪問調査 主治医意見書 → 審査・判定

訪問調査
調査員がご自宅などを訪問し、ご本人やご家族から聞き取り調査を行います。

主治医意見書
主治医がご本人の心身の状態について意見書を作成します。

審査・判定
訪問調査と主治医が作成した意見書をもとに、学識経験者で構成される介護認定審査会が総合的に審査・判定します。

認定結果通知が届く

認定結果は、特段の事情がある場合を除いて原則申請後30日以内に送られてきます。
介護保険認定審査会の判定に基づき、次のいずれかに認定されます。

非該当　要支援1　要支援2　要介護1　要介護2　要介護3　要介護4　要介護5

非該当	介護予防サービス・介護サービスは利用できませんが、介護予防・日常生活支援総合事業を利用できます。役場福祉課高齢者支援係（☎947-1347）へご相談ください。
要支援1・2	介護予防サービスが利用できます。まずは、役場内にあります篠栗町地域包括支援センター（☎948-6650）へご相談ください。
要介護1～5	介護サービスが利用できます。在宅でサービスを利用したい場合は、居宅介護支援事業所を選び、担当のケアマネジャーへサービスについてご相談ください。施設入所をご希望の場合は、施設へ直接ご相談ください。

※その他のサービスとして、高齢者に対し配食サービス、紙おむつ給付、緊急通報装置貸与、認知症高齢者捜してメール、緊急ショートステイ事業等を行っています。
介護保険の認定申請やその他のサービスの詳細については、役場福祉課高齢者支援係（☎947-1347）にお問い合わせください。

相談サービス

篠栗町地域包括支援センター（役場内）
☎948-6650

高齢者の皆さんが住み慣れた篠栗町で安心して暮らせるように、介護・福祉・健康に関する身近な相談窓口です。

【日時】
月～金曜日（祝日は除く）8:30～17:00

【相談内容】
- 要支援1・2、事業対象者のケアプランに関すること
- 介護保険サービスの利用に関すること
- 認知症に関すること
- 介護予防教室に関すること
- 高齢者の虐待に関すること
- 在宅医療に関すること

◉障がいがある方への申請・相談サービス

申請サービス　役場福祉課　平日8:30～17:00(祝日除く)

事業名	対象者	手続きに必要な物
身体障害者手帳・療育手帳・精神障害者保健福祉手帳交付	役場福祉課障がい者支援係にお問い合わせください。☎947-1356	
自立支援医療（更生・育成医療・精神通院医療）支給申請		
福祉タクシー券	篠栗町に住民票のある在宅の方で身体障害者手帳1・2級、療育手帳A判定、精神障害者保健福祉手帳1・2級、特定医療費（指定難病）受給者証をお持ちの方（入院や、施設入所中の方は対象外）	●身体障害者手帳・療育手帳又は精神障害者保健福祉手帳・特定医療費（指定難病）受給者証

その他のサービスとして、自立支援給付事業（ホームヘルプ、短期入所、施設入所支援、児童通所サービス）、地域生活支援事業（意思疎通支援、日中一時支援、移動支援、自動車改造助成）、補装具・日常生活用具支給申請等を行っています。

相談サービス

手話通訳者窓口

手話通訳者を設置しています。
- ●場所　役場福祉課⑧窓口
- ●日時　月～金（祝日は除く）8:30～17:00
- ●内容
聴覚障がい者等の相談に手話で対応します。（通訳者が不在の場合はタブレット端末を使用し通訳します。）

【お問い合わせ先】役場福祉課 障がい者支援係 ☎947-1356 FAX 947-7977

◉介護予防教室

～元気でいきいき　自分のやりたいことを自分でできる期間を長くするために～

※下記の教室は、65歳以上が対象です。
開催場所など詳細は下記にお問い合わせください。

①元気もん教室（ゆっくりコース）　②元気もん教室（しっかりコース）

「自分の体力を知りたい」「介護予防（フレイル予防）をしたいけど、何から始めたらよいか分からない」という方、体力測定や運動、栄養、音楽、口腔体操などの実技や講話を取り入れた教室を実施します。体力に合わせて2つのコースを準備していますので、下記アンケートを参考に参加してみませんか。

アンケート
1. 階段を手すりや壁を伝わらずに昇っている
2. 椅子に座った状態から何もつかまらずに立ち上がれる
3. 15分位続けて歩ける
4. この1年間で転んだことはない
5. 転倒に対する不安感はあまりない

▶ チェックが0～2個の方　ゆっくりコース
▶ チェックが3個以上の方　しっかりコース

マークの見方

〈運動の強さ〉
- ゆっくり　レベル1
- ふつう　レベル2
- つよめ　レベル3

〈おすすめ〉
- 筋力アップ
- 認知症予防
- 閉じこもり予防
- 低栄養予防

③ケアトランポリン教室

手すりがついた1人用小型トランポリンを使用して、音楽に合わせて足踏みや踵の上げ下ろし運動を行います。バランス機能や脚力の向上、脳の活性化につながります。

④コグニサイズ

運動と頭の体操を同時に行い、脳の活動を活発にする認知症予防の教室です。ステップや手拍子をしながら計算やしりとりを行い、楽しみながら筋力・認知力アップに取り組みます。

⑤スロージョギング講座

会話ができるペースで行う身体に優しい運動です。歩く速さでゆっくり走るため、足腰への負担が少なく、疲れにくい身体づくりを行います。

⑥いきがい教室（三野原病院）

筋力低下による転倒予防や閉じこもり予防を目的とした教室です。こころと身体を健康に保つためにリハビリテーション専門職と一緒に運動や脳トレなどを行います。

※「基本チェックリスト」で介護予防の取組みが必要と判断された方が対象となります。

送迎あり

⑦はつらつ教室（三野原病院）⑧あゆみ（篠栗病院）

体力や筋力の低下を改善することを目的として、短い期間で集中的にトレーニングを行う教室です。リハビリテーション専門職が体操やトレーニングマシンでの筋トレや脳トレ、お口の体操などを行います。

※「基本チェックリスト」で介護予防の取組みが必要と判断された方が対象となります。

送迎あり

⑨歩こう会（自主グループ）

ウォーキングを中心に活動を行う自主活動グループです。週1回、グループごとに決めた場所を歩き、健康増進や地域に「健康の輪」を広げる活動を行っています。

⑩出前講座

町内在住の65歳以上の方を中心とした8人以上の団体・グループに講師を派遣し、介護予防に関する講座や体操教室などを行います。

【お問い合わせ先】　①～⑨役場 福祉課 地域包括支援係 ☎948-6650　⑩役場 福祉課 高齢者支援係 ☎947-1347