

墨田区のお知らせ

2022年
(令和4年)

10/21

◆2面以降の主な内容

2面 ……介護保険サービスの紹介

3面 ……スマートフォン体験会・相談会など

4面 ……高齢者支援総合センター・高齢者みまもり相談室

高齢者福祉・介護保険特集号

発行：墨田区(介護保険課) ☎5608-6924 130-8640 墨田区吾妻橋一丁目23番20号

<https://www.city.sumida.lg.jp/>忘れても
あなたはあなたの
ままでいい

【出典】公益社団法人認知症の人と家族の会 世界アルツハイマー月間2022広報資料(毎年9月は世界アルツハイマー月間、9月21日は世界アルツハイマーデー)

認知症は、記憶障害を引き起こし、様々な状況に対する判断が不適切になるなど、生活するうえでの支障が少しずつ増えていく脳の病気です。高齢になるほど発症する可能性が高まるので、誰もが認知症になる可能性があり、また、関わることもあるかもしれない、身近な病気です。

認知症になっても住み慣れた地域で安心して暮らし続けられるよう、認知症を正しく理解し、ともに生きていく社会を作るために、区では様々な取組を行っています。

【問合せ】高齢者福祉課地域支援係 ☎5608-6502

認知症の方との接し方

ゆっくり1つずつ簡潔に話す

余裕を持って穏やかな気持ちで対応する

無理に思い出させない、間違いを正さない

介護者も頑張りすぎない、抱え込まない

本人の視界に入ってから声をかける

信頼関係を大切にする

叱ったり、命令したりしない

自尊心を大切に、敬意を払う

無理のない範囲で受け入れて共感する

行動パターンを観察し、早めにフォローする

配布しています
認知症総合パンフレット「認知症ケアパス」

認知症に関する情報、進行度合いに応じた対応やサービスを掲載しています。

【配付方法／配布場所】65歳になった方や、65歳以上の転入者がいる世帯に配付するほか、高齢者福祉課(区役所4階)や各高齢者支援総合センター(今号4面に掲載)等で配布
*区ホームページでも閲覧可【問合せ】高齢者福祉課地域支援係 ☎5608-6502



認知症サポーター養成講座

認知症の基本的な知識や認知症の方への対応方法を学びます。ボランティアとして活動するためのステップアップ教室もあります。

【問合せ】各高齢者みまもり相談室(今号4面に掲載)

認知症サポーター
キャラバン「ロバ隊長」すみだオレンジかるた
(すみだ認知症サポートかるた)

認知症の方の見守りに必要な知識や方法を、遊びながら学べます。区民情報コーナー(区役所1階)で販売しています。

【費用】1000円【問合せ】高齢者福祉課地域支援係 ☎5608-6502 *詳細は区ホームページを参照

はいかい
徘徊高齢者探索サービス利用助成事業

高齢者に「みまもりGPS」を携帯してもらい、高齢者が行方不明になったときに事業者がGPSの位置を探索し、家族等の介護者に高齢者の位置情報を繰り返しお知らせするものです。令和4年度から個人賠償責任補償保険が付帯されました。

【対象】次の全てに当てはまる方を介護している家族
▶区内在住である方▶おおむね65歳以上で在宅の方
▶要介護1以上の方【費用】月額利用料800円 *所得等により無料になる場合あり【問合せ】高齢者福祉課地域支援係 ☎5608-6502 *詳細は区ホームページを参照



みまもりGPS

オレンジカフェすみだ

認知症に関する情報交換や気分転換、相談の場として、誰でも利用できます。また、すみだオレンジかるたで遊ぶこともできます。

区では、住み慣れた身近な場所でオレンジカフェに参加できるよう、オレンジカフェすみだ認定事業を進め、現在区内3か所でオレンジカフェを開催しています。

【問合せ】高齢者福祉課地域支援係 ☎5608-6502 *詳細は区ホームページを参照

区公式
SNS等フェイス
ブック

ツイッター

インスタ
グラムユー
チューブ☎ = 電話 FAX = ファクス ㊚ = Eメール
🌐 = ホームページアドレス

介護保険サービスを紹介します

介護保険で利用できるサービスは、「要介護・要支援認定」の申請をして、認定を受けることで、利用できます。

サービスには、自宅での生活を中心に利用する「居宅サービス」、介護保険施設に入所する「施設サービス」など、様々な種類があります。ここでは、居宅サービスの一部をご紹介します。

[問合せ] 介護保険課管理・計画担当 ☎5608-6924

居宅介護支援

居宅介護支援は、介護が必要な方が安心して介護サービスを利用できるよう、介護支援専門員(ケアマネジャー)がケアプランの作成等の支援を行うサービスです。

介護支援専門員(ケアマネジャー)とは？

ケアマネジャーは、介護が必要な方と、福祉・医療・保健のサービスを結ぶ懸け橋となります。要介護の認定を受けた方のために最適なケアプランを作成し、本人や家族とサービス事業者との間に立って、より良いサービスとなるように管理・調整を行います。

本人や家族から話を聞きながら、困り事は何か、何ができて、何ができないか、これからどのように暮らしていきたいかなどの意向を確認し、できるだけ自立した生活が送れるよう二人三脚で在宅療養を支えます。



◀月に1回程度、自宅を訪問し、本人の心身の状況や家庭の事情などの変化に伴い、変更・改善すべきところがないか確認します。



◀必要なときには、サービス事業者と本人・家族、医師や看護師などを集めて、支援の内容について具体的に話し合います。

すみだケアマネジャー連絡会

区には、区内で活動するケアマネジャー約130人が加盟する団体「すみだケアマネジャー連絡会」があります。ケアマネジャーの資質向上を目的に活動し、要介護状態であっても安心して生活ができるまちづくりに協力しています。



▲医療・制度・ケアマネジメント技術等の研修を開催したり、区内の防災や多職種連携の集会に参加したりしています。

訪問介護

訪問介護は、ホームヘルパーが本人の自宅へ訪問し、食事や入浴などの介護や日常生活上の支援を行うサービスです。

ホームヘルパーとは？

ケアマネジャーが作成するケアプランを基に、「身体介護」や「生活援助」を本人の自宅へ訪問し提供します。1日の訪問件数は、2件～8件程度です。



▲利用者宅での仕事風景



◀移動手段は主に自転車を使用



▲排せつ介助の研修の様子

墨田区訪問介護事業者連絡会

区では、介護保険サービスを利用する方に対して質の高いサービスを安定的に供給することを目的に、「墨田区訪問介護事業者連絡会」という団体が活動しています。



▶座学の研修やオンラインの研修もしています。

訪問看護

訪問看護は、訪問看護師などが本人の自宅へ訪問し、床擦れの手当や点滴の管理などを行うサービスです。

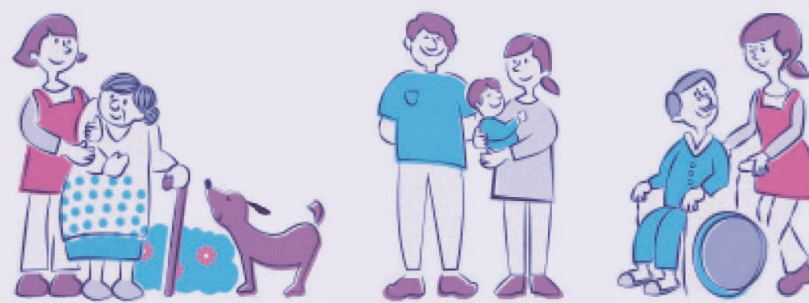
訪問看護師とは？

「生涯を住み慣れた地域で安心して笑顔で暮らしたい」そんな方を支えるのが、訪問看護師です。

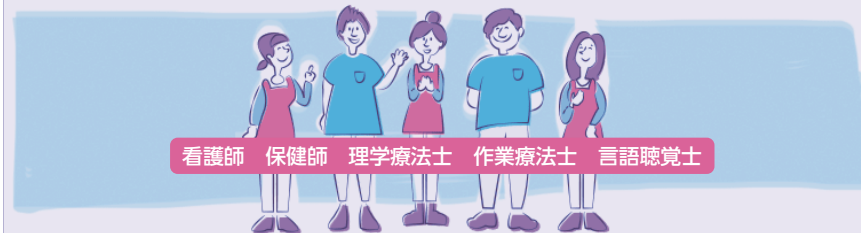
医師の指示のもと、一人ひとりの状況に合わせた看護や介護支援、健康サポートを行います。

24時間365日対応可能な、訪問看護ステーションもあります。

本人や家族、様々な職種の方と連携・協働し、人と人との関係を大切にしながら、あなたらしい在宅介護生活を、ともに創り上げていきます。



訪問看護ステーションには、以下の職種の職員が在籍しています。



看護師 保健師 理学療法士 作業療法士 言語聴覚士

ご覧になれます 区内にある介護サービス事業所

区内で介護サービスを行っている事業所を、サービス種類別に掲載しています。ぜひ、ご覧ください。

区ホームページ
(墨田区内介護サービス事業所一覧)



介護と介護保険の総合ナビ
「ハートページナビ」(墨田区版)



スマートフォンで二次元コードの情報を 読み取ってみましょう

スマートフォンを使用することで、本紙の二次元コードから各種情報が読み取れます。ぜひ、お試しください。二次元コードを読み取る方法がわからない場合は、右記のスマートフォン相談会にご参加ください。

【問合せ】高齢者福祉課支援係 ☎5608-6168

二次元コードの情報を読み取ろう！

読み取り用のアプリケーションを開く

または

カメラ機能を開く

二次元コードを画面中央に表示すると読み取れます。



■介護予防を始めましょう

区主催の介護予防事業をはじめ、フレイル予防に関する様々な情報を区ホームページに掲載しています。

いつまでも自分らしくいきいきと暮らすために、介護予防に取り組みましょう。



■筋力&免疫力アップ 筋力トレーニング教室

簡単にできるストレッチと筋力トレーニングの動画を、区公式YouTubeで公開しています。

自宅でも取り組みやすい内容ですので、ぜひ、ご活用ください。



楽しみながらスマートフォンを 体験してみましょう

区内在住の高齢者でスマートフォンの操作に不慣れな方に対して、スマートフォン体験会・相談会を無料で開催しています。12月以降の開催日時等の詳細は、区ホームページまたは今後発行される墨田区のお知らせ「すみだ」(本紙)をご覧ください。

【問合せ】▶高齢者福祉課支援係 ☎5608-6168 ▶スマートフォン普及啓発事務局 ☎6845-7883



■スマートフォンの基本操作を学ぶスマートフォン体験会

【とき】11月29日(火) ▶午前の部＝午前9時半～午後0時半 ▶午後の部＝午後1時半～4時半【ところ】八広はなみずき高齢者支援総合センター(八広5-18-23)【対象】60歳以上の方【定員】各20人(抽選)【費用】無料【持ち物】スマートフォン *希望者には貸出し可【申込み】電話で11月22日までにスマートフォン普及啓発事務局 ☎6845-7883へ *受け付けは月曜日～金曜日の午前9時～午後5時(祝日を除く) *抽選結果は11月24日頃に連絡

■スマートフォンの疑問や不安についての相談会

【とき】11月29日(火) ▶午前の部＝午前9時半～11時半 ▶午後の部＝午後1時～3時半 *相談時間は30分 *実施時間の30分ごとに受け付け【ところ】八広はなみずき高齢者支援総合センター(八広5-18-23)【対象】60歳以上の方【定員】各先着2人【費用】無料【持ち物】スマートフォン【申込み】当日直接会場へ

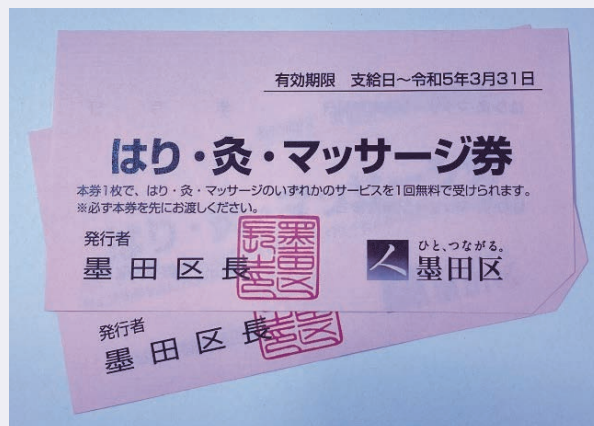


在宅で介護をしている方へ 三療券で「はり・灸・マッサージ」を受けてみませんか

在宅で高齢者等を介護している方に、1枚4000円相当の「はり・灸・マッサージ券(三療券)」を2枚支給しています。施術を受けて日頃の疲れを癒やしてみませんか。自宅への訪問施術を希望する方は、施術者にご相談ください。なお、三療券の有効期限は5年3月31日までです。ぜひ、ご利用ください。

【対象】介護保険の要介護認定で▶要介護3～5の65歳以上の方を在宅で日常介助している方▶40歳～64歳の要介護3～5の方を在宅で日常介助している65歳以上の方

【申込み】申請書を直接、高齢者福祉課支援係(区役所4階) ☎5608-6168または各高齢者支援総合センター(今号4面に掲載)へ *申請書は申込先で配布しているほか、区ホームページからも出力可



お気軽にご連絡ください 「墨田区介護サービス相談員」

墨田区介護サービス相談員は、介護保険制度の理解の促進を図るとともに、利用者や家族との懇談を通して、介護サービスに関する疑問や不安等の解消やサービス品質の向上をめざします。悩み事や心配事がありましたら、お気軽にお問い合わせください。

【問合せ】介護保険課管理・計画担当 ☎5608-6924 *詳細は区ホームページを参照



お届けしています 「墨田区高齢者福祉サービスのしおり“たんぽぽ”」

高齢者福祉サービスの概要を掲載している冊子です。サービス利用の手引きとしてご利用ください。

【費用】無料

【配付方法／配布場所】65歳になった方や、65歳以上の転入者がいる世帯に個別配付するほか、介護保険課(区役所4階)や各出張所・高齢者支援総合センター(今号4面に掲載)等で配布 *区ホームページでも閲覧可

【問合せ】介護保険課管理・計画担当 ☎5608-6924



ご利用ください 「よくわかる介護保険」

介護保険制度の全般を掲載している冊子です。

【費用】無料

【配布場所】介護保険課(区役所4階)、各出張所・高齢者支援総合センター(今号4面に掲載)等 *区ホームページでも閲覧可【問合せ】介護保険課管理・計画担当 ☎5608-6924



相談して始まる支援・広がるつながり 高齢者支援総合センター・高齢者みまもり相談室

高齢者支援総合センターと高齢者みまもり相談室は、
高齢者およびその家族の身近な総合相談窓口です。

区内に8か所設置されています。

高齢者支援総合センター

介護予防等の相談、介護保険の認定申請、福祉サービスの申請、住宅改修など、高齢者に関する様々な相談に専門職員が対応します。

【開所時間】月曜日～土曜日(年末年始、祝日を除く)の午前9時～午後6時 *虐待等の通報は24時間受け付け *問合せ先は以下の一覧のほか、区ホームページを参照



高齢者みまもり相談室

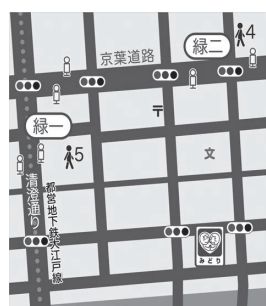
高齢者が住み慣れた地域で安心して生活ができるよう、地域と連携して見守りネットワークの充実を図ります。

【開所時間】月曜日～金曜日(年末年始、祝日を除く)の午前9時～午後5時 *問合せ先は以下の一覧のほか、区ホームページを参照

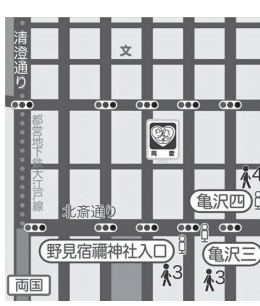


施設所在地・担当区域一覧

凡例 〇 バス停(停留所名) 駅(駅名) 徒歩所要時間(80m/分にて算出)
● 信号機 郵便局 学校 病院 図書館



みどり ①
センター ☎5625-6541
FAX5625-6501
相談室 ☎5625-6551
【所在地】緑2-5-12・アウトピアみどり苑内
【担当区域】両国、千歳、緑、立川、菊川、江東橋



同愛 ②
センター ☎3624-6541
FAX3624-6501
相談室 ☎3625-6421
【所在地】亀沢2-23-7塚越ビル1階
【担当区域】横網、亀沢、石原、本所、東駒形、吾妻橋



なりひら ③
センター ☎5819-0541
FAX5819-3185
相談室 ☎5809-7400
【所在地】業平5-6-2・なりひらホーム内
【担当区域】錦糸、太平、横川、業平



こうめ ④
センター ☎3625-6541
FAX5608-3730
相談室 ☎5619-6511
【所在地】向島3-36-7・すみだ福祉保健センター内
【担当区域】向島、押上



むこうじま ⑤
センター ☎3618-6541
FAX3618-6549
相談室 ☎6657-2731
【所在地】東向島2-36-11・ベレー向島内
【担当区域】東向島一丁目～三丁目、東向島五・六丁目、京島



うめわか ⑥
センター ☎5630-6541
FAX3614-9160
相談室 ☎5630-6511
【所在地】墨田1-4-4・シルバープラザ梅若内
【担当区域】堤通、墨田、東向島四丁目



ぶんか ⑦
センター ☎3617-6511
FAX6657-1431
相談室 ☎3614-6511
【所在地】文花1-29-5都宮文花一丁目アパート5号棟1階
【担当区域】文花、立花



八広はなみずき ⑧
センター ☎3610-6541
FAX3610-6590
相談室 ☎3614-1465
【所在地】八広5-18-23
【担当区域】八広、東墨田



高齢者福祉課では、各施設に関する問合せを受け付けています。

**墨田区役所
高齢者福祉課 ⑨**

☎5608-6170
FAX5608-6404

