

# すこやか長寿



## みんなで支え合う健康と福祉のまち

### 生きがい・健康づくりを始めてみませんか？

- スポーツをはじめたい ..... 1ページ
- ボランティア活動をはじめたい ..... 5ページ
- はたらきたい ..... 2ページ
- パソコンを使ってみたい ..... 6ページ
- 趣味をみつけない ..... 3～5ページ
- 健康を保ちたい ..... 6ページ

### 福祉サービスで生活を支援しています！

- 介護予防事業 ..... 7ページ
- 介護している方に ..... 12ページ
- 介護保険サービス ..... 8～10ページ
- お住まいのこと ..... 13～14ページ
- 福祉サービス
- ひとり暮らし・高齢者夫婦世帯等の方に ..... 11ページ
- その他 ..... 15ページ

### 相談してみませんか？

- 生活相談 ..... 16ページ
- 健康相談 ..... 18～19ページ
- 福祉相談 ..... 17ページ
- その他 ..... 19ページ
- 高齢者虐待防止相談 ..... 17ページ
- 金沢市地域包括支援センター ..... 20ページ

# スポーツをはじめたい

## スポーツ推進事業 いろいろな健康教室、スポーツ教室があります!

### 高齢者健康活動支援事業

教室名	内容	曜日	時間	受講料	会場
* 寝たきり予防や認知症予防等を目的とした運動を行います。					
健康体操	簡単な体操やストレッチ、軽運動で身体を動かします。	月クラス 木クラス 火クラス	10:00~11:30	各クラス 月額 2,050円	中央体育館 長町3-3-3 城東体育館 土清水2-346 森本体育館 弥勒町30-1
健康教室	ウォーキングやソフトバレーボール等で楽しく身体を動かします。	金	10:15~11:45	1回 820円	城西体育館 木曳野1-3
いきいき3B教室	ボール、ベル、ペルター-の3つの補助具を使用して、音楽に合わせて楽しく身体を動かします。 ※補助具代が別途必要	月	13:30~15:00	月額 2,770円	総合体育館 泉野出町3-8-1 中央体育館 額谷ふれあい体育館 額谷町又16
		火	10:00~11:30	月額 2,770円	
		水	13:30~15:00	月額 2,770円	
		木	10:00~11:00	月額 2,360円	
* 理学療法士指導のもと、身体の機能の改善や回復を目的とした運動を行います。					
水中歩行運動	膝痛や股関節痛等にお困りの方へ… 身体の負担が少ない水中で運動します。	火クラス 金クラス	19:00~20:30	月額[週1] 4,730円 [週2] 5,960円	鳴和台プール 鳴和台285
* 余暇時間を使って、好きな運動で運動不足解消に…、また新しい趣味の発見やお友達づくりに…。					
ゆったりスイミング [年36回開催]	余暇時間を利用して、全身運動である水泳で身体を動かしましょう!	月クラス	13:00~14:30	月額 [週1] 4,110円 [週2] 5,140円	西部プール 東力町A250 総合プール 富樫3-8-30
ゆったりスイミング [年44回開催]		木クラス	10:30~12:00	月額 4,730円	
かんたんヨガ	無理な姿勢を取る必要はなく、可能な範囲で身体を動かします。	火	10:00~11:15	月額 3,080円	中央体育館
リフレッシュヨガ	ゆったりと伸びやかに身体を動かし、心も身体もリフレッシュしましょう!	水	10:00~11:15	月額 3,080円	城東体育館
太極拳健康教室	太極拳の動きで身体を動かしましょう。	木	10:00~11:30	月額 2,770円	城南体育館 若草町1-60
スマイルファンソン気功	太極拳の動きで心も身体もリラックス(ファンソン)しましょう。	金	10:00~11:30	月額 1,540円	中央体育館

### 地域健康スポーツ活動支援事業

教室名	内容	曜日	時間	受講料	会場
* 市体育施設で一般の方を対象に健康・体力づくりを目的とした、さまざまな健康スポーツ教室を開催します。					
健康体力づくり教室	有酸素運動、筋力アップ運動、ストレッチ等 28レッスン開催しています。	平日	30分~40分 レッスンによって 異なります	月額 3,180円 28レッスンどれを受けてもOK ワンレッスン610円でも受講可	総合体育館 泉野出町3-8-1
カラダ改革プログラム	体幹、スタイルアップ、カラダづくり等いろいろなトレーニングを行います。	平日	30分	月額 2,050円 ※別途施設使用料が必要 ワンレッスン410円でも受講可	総合体育館 泉野出町3-8-1
フラダンス教室	年齢や経験に関係なく、どなたでも踊れます。	水	10:00~11:30	月額 3,080円	中央体育館 長町3-3-3
ビューティー3B体操	3つの補助具を使用して、音楽にあわせて楽しく身体を動かします。	月クラス	13:30~15:00	月額 2,770円	総合体育館
		水クラス	15:00~16:00	月額 2,360円	
		金クラス	14:00~15:30	月額 2,770円	
癒しのアロマヨガ	アロマの香りに包まれ、ヨガで気持ちよく身体を動かして、心と身体をリラックスさせましょう!	木	13:30~14:30	月額 3,080円	総合体育館
アロマストレッチヨガ		木	18:30~19:20	月額 3,000円	

申込み・お問合せ先 (公財)金沢市スポーツ事業団 TEL 247-9019 FAX 247-9016

## 金沢市体育施設

※カッコ内は一般の料金。但し、金沢市に住所を有する60歳以上の方は無料。

施設	名称	住所	TEL	利用料
施設	西部市民体育会館(温水プール)	東力町A250	TEL 291-6450	65歳以上の方 使用料200円(360円) ※65歳以上の方 使用料200円(300円) 60歳以上の方 使用料 無料(100円) 60歳以上の方 使用料 無料(100円)
	総合プール(温水プール)	富樫3-8-30	TEL 241-0149	
	鳴和台市民体育会館(温水プール)	鳴和台285	TEL 251-3963	
	西部市民憩いの家	東力町A256	TEL 291-4520	
	額谷ふれあい体育館	額谷町又16	TEL 296-1123	
	金沢市障害者高齢者体育館 (通称: 駅西むつみ体育館)	駅西本町2-3-27	TEL 221-9065	

# はたらきたい

## (公社)金沢市シルバー人材センター



豊かで明るい高齢社会づくりのため就業機会の提供(社会参加)をしています。センターでは、仕事の依頼を受けた場合に、会員の希望・経験・体力などをよく考え、仕事の依頼主や会員との合意の上で仕事をさせていただきます。

### 屋内外の軽易な仕事

- 清掃 ● 除草
- 後かたづけ ● 荷造り
- 封入作業 など



### 技術を活かした仕事

- 大工 ● 左官工事
- 庭木・盆栽の手入れ など



### 管理的な仕事

- 施設管理
- 駐車場管理
- 商品管理
- 店内監視 など



### 外交、折衝、集配事務

- 得意先周り
- 集配業務
- ビラの配布 など



### 一般事務、経理事務など

- 事務補助 ● 宛名書き
- 賞状書き ● 記帳
- パソコン など



### 留守番や家事補助

- 家事の手伝い ● 留守番
- 電話番 ● 老人介護
- 病人介護 ● 清掃
- ベビーシッター(子守り) など



仕事を依頼された方と会員の間には雇用関係はありません。

※生きがい工房此花ではパソコン教室を開催しています。  
※生きがい工房十一屋では内職作業を行っています。

お問合せは TEL 222-2411 FAX 224-0774  
長町3丁目3番3号 金沢市長土堀交流館内(旧長土堀小学校跡)

# 趣味をみつきたい

## 老人福祉センター等の講座等

健康保持のための休養・入浴※と生きがいを高める各種文化講座を開催しています。

※十一屋生きがい交流館を除く

講座区分	千寿閣	万寿苑	十一屋	松寿荘	鶴寿園
健康相談	●	●		●	●
教養講座	●	●		●	●
生花講座	●	●		●	●
日舞講座	●	●		●	●
民謡講座	●	●		●	●
謡曲講座	●	●		●	●
茶道講座	●	●		●	
詩吟講座	●	●		●	●
俳句講座	●			●	●
編物講座	●	●		●	●
小唄講座	●				
手芸講座		●		●	
民舞講座		●			
社交ダンス	●				
大正琴講座		●			
陶芸講座	●	●	●	●	●
木彫講座	●	●	●	●	●
園芸講座	●			●	●
書道講座	●			●	●
琴三弦講座					●
歌謡講座	●	●		●	●
詩舞講座					●
絵画講座					●
太極拳講座		●		●	●
押花講座	●	●		●	
フラダンス講座	●				
介護予防体操	●	●	●	●	
元気もりもり相談	●	●		●	●
回想法講座		●		●	●
筆ペン・ペン習字講座				●	
リズムダンス講座	●	●		●	
布ぞうりづくり	●	●		●	●
水墨画講座		●			●
ヨガ講座	●	●			
樹木剪定講座		●		●	●
樹木雪吊り講座		●		●	●
写真講座	●	●		●	

※年齢の制限はありません。

受講ご希望の方は、  
各館の受付でご相談ください。

### 対象

市内にお住まいの60歳以上の方

### 利用料金

材料費等実費をいただく講座もあります。

### お問合せは

**千寿閣** TEL 222-0008  
東長江町辺2番地1 FAX 222-0008

**万寿苑** TEL 244-6745  
大桑町ヤ1番地4 FAX 244-6745

**十一屋交流いきがい館** TEL 241-5958  
(万寿苑分館) 十一屋4番34号 FAX 241-5958

**松寿荘** TEL 268-6757  
金石北3丁目3番33号 FAX 268-6757

**鶴寿園** TEL 298-9355  
額谷町又1番地 FAX 298-9355

### 【開館時間】

午前9時から午後5時まで  
(入浴時間:午前10時から午後3時まで)  
※十一屋:平日午前9時から午後9時まで  
土日祝日:午前9時から午後5時まで



## 金沢市高砂中学校

幅広い学習活動を通して、新しい知識、教養を身につけるとともに、すすんで人と交わり楽しく生きがいのある生活を求めることを目的として開講しています。

開講期間等: 4月から翌年1月まで  
週1回程度 午後の1時間30分

対象: 65歳以上の金沢市民  
費用: 受講料無料(別途資料代要)

### お問合せは

金沢市中央公民館彦三館 TEL 261-8100  
彦三町1-15-5 FAX 261-8102

## 老人クラブ活動

地域の老人クラブ活動へ参加してみませんか? 社会奉仕活動(清掃など)、教養活動(絵画など)等さまざまな活動をしています。

### お問合せは

金沢市老人連合会  
彦三町1-15-5 TEL 262-4600  
金沢市中央公民館彦三館内 FAX 262-4600  
長寿福祉課 TEL 220-2288  
FAX 260-7192

## いきいき福祉バスの運行

地域内の交流促進や団体の育成目的に実施する事業に借上バスを利用した場合に借上料の一部を助成します。

対象: 地域福祉活動を行う団体  
補助額: バス借上料に対して補助  
1台あたり70,000円を上限に助成

### お問合せは

福祉総務課 TEL 220-2278  
※利用の1ヵ月前までに申請 FAX 220-2360

## 金沢市高砂中学校大学院

高砂中学校の修了生が、更に専門的に学ぶことで、より豊かな暮らしと健康で明るい社会を実現することや、同期生と交流を深め楽しい人間関係を築くことによって、より明るい社会生活を営むことを目指しています。

開講期間等: 4月から翌年1月まで  
週1回程度 午前の1時間30分

対象: 高砂中学校の修了生  
費用: 受講料無料(別途資料代要)

### お問合せは

金沢市中央公民館彦三館 TEL 261-8100  
彦三町1-15-5 FAX 261-8102

## 地域サロン

高齢者の仲間づくりや生きがいづくりのため、公民館など身近な施設を利用して会食会、手作り教室、健康体操などを実施しています。

費用: 材料費等の実費をいただく場合があります。

### お問合せは

金沢市社会福祉協議会  
高岡町7-25 TEL 231-3571  
金沢市松ヶ枝福祉館内 FAX 231-3560



## 趣味をみつきたい

### 金沢市文化施設

中村記念美術館	本多町3-2-29	TEL 221-0751 FAX 221-0753	<p>65歳以上の方 入館料200円(通常300円) 金沢市老舗記念館 金沢文芸館 ] は100円 ※祝日は65歳以上の方は無料です。 <b>共通観覧券もあります。</b></p> <p><b>1DAYパスポート 510円</b> 左記すべての施設を、1日自由に観覧できます。</p> <p><b>3日間パスポート 820円</b> 左記すべての施設を、最初に利用した日から3日間自由に観覧できます。</p> <p><b>1年間パスポート 2,050円</b> 左記すべての施設を、発行日から1年間自由に観覧できます。</p> <p>コレクション展 65歳以上の方 280円 (特別展は展覧会毎に料金が異なります。)</p>
安江金箔工芸館	東山1-3-10	TEL 251-8950 FAX 251-8952	
金沢ふるさと偉人館	下本多町6-18-4	TEL 220-2474 FAX 220-2197	
泉鏡花記念館	下新町2-3	TEL 222-1025 FAX 222-1040	
金沢湯涌夢二館	湯涌町イ144-1	TEL 235-1112 FAX 235-1115	
金沢卯辰山工芸工房	卯辰町ト10	TEL 251-7286 FAX 251-9113	
金沢蓄音器館	尾張町2-11-21	TEL 232-3066 FAX 232-3079	
前田土佐守家資料館	片町2-10-17	TEL 233-1561 FAX 261-0806	
室生犀星記念館	千日町3-22	TEL 245-1108 FAX 245-1205	
徳田秋聲記念館	東山1-19-1	TEL 251-4300 FAX 251-4301	
寺島蔵人邸	大手町10-3	TEL 224-2789 FAX 224-2789	
金沢能楽美術館	広坂1-2-25	TEL 220-2790 FAX 220-2791	
金沢市老舗記念館	長町2-2-45	TEL 220-2524 FAX 220-2524	
金沢文芸館	尾張町1-7-10	TEL 263-2444 FAX 263-2443	
金沢湯涌江戸村	湯涌荒屋町35-1	TEL 235-1267 FAX 235-1269	
鈴木大拙館	本多町3-4-20	TEL 221-8011 FAX 221-8012	
金沢くらしの博物館 (2016年秋まで休館)	飛梅町3-31	TEL 222-5740 FAX 222-5740	
金沢21世紀美術館	広坂1-2-1	TEL 220-2800 FAX 220-2802	

## ボランティア活動をはじめたい

### 金沢ボランティア大学校

ボランティアに関する知識や、幅広い視野を身につけ、ボランティアとして継続的に活躍できる人材を育成しています。

平成28年度コース内容(定員各35人)  
午前コース: 観光  
午後コース: 歴史遺産、傾聴・福祉、文化、環境、障害福祉  
夜間コース: 国際交流、まちづくり  
受講期間: 5月~2月 全25回  
募集時期: 3月上旬~4月中旬まで  
費用: 5,000円(資料代実費相当分)

#### お問合せは

金沢ボランティア大学校  
彦三町1-15-5 TEL 233-2456  
金沢市中央公民館彦三館内 FAX 233-2536

### 金沢ボランティアセンター

ボランティアに関する相談・情報提供・講座の開催の他、ボランティア保険加入・福祉ボランティアグループの活動費の助成などを行っています。

受付時間: 月~金曜日  
午前9時から午後5時30分まで  
費用: 無料(保険加入は自己負担あり)

#### お問合せは

金沢市社会福祉協議会  
高岡町7-25 TEL 231-3571  
金沢市松ヶ枝福祉館内 FAX 231-3560



## パソコンを使ってみたい

### パソコンサロン

パソコンを使ってみたい、もっとうまくなりたいという方が気軽に利用できる場所です。  
対象: 60歳以上の方 障害のある方(金石除く) 利用時間: 午前9時から午後4時 月~金曜日(金石※・泉、鶴寿園※)、火・木・土曜日(千寿閣)、月・水・金曜日(まちなか)  
費用: 無料 ※老人福祉センター休館日は休み

<b>お問合せは</b>	金石パソコンサロン	金石北3-3-33 (H28.7まで)	TEL-FAX 268-6300
	泉パソコンサロン	弥生1-26-1 泉中学校内	TEL-FAX 243-7800
	千寿閣パソコンサロン	東長江町辺2-1	TEL-FAX 222-0008
	まちなかパソコンサロン	此花町3-2 ライブ1 B1F	TEL-FAX 225-8936
	鶴寿園パソコンサロン	額谷町又1 (H28秋開設予定)	

## 健康を保ちたい

### 健康教室等の開催

名称	内容等	お問合せは
高齢者栄養教室	高齢者の健康を保つための食事をテーマにした講話・調理実習等の教室。地域での開催についても相談に応じます。	泉野福祉健康センター TEL 242-1131 FAX 242-8037
出前健康講座	生活習慣病予防、認知症予防や健康づくりのための講話を、地域の各種団体の申し込みに応じて行う出前講話です。	元町福祉健康センター TEL 251-0200 FAX 251-5704
歩いてみまっし健康長寿教室	認知症の予防に、有効な早歩きの方法や生活への取り入れ方を学ぶ教室です。	駅西福祉健康センター TEL 234-5103 FAX 234-5104
なるほど、なっとく!健康講習会	専門家による介護予防や健康に関する講話と、実技を行う講習会です。	
高齢者健康づくり体力増進教室	年間をととして運動実技を中心とした、健康づくりをおこなう教室です。	
健康スタジオ開放	自主的な健康づくりのために筋力トレーニングマシンやエクササイズバイクを設置している健康スタジオを開放しています。	
すっきり!メタボ解消教室	肥満の改善・予防を目的とした、運動や食事など生活習慣の改善方法について学ぶ教室です。	
女性のための健康教室	女性が生涯を通じた健康づくりを実践できるように、講話や実技を行う教室です。	金沢総合健康センター TEL 222-0102 FAX 222-4366
50代から筋力トレーニング教室	筋力トレーニングやミニ講話を行い、自己の健康づくりについて学ぶ教室です。	
ヘルシークッキング	健康的な食生活について学んでもらう教室です。	
健康ウォーキング	多彩なバリエーション・コース設定によりウォーキングの魅力を体験します。	
お口の元気アップ教室	口の健康づくりのための講話等を地域の各種団体、サークルの申し込みに応じて行う出前講座です。	
すこやか筋力トレーニング教室	家庭でもできる簡単な筋力トレーニング教室です。(週1回、8回コース)	健康政策課 TEL 220-2233 FAX 220-2231
初歩のマシン筋力トレーニング教室	初歩的なマシンを使った筋力トレーニング教室です。(週1回、8回コース)	
そくさい地域出前講座	地域住民の申し込みにより、体操・転倒予防などの実技や講話の講師を派遣します。	

### ふれあい入浴補助券をお渡ししています

公衆浴場を利用される際に150円で入浴できる補助券を年間22枚お渡ししています。

対象: 65歳以上の方  
交付場所: 市役所福祉と健康の総合窓口、福祉健康センター、市民センター  
※はがきによる入浴補助券の交付申請もできます。

**お問合せは** 長寿福祉課 TEL 220-2288 FAX 260-7192

## 介護予防事業

いつまでも健康でいきいきとした生活が送れるよう、日常生活に必要な心身の機能の維持・向上を目的に行われる事業です。

お問い合わせは	健康政策課	広坂1-1-1	TEL 220-2233	FAX 220-2231
	泉野福祉健康センター	泉野町6-15-5	TEL 242-1131	FAX 242-8037
	元町福祉健康センター	元町1-12-12	TEL 251-0200	FAX 251-5704
	駅西福祉健康センター	西念3-4-25	TEL 234-5103	FAX 234-5104
	担当地域の金沢市地域包括支援センター		(20ページ参照)	

「からだ」と「こころ」のチェックリストで生活機能の低下が認められた場合は、必要となる運動や栄養指導、口腔ケアなどを行います。

### 1 「からだ」と「こころ」のチェックリスト(質問票)をご記入・提出 セルフチェックリストでご自身の生活機能を確認しましょう。

- チェックリストは、市役所1階の「福祉と健康の総合窓口」、福祉健康センター、市民センター、金沢市地域包括支援センターにあります。またホームページからもダウンロードできます。
- 介護保険の要支援・要介護認定を受けていない65歳以上の方が対象となります。
- ご本人の了解を得てご家族がチェックしていただいてもかまいません。

金沢市チェックリスト

### 2 「からだ」と「こころ」のチェックリスト(質問票)の判定結果

生活機能低下に該当された方  
金沢市地域包括支援センターから  
教室参加等について連絡します。

生活機能低下に該当されなかった方  
連絡はありません。

### 3 必要となる介護予防事業 (シニア元気プログラム)の利用

#### シニア元気プログラム

- 1 運動プログラム…マシンなどを使用して筋力トレーニング  
金沢市が委託した介護予防通所事業所などに通所。  
週2回の3か月間で合計24回
- 2 栄養プログラム…栄養相談、調理体験  
ご自宅に訪問。6か月間で概ね7回程度
- 3 口腔プログラム…口と歯の健康づくりの講話、口の手入れ  
福祉健康センターへ通所、ご自宅に訪問も可能。  
月2回の3か月で合計6回

### 介護予防に関する 各種教室などの利用

金沢総合健康センター等で行っている  
教室をご利用ください。  
教室の情報は、金沢市広報  
(毎週火曜日新聞に掲載)を  
ご覧ください。



## 介護保険サービス

お問い合わせは

介護保険課 広坂1-1-1 TEL 220-2264 FAX 220-2559  
申請や届出は、介護保険課(福祉と健康の総合窓口)・泉野・元町・駅西福祉健康センターで受け付けています。

介護保険サービスを受けるためには、要介護認定の申請が必要です。ご本人やご家族による申請のほか、居宅介護支援事業者や金沢市地域包括支援センターなども代行申請を行っています。

### 要介護認定の申請

#### ●申請時に必要なもの

- ①申請書 ②介護保険証 ③主治医意見書 ④印鑑  
⑤マイナンバー(個人番号)確認書類  
※40歳から64歳までの方は、上記に加え⑥医療保険証  
※「主治医意見書」は主治医にお願いすれば無料で記載してもらえます。

申請先: 介護保険課(福祉と健康の総合窓口)  
各福祉健康センター

### 認定調査

本人の心身の状態を調べるために面接調査を行います。

### 介護認定審査会

コンピュータでの1次判定、主治医意見書、認定調査での特記事項をもとに、保健・医療・福祉の専門家により審査・判定を行います。

### 要介護認定

要支援1・2、要介護1から5、または非該当の認定結果を申請から原則として30日以内に通知します。  
※非該当となった方は、介護保険サービスは受けられませんが、福祉健康センターや健康プラザ大手町などで実施している筋力向上トレーニング、栄養指導、口腔ケアの介護予防事業に参加することができます。

### 介護サービス計画の作成

在宅サービスを利用する場合、居宅介護支援事業者または金沢市地域包括支援センターに介護(予防)サービス計画を作成してもらいます。(費用はかかりません。)依頼する事業者が決まりましたら、届出をしてください。

#### ●届出に必要なもの

- ①届出書 ②介護保険証 ③印鑑  
④マイナンバー(個人番号)確認書類

### サービスの利用

利用料は、原則としてかかった費用の1割です。  
平成27年8月から所得が一定以上ある65歳以上の方の負担割合が2割に変更される予定です。

要介護認定の申請からサービスの利用まで

# 介護保険サービス

## ●要介護1～5と認定された方

下記の在宅サービス、施設サービスを利用することができます。(地域密着型サービスを含む。)

## ●要支援1または2と認定された方

介護予防を目的とした、下記の在宅サービスを利用することができます。(在宅の地域密着型サービスを含む。)

※福祉用具貸与については、要介護度によりご利用できない品目があります。

### 在宅サービス

#### 訪問・通所サービス

#### ●訪問介護(ホームヘルプサービス)

ホームヘルパーが家庭を訪問し、介護や家事の援助を行います。

#### ●訪問看護

保健師や看護師などが家庭を訪問し、健康のチェックなど看護支援を行います。

#### ●通所介護(デイサービス)

デイサービスセンターにおいて、食事や入浴などの介護サービスを日帰りで行います。

#### ●居宅療養管理指導

医師、歯科医師、薬剤師、管理栄養士などが家庭を訪問し、療養上の管理や指導などを行います。

#### ●訪問入浴介護

浴槽を積んだ入浴車で家庭を訪問し、入浴サービスを行います。

#### ●訪問リハビリテーション

理学療法士などリハビリの専門職員が家庭を訪問し、機能訓練を行います。

#### ●通所リハビリテーション(デイケア)

老人保健施設などにおいて、食事や入浴などの介護サービスや機能訓練を日帰りで行います。

#### ●特定施設入居者生活介護

有料老人ホームなどにおいて、介護サービスが受けられます。

### 在宅サービス

#### 短期入所サービス(ショートステイ)

特別養護老人ホームや老人保健施設・介護体制の整った医療機関などに短期間入所し、食事や入浴などの介護サービスや機能訓練を行います。

### 在宅サービス

#### 福祉用具・住宅改修

#### ●福祉用具貸与

次の福祉用具を貸し出します。

- ①車いす ②特殊寝台 ③床ずれ防止用具 ④体位変換器 ⑤手すり ⑥スロープ ⑦歩行器
- ⑧歩行補助つえ ⑨徘徊感知器 ⑩移動用リフト(つり具の部分を除く。)
- ⑪自動排せつ処理装置(交換可能部品を除く。)

※①②については付属品を含みます。

※要支援1・2、要介護1の方は原則として⑤⑥⑦⑧の用具がご利用いただけます。

※⑪については原則として要介護4以上の方がご利用いただけます。

#### ●福祉用具購入費の支給

次の福祉用具の購入にかかる費用を支給します。利用限度額:10万円(1年度あたり)

- ①腰掛便座 ②特殊尿器(自動排せつ処理装置の本体を除く。)
- ③入浴補助用具 ④簡易浴槽
- ⑤移動用リフトのつり具の部分

※指定事業者以外から購入された場合は支給の対象となりませんのでご注意ください。

#### ●住宅改修費の支給 ※工事着手前に申請が必要です。

次の住宅改修にかかる費用を支給します。利用限度額:20万円(原則として1回限り)

- ①手すりの取付け ②段差の解消 ③滑り防止や移動の円滑化のための床または通路面の材料の変更
- ④引き戸等への扉の取替え ⑤洋式便器等への取替え

### 地域密着型サービス

※原則、金沢市の方が利用できます。

#### ●地域密着型通所介護

定員18人以下のデイサービスセンターにおいて、食事や入浴などの介護サービスや機能訓練が日帰りで行われます。

#### ●認知症対応型通所介護

認知症の方がデイサービスセンターにおいて、食事や入浴などの介護サービスや機能訓練が日帰りで行われます。

#### ●認知症対応型共同生活介護(グループホーム)

認知症の方が共同生活する住居において、食事や入浴などの介護サービスや機能訓練が受けられます。

※要支援1の認定を受けた方は利用できません。

#### ●地域密着型介護老人福祉施設入所者生活介護(29人以下の特別養護老人ホーム)

常に介護が必要で、在宅での介護が困難な方が利用します。

※原則として要介護3以上の方が対象となります。

#### ●小規模多機能型居宅介護

施設へ通い、または宿泊し、あるいは自宅へのホームヘルパーの訪問により、食事や入浴などの介護サービスや機能訓練が受けられます。

#### ●夜間対応型訪問介護

夜間における定期的な訪問介護員等の巡回または通報による訪問により、排せつの介護、日常生活上の緊急時の対応などの介護サービスが受けられます。

※要支援の認定を受けた方は、利用できません。

#### ●定期巡回・随時対応型訪問介護看護

介護・看護が一体的にまたは密に連携したサービスで、日中・夜間を通じて1日複数回の定期的な訪問と随時対応などの介護サービスが受けられます。

※要支援の認定を受けた方は、利用できません。

#### ●看護小規模多機能型居宅介護

小規模多機能型居宅介護のサービスに加え、訪問看護が受けられます。

※要支援の認定を受けた方は、利用できません。

### 施設サービス

※要支援と認定された方は利用できません。

#### ●介護老人福祉施設(特別養護老人ホーム)

常に介護が必要で、在宅での介護が困難な方が利用します。

※原則として要介護3以上の方が対象となります。

#### ●介護老人保健施設(老人保健施設)

病状が安定し家庭に戻れるように、リハビリや看護を中心とする医療を受ける方が利用します。

#### ●介護療養型医療施設(介護職員が手厚く配置された病院など)

病状が安定しており、医療の必要性が高いなどの理由で長期間にわたる療養が必要な方が入院します。

お問合せは

介護保険課 広坂1-1-1

TEL 220-2264

申請や届出は、介護保険課(福祉と健康の総合窓口)・泉野・元町・駅西福祉健康センターで受け付けています。

## 福祉サービス

お問合せは

長寿福祉課	広坂1-1-1	TEL 220-2288	FAX 260-7192
泉野福祉健康センター	泉野町6-15-5	TEL 242-1131	FAX 242-8037
元町福祉健康センター	元町1-12-12	TEL 251-0200	FAX 251-5704
駅西福祉健康センター	西念3-4-25	TEL 234-5103	FAX 234-5104
担当地域の金沢市地域包括支援センター		(20ページ参照)	

## ひとり暮らし・高齢者夫婦世帯等の方に

## ●配食サービス

ひとり暮らしの高齢者などに給食を届け・見守りを行うサービスを行っています。

対象: 65歳以上のひとり暮らしの方、または高齢者夫婦世帯などで必要な方  
費用: 1食 500円  
(ただし弁当内容によっては料金が異なる場合があります)

※事業者によって配達区域は異なります。



## ●緊急通報装置の貸与

高齢者の安全・安心を確保するため、ボタン又はペンダントを押すだけで看護師等専門家が24時間常駐するコールセンターへ通報され、健康相談や生活相談ができる装置を貸与します。

対象: 75歳以上のひとり暮らしまたはねたきりの高齢の方を含む75歳以上の高齢者のみの世帯。  
費用: 月額 300円(生活保護世帯は無料)



## ●ガス漏れ警報器・自動消火器・電磁調理器の支給

火災の予防、火災の早期消火等、高齢の方の生命と財産の保全のためにガス漏れ警報器、自動消火器、電磁調理器を支給します。

対象: 65歳以上のひとり暮らし、もしくは高齢者夫婦世帯、高齢者のみの世帯の方。  
(ただし所得税非課税または生活保護世帯の方に限ります。)  
費用: 無料



## 介護している方に

## ●介護手当金の支給

本市に住所を有する65歳以上のねたきり、または重度の認知症の方を同居で3か月を経過して介護している方に対して、月額5,000円を支給します。(毎年4月・8月・12月に支給)

対象: 要介護者を常時介護する配偶者または3親等以内の親族の方。  
要介護者が在宅で3か月を経過してねたきりまたは重度の認知症の状態にある(要介護4または5。重度の認知症の場合は要介護3でも支給する場合があります。)65歳以上の方。



## ●紙おむつの支給

紙おむつを宅配により支給します。  
(毎月一定枚数)

対象: 在宅で3か月を経過してねたきりまたは重度の認知症の状態にある(要介護4または5。重度の認知症の場合は要介護3でも支給する場合があります。)65歳以上の方。ただし、本人・配偶者・扶養義務者の年間所得税額が、各々5万円以下の方に限ります。  
費用: 無料

## ●寝具乾燥消毒サービス

健康の保持、保健衛生の向上を図り、快適に過ごしていただくために日頃使用している掛布団、敷布団又はベッドパッド、毛布の洗濯(年3回)、乾燥(年9回)をしています。

対象: 65歳以上の方で、在宅で3か月を経過してねたきりまたは重度の認知症の方、もしくはヘルパー派遣中のひとり暮らしの方  
費用: 無料

## ●理髪・美容カットサービス

保健衛生の向上および気分転換をしていただくために理容師等が直接訪問し、理美容(年2回)サービスを行っています。

対象: 65歳以上の方で、在宅で3か月を経過してねたきりまたは重度の認知症の方  
費用: 無料



## 認知症に関すること

## ●認知症カフェ

誰でも気軽に参加して、認知症について話し合うことができる「つどいの場」です。相談員が常駐しているので、お茶を楽しみながら気軽に相談ができます。

## ●認知症サポーター養成講座

地域住民や企業等を対象に、認知症の正しい理解や適切な対応の仕方を学びます。

お問合せは 担当地域の金沢市地域包括支援センター (20ページ参照)  
長寿福祉課 TEL 220-2288 FAX 260-7192

# 福祉サービス

## お住まいのこと

### ●要介護高齢者・障害者などの生活のための住まいづくり助成事業

助成の内容	対象者	①介護保険制度で要介護・要支援と判定された方 ②身障手帳1,2級(下肢・体幹部)交付者と3級交付者の一部 ※いずれも身体状況に合わせた工事に限ります。
	対象工事	要介護高齢者・障害者などの利用に適したように浴室、トイレなどを改造する工事
	限度額	ア)生活保護世帯:100万円 イ)所得税もしくは市民税が非課税の世帯:対象経費の90%の額で限度額は70万円 ウ)所得税額が5万円以下の世帯:対象経費の70%の額で限度額は50万円 ※助成額は、他制度による住宅改修の給付がある場合、助成額からそれらの制度の給付額を控除した額となります。 ※介護保険制度や重度障害制度による住宅改修ができる場合はこれらの制度が優先されます。 ※必ず工事着手前に申請してください。

**お問合せは** 介護保険課 TEL 220-2264 FAX 220-2559

### ●お年寄り生活支援ハウス

介護保険施設の施設サービスを受けられないひとり暮らしなどの方で、高齢のため日常生活を送ることに不安のある方が利用できます。利用期間は、長期継続的な利用でなく、中期的な利用です。

対象: 60歳以上の方・ひとり暮らし・高齢者世帯、もしくは家族の支援が受けられない方で、日常生活がほぼ自立している方など  
例)山間部で冬期には高齢者のみで生活できない、家族が入院してしまい支援が受けられなくなった等  
費用: 日常生活にかかる食費、光熱費等と所得による自己負担があります。

○お年寄り生活支援ハウス ハウス21 山科町午40-1

**お問合せは** 長寿福祉課(地域包括ケア推進室) TEL 220-2288 FAX 260-7192

### ●養護老人ホーム

対象: おおむね65歳以上で、環境上及び経済的事情により、家庭で養護を受けることが困難な方

○向陽苑崎浦 三口新町1-8-1  
○向陽苑木曳野 木曳野4-114

**お問合せは** 長寿福祉課(地域包括ケア推進室) TEL 220-2288 FAX 260-7192

### ●軽費老人ホーム(A型)

対象: 石川県内に居住するおおむね60歳以上の健康な方  
○石川県百々鶴荘 野々市市上林1-179 TEL 248-4775 FAX 248-4702

### ●ケアハウス

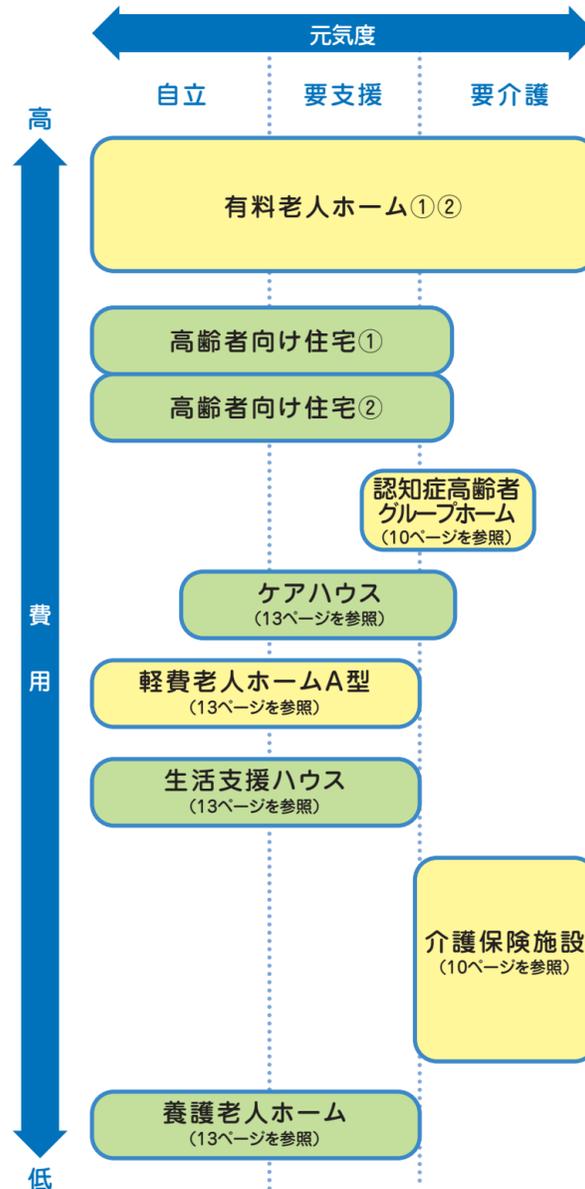
対象: 60歳以上の方で身体機能低下などのため、独立して生活するには不安が認められる方(金沢春日ケアハウスは要介護者のみ対象)

○あ い び す 北塚町西440 TEL 240-3366 FAX 240-3377  
○千 木 の 里 千木町ホ4-1 TEL 257-9300 FAX 257-7588  
○シニアマインド21 山科町午40-1 TEL 241-1177 FAX 241-1178  
○金沢春日ケアハウス 元菊町20-1 TEL 262-3385 FAX 262-3313  
○ファミリーケア城南 城南1-21-21 TEL 232-8221 FAX 257-8110  
○ゆりの里 木曳野3-292 TEL 266-1234 FAX 266-1239  
○朱鷺の苑やわらぎ 本町1-6-1 やわらぎ金沢 TEL 223-1121 FAX 223-1141

**お問合せは** 各施設へお問い合わせください。

## お住まいのことについて

高齢者向けの住宅や施設は、用途や入居者の身体状況により様々な種類に分けられます。



(注) 図は、費用や身体状況についてイメージとして理解していただくことを目的としておりますので、厳密には費用の高低、利用可能な身体状況の範囲が異なることがあります。

	対象年齢	利用申込先	概要
①介護付 ②住宅型	60歳以上	事業者	介護が必要になった場合、その有料老人ホームが提供する介護サービスを利用しながら生活を続けることができる施設です。 介護サービスはついていませんが、介護が必要になった場合は、訪問介護等の介護サービスを利用しながら有料老人ホーム内で生活を続けることができる施設です。
①シルバーハウジング ②サービス付高齢者住宅	60歳以上	公営住宅 管理部門※1 事業者	市営・県営住宅のうち高齢者の安全や利便を向上させるため、建物だけへの配慮でなく、生活援助員を派遣し、生活指導・相談、安否の確認、一時的な家事援助、緊急時の対応等を提供できる住宅 高齢者のみが入居可能な民間賃貸住宅
認知症対応型 共同生活介護	原則 65歳以上	事業者	認知症の方が少人数で共同生活をしながら、入浴、排泄、食事等の介護や機能訓練などを受けます。要支援2、要介護1から5の方が利用できます。
ケアハウス	60歳以上	事業者	身体機能の低下等で、独立して生活するには不安が認められる方
軽費老人ホームA型	60歳以上	事業者	家庭環境や住宅事情により家庭で生活することが困難な方で健康な方(食事付き)
生活支援ハウス	60歳以上	長寿福祉課	介護保険法の施設サービス(グループホームを含む)を受けられない方で、高齢のため日常生活を送ることに不安がある方。ただし、3箇月を限度とした中期的な利用に限ります。
介護療養型医療施設 介護老人保健施設 介護老人福祉施設 (特別養護老人ホーム)	原則65歳以上 要介護1以上 原則65歳以上 要介護3以上	各施設	病状が安定し、長期間の療養が必要な方が入所して、医療や看護または介護などを受けます。 病状が安定し、リハビリテーションに重点を置いたケアを必要とする方が入所して、医学的な管理のもとで介護や機能訓練などを受けます。 常に介護が必要で、自宅での介護が難しい方が入所して、日常生活の介助などを受けます。
養護老人ホーム	65歳以上	長寿福祉課	環境上及び経済上の理由で、家庭で養護を受けることが困難な方

※1 市営住宅は、金沢市市営住宅課 TEL 220-2331 FAX 261-3366、  
県営住宅は、県営住宅管理センター平和町店 TEL 241-5370へお申し込みください。

その他

●はり・きゅう・マッサージ費用の助成

満70歳以上の方、満65歳以上で一定の障害認定者(身体障害者手帳の1～3級及び4級の一部など)が、保険適用外のはり・きゅう・マッサージの施術を受けるとき、1回1,200円の助成券を年間18枚を限度(月割)にお渡ししています。

お問合せは 健康政策課 TEL 220-2233 FAX 220-2231



●金沢メルシーキャブサービス(車いす利用者の送迎サービス)

日常的に車いすを利用している方の外出支援をしています。運転はボランティアの協力により、行っています。

費用: 年会費1,500円  
 利用料: 30分300円と1キロ20円  
 有料道路・駐車場代等は実費負担(キャンセル料: 1回300円)

お問合せは 金沢市社会福祉協議会 TEL 231-3571 FAX 231-3560  
 高岡町7-25 金沢市松ヶ枝福祉館内



●福祉有償運送サービス

対象: 要介護者、要支援者、障害のある方等で単独では公共交通機関の利用が困難な方。  
 (あらかじめ会員登録が必要です。)

利用料: タクシー運賃の概ね2分の1

お問合せは 各運送主体へお問い合わせください。

運送主体	法人種別	電話番号	運送主体	法人種別	電話番号
アカシアの里	社福	282-9874	鳥越福祉会	社福	256-0878
いしかわ介護ボランティアセンター	NPO	222-3337	はくさん会	社福	259-2117
石川かほく農業協同組合	農協	289-3432	はなや	一般	229-7008
内灘町社会福祉協議会	社福	286-6953	馬場福祉会	社福	213-3717
映寿会	医療	225-7107	ブーブ	NPO	275-5055
金沢医療生活協同組合	生協	264-0698	佛子園	社福	241-1200
生活協同組合コープいしかわ	生協	292-3390	ふれあい	NPO	241-0575
材木善隣館	社福	222-1389	ボランティアサービス石川	NPO	249-4181
サポート24	NPO	251-0150	瑞穂会	医療	252-0416
清風会	社福	269-0680	みんなの力駅西	NPO	263-8883
扇翔会	医療	298-5027	洋裕会	社福	241-2107
世代間交流 サロン・オアシス	NPO	249-0061	洋和会	医療	248-7575
たすけ愛	NPO	253-1691	輪生会	医療	242-3355
津幡町福祉会	社福	288-8921	WAC輝き	NPO	256-3641

●高齢者の所得税及び地方税の障害者控除対象者の認定

12月31日現在65歳以上で、認知症や肢体不自由等の障害があり、その年の収入から所得税を徴収されている(徴収される見込みの方)又は翌年の住民税を徴収される見込みの方について、申請により障害者控除対象者認定書を発行します。

ただし、身体障害者手帳・療育手帳・精神障害者保健福祉手帳等をお持ちの方は、手帳が確定申告の資料となりますので、この申請は必要ありません。また、ねたきりの方もねたきり老人として申告できますので、この申請は必要ありません。

お問合せは 長寿福祉課 TEL 220-2288 FAX 260-7192  
 介護保険課 TEL 220-2264 FAX 220-2559  
 障害福祉課 TEL 220-2289 FAX 232-0294

生活相談

お問合せは 各相談連絡先まで 相談は無料  
 相談実施場所: 金沢市役所 広坂1-1-1



●市政相談

市の仕事に関する要望・問い合わせなど

月曜日～金曜日(午前9時～午後5時)  
 2階 市民相談室 TEL 220-2222 FAX 220-2030

●女性相談

女性の身上相談、女性に対する暴力等に悩んでいる方の相談

月曜日～金曜日(午前9時～午後5時)  
**【特別相談】 要予約**  
 弁護士 第1火曜日、第3金曜日(午後1時～午後3時)  
 臨床心理士 第2木曜日(午前10時～正午)  
 カウンセラー 毎週木曜日(午前10時～午後3時)  
 2階 女性相談支援室 TEL 220-2554 FAX 260-1178

●登記・成年後見相談

水曜日(午後1時～午後4時)  
 2階 市民相談室 TEL 220-2222 FAX 220-2030

●年金相談

国民年金に関するお問い合わせなど  
 月曜日～金曜日(午前9時～午後5時45分)  
 1階 市民課国民年金係 TEL 220-2295 FAX 220-2776

●消費生活相談 悪質商法や架空請求など消費者の疑問や困りごとに関する相談

月曜日～金曜日、第3日曜日(午前9時～午後5時)

●多重債務相談 **【弁護士による相談】** 第1・3月曜日(午前10時～正午) **要予約**  
**【司法書士による相談】** 第2・4木曜日(午後1時～午後4時) **要予約**

●住生活相談 第4金曜日(午前10時～正午) **要予約**

●多重債務・生活なんでも相談 第2・4水曜日(午後1時～午後5時) **予約優先**

※要予約の相談につきましては事前に消費生活センターへご相談下さい

近江町消費生活センター TEL 232-0070  
 (金沢市青草町88 近江町いちば館5階) FAX 260-6730

●一般相談

市民生活についての困りごとなど

月曜日～金曜日(午前9時～午後5時)  
 2階 市民相談室 TEL 220-2222 FAX 220-2030

●不動産取引相談

水曜日(午前9時～正午)  
 2階 市民相談室 TEL 220-2222 FAX 220-2030

●人権相談

人権擁護委員による人権なんでも相談

毎月第1金曜日(午後1時～3時)  
 (第1金曜日が閉庁日の場合、第2金曜日)  
 2階 市民相談室 TEL 220-2071 FAX 260-1178

●法律相談 **要予約**

月曜日～金曜日(午後1時～午後3時30分)  
 当日の午前9時から電話で予約受付します。  
 (1日5人まで)

●許認可手続き・遺言相続相談

毎月第3木曜日(午後1時～4時)  
 2階 市民相談室 TEL 220-2222 FAX 220-2030

福祉相談

お問合せは 金沢市社会福祉協議会 TEL 231-3571 FAX 231-3560 相談は無料  
 相談実施場所: 金沢市松ヶ枝福祉館 1階 相談室 高岡町7-25

●認知症に関する介護相談

月曜日(午後1時～午後5時)  
 認知症の人の介護に関する相談

●高齢者・障害のある方の権利擁護に関する相談

金沢権利擁護センター TEL 231-3521  
 金沢市松ヶ枝福祉館 2階

月曜日～金曜日(午前9時～午後5時30分)  
 認知症などにより判断能力が不十分な方に対して、福祉サービス利用援助や日常的金銭管理サービスなど日常生活自立支援事業に関する相談や成年後見制度に関する相談などを行います。



●福祉なんでも相談

火曜日・水曜日・木曜日(午後1時～午後4時30分)  
 福祉サービスに関する相談

●民事・家事に関する法律相談

金曜日(午後1時～午後4時) **要予約**  
 相続、離婚、金銭貸借、損害賠償などの法律上の手続きに関する相談

高齢者虐待防止相談

●高齢者虐待とは

- 身体的虐待** 暴力行為等での身体への外傷等、意志に反する身体拘束、意図的な外部との遮断等
- 心理的虐待** 侮辱・脅迫・無視・嫌がらせ等により、精神的・情緒的に苦痛を与え、不安に陥れる行為
- 性的虐待** 合意又は合意を与える能力のない高齢者に対する、あらゆる性的嫌がらせや性的強要
- 経済的虐待** 高齢者の財産や金銭を無断で取り上げ使用する、又は理由もなく使用させない
- 介護の放棄・放任** 介護拒否・健康状態を損なうような放置等、高齢者の健康維持・日常生活援助がなされていない状況

●高齢者虐待の通報、相談は

担当地域の金沢市地域包括支援センター(20ページ参照)  
 または、長寿福祉課(地域包括ケア推進室) 広坂1-1-1 TEL 220-2288 FAX 260-7192  
 泉野福祉健康センター 泉野町6-15-5 TEL 242-1131 FAX 242-8037  
 元町福祉健康センター 元町1-12-12 TEL 251-0200 FAX 251-5704  
 駅西福祉健康センター 西念3-4-25 TEL 234-5103 FAX 234-5104

## 健康相談

お問合せは

相談は無料  
 泉野福祉健康センター 泉野町6-15-5 TEL 242-1131 FAX 242-8037  
 元町福祉健康センター 元町1-12-12 TEL 251-0200 FAX 251-5704  
 駅西福祉健康センター 西念3-4-25 TEL 234-5103 FAX 234-5104

## 健康相談

相談時間：  
午前9時から11時まで

### 生活習慣病予防相談（要予約）

特定健康診査、若年者健診等の結果の見方や生活習慣の改善に関する相談(健診結果をお持ちください)

毎週月曜日 泉野福祉健康センター  
 毎週火曜日 元町福祉健康センター  
 毎週水曜日 駅西福祉健康センター

### 介護家族支援相談

介護者の健康管理等や介護に関する相談

毎週月曜日 泉野福祉健康センター  
 毎週火曜日 元町福祉健康センター  
 毎週水曜日 駅西福祉健康センター

### こころの健康相談（要予約）

ストレス、不安、認知症や高齢者の精神疾患などのこころの健康に関する相談

第4火曜日(13:30~15:30)泉野福祉健康センター  
 第3木曜日(13:30~15:30)元町福祉健康センター  
 第3水曜日(13:30~15:30)駅西福祉健康センター

### アルコール依存相談（要予約）

習慣的な飲酒によっておこる心身の問題に関する相談

奇数月 第3または第4木曜日  
 駅西福祉健康センター  
 相談時間：15:00~17:00(予約時に確認ください)

### ひきこもり相談

社会的ひきこもりに関する相談

第4火曜日(13:30~15:30)泉野福祉健康センター  
 第2火曜日(13:30~15:30)元町福祉健康センター  
 第3水曜日(13:30~15:30)駅西福祉健康センター

### 喫煙習慣改善相談

禁煙や受動喫煙に関する相談

第4月曜日 泉野福祉健康センター  
 第1火曜日 元町福祉健康センター  
 第4水曜日 駅西福祉健康センター

### もの忘れ相談

物忘れや認知症予防に関する相談

第4月曜日 泉野福祉健康センター  
 第1火曜日 元町福祉健康センター  
 第4水曜日 駅西福祉健康センター

### ヘルシー食生活相談（要予約）

健康づくりのための食事や栄養に関する相談

第1・3木曜日 泉野福祉健康センター  
 第1・3火曜日 元町福祉健康センター  
 第2・4水曜日 駅西福祉健康センター

### 心理士によるこころの相談（要予約）

抱えている悩みを一緒に整理するお手伝いなどの相談

月2回(9:00~11:00または13:30~15:30)  
 詳細は各福祉健康センターへ  
 お問い合わせください。

### ●保健師による健康相談

相談時間：平日午前9時から午後4時30分まで

相談実施場所：金沢健康プラザ大手町 大手町3-23

相談は無料 TEL 222-0102



## その他

### ●緊急時あんしんシート

概要：高齢者が急病などの緊急時に、救急隊等に必要な情報を伝えられるように、基本情報や緊急連絡先などを『緊急時あんしんシート』に記載し、自宅の冷蔵庫に貼付して、自ら緊急時に備えられるよう、必要な方に配布します。

対象者：65歳以上でひとり暮らしの方、65歳以上の高齢者のみの世帯の方

お問合せは 長寿福祉課 TEL 220-2288 FAX 260-7192  
 金沢市地域包括支援センター(裏面参照)

相談は無料 各相談連絡先まで

### ●福祉用具・住宅改修等に関する相談

身体機能に合った福祉用具の選定や住宅改修の支援、各種福祉情報の提供を行います。  
 開館時間：午前10時~午後7時 休館日：火曜日・年末年始(12月29日~1月3日)

お問合せは 金沢福祉用具情報プラザ TEL 234-9900 FAX 234-2300  
 本町1-10-1 ルキーナ金沢1F・2F

### ●成年後見制度に関する相談

認知症などにより、判断能力が不十分な方の財産管理や身上監護(介護、施設への入退所などの生活について配慮すること)についての契約や遺産分割などの法律行為に関すること

お問合せは 金沢権利擁護センター TEL 231-3521 FAX 231-3560  
 (高齢者等権利擁護窓口) 高岡町7-25(金沢市社会福祉協議会)  
 金沢家庭裁判所 TEL 221-3225 FAX 221-3148  
 (後見係直通) 丸の内7-1

### ●介護保険に関する苦情相談

介護保険サービスなどの苦情に、権利擁護委員などがご相談を受けます。  
 月曜日~金曜日

お問合せは 介護保険課 TEL 220-2264 FAX 220-2559  
 広坂1-1-1

# 金沢市地域包括支援センター

金沢市地域包括支援センターでは、専門の相談員（社会福祉士、保健師、主任介護支援専門員等）が、介護予防や高齢者の方の抱える問題等について相談をお伺いしています。  
地域の皆さんに一番身近な窓口として、お気軽にご利用ください。

高齢者のお住まいの地域を担当するセンターにご相談ください。

センター名	担当地域 (地区民生委員児童委員協議会担当地域)	電話番号	FAX	住 所
きしかわ	森本	257-7878	257-7200	岸川町ほ5 金沢朱鷺の苑内
ふくひさ	小坂、千坂	293-2913	293-1480	小坂町中83 浅ノ川総合病院内
かすが	浅野、森山、夕日寺	253-4165	253-4170	鳴和1-1-10 城北ショッピングセンター内
おおてまち	松ヶ枝、此花、瓢箪、馬場	263-5517	263-5721	大手町9-1 小池病院デイケアセンター内
さくらまち	材木、味噌蔵	222-5722	224-0189	桜町24-30 宗広病院内
たがみ	犀川、湯涌、浅川 ※1	231-8025	231-8026	田上本町力45-1 ピカソ内
もろえ	諸江、浅野川、川北	293-5084	293-5078	沖町ハ15 金沢病院内
くらつき	鞍月、粟崎、大野、金石	237-8063	237-8186	鞍月東1-6 シニアホームみらい鞍月内
えきにしほんまち	戸板、大徳	233-1873	233-1874	駅西本町6-15-41 金沢西病院内
ひろおか	長町、長土堀、芳斉、長田、西	234-2129	234-7722	広岡2-1-7 中央金沢朱鷺の苑内
かみあらや	押野、西南部、三和	269-0850	269-0524	上荒屋1-39 やすらぎホーム内
きたづか	米丸、二塚、安原	240-4604	249-2252	北塚町西475 デイサービス朱鷺の苑二塚内
とびうめ	新竪、小立野	231-3377	231-3112	飛梅町2-1
みつくちしんまち	十一屋、菊川、崎浦、内川 ※2	263-7163	263-7253	三口新町1-8-1 陽風園内
ながさか	泉野、長坂台	280-5111	280-5123	泉野出町1-22-26 Belle2ビル内
いずみの	野町、中村、弥生、新神田	259-0522	242-1129	泉野町6-15-5 泉野福祉健康センター内
ありまつ	三馬、米泉	242-5510	242-9070	有松5-2-24
やましな	富樫、伏見台	241-8165	241-1178	山科町午40-1 シニアマインド21内
まがえ	額、扇台、四十万	298-6964	298-6984	馬替2-124-1 シェーネアルト内

※1、※2には、別途窓口センターを設置しております。

※1 上辰巳町10-211-1 第二金沢朱鷺の苑内 TEL 229-3737  
FAX 229-8080

※2 三小牛町24-3-1 第三万陽苑内 TEL 280-6785  
FAX 280-0061

ありがとう 素直に言える 明るい未来  
にっこりと 差し出す手と手の あたたかさ  
(福祉のつどい 2015 金沢 標語優秀作品)

## 金沢市長寿福祉課 地域包括ケア推進室

〒920-8577 金沢市広坂1-1-1 TEL 220-2288 FAX 260-7192

## 社会福祉法人 金沢市社会福祉協議会

〒920-0864 金沢市高岡町7-25 金沢市松ヶ枝福祉館内 TEL 231-3571  
FAX 231-3560