お問い合わせ・相談窓口

要介護認定、介護サービス、介護予防サービスに関すること

- 市役所高齢福祉課
  高齢福祉係、地域支援係、介護保険係、介護認定係　☎ 042-378-2111
- 稲城市地域包括支援センターひらお
  （お住まいの地域　坂浜　平尾）　☎ 042-331-6088
- 稲城市地域包括支援センターやのくち
  （お住まいの地域　押立　矢野口）　☎ 042-379-8575
- 稲城市地域包括支援センターエレガントもむら
  （お住まいの地域　大丸　東長沼　百村）　☎ 042-379-5500
- 稲城市地域包括支援センターこうようだい
  （お住まいの地域　向陽台　長峰　若葉台）　☎ 042-370-0040
- 市内の指定居宅介護支援事業者（ケアマネジャー）　☎ 37ページ参照

介護サービスの利用に関するお困りのことや苦情

- 東京都国民健康保険団体連合会苦情相談窓口　☎ 03-6238-0177

東京都の介護保険制度相談窓口

- 東京都福祉保健局高齢者施策推進部介護保険課　☎ 03-5320-4597

インターネットで介護・高齢福祉に関する情報が公表されています

- 稲城市ホームページ（https://www.city.inagi.tokyo.jp/）
  稲城市の公式サイトです。各種手続きのご案内、生活情報のお知らせ、観光・イベント情報を発信しています。
- 稲城市在宅医療介護連携マップ（https://www.inagi-map.com/）
  稲城市内の4つの圏域ごとに、医療機関、介護サービス事業所をまとめたマップ（地図）です。
- とうきょう福祉ナビゲーション（https://www.fukunavi.or.jp/fukunavi/）
  東京の福祉のポータルサイトです。福祉サービスを利用する際に必要とされる様々な情報を提供しています。
- これって認知症?わたしも認知症?（https://fishbowlindex.net/inagin/）
  簡単にできる認知症チェックです。（利用料は無料、通信料は自己負担です。）
- 厚生労働省ホームページ（https://www.mhlw.go.jp）
  厚生労働省の取り組んでいる政策情報、報道発表資料、統計情報、厚生労働白書について紹介しています。

発行　令和8年8月　稲城市福祉部高齢福祉課
〒206-8601　東京都稲城市東長沼2111　☎042-378-2111

高齢福祉係（介護予防事業、理美容券、みどりクラブなどに関すること）
地域支援係（高齢者の相談などに関すること）
介護保険係（介護保険料、給付などに関すること）
介護認定係（要介護認定、介護認定調査などに関すること）



©K.Okawara - Jet Inoue



©K.Okawara - Jet Inoue

みんないきいき 稲城市の 高齢者サービスのしおり



稲城市

もくじ

しくみ

稲城市の高齢者サービスを受けるまで …… 3
介護保険のしくみ …… 6
高齢者のご相談は「地域包括支援センター」へ …… 7

保険料

介護保険料の決め方・納め方 …… 8
介護保険サービス・介護保険料に関する税金の控除について …… 12
介護保険料の減免について …… 13

健康づくりと社会参加

一般介護予防事業 …… 14
高齢者の交流の場 …… 16
活動の場 …… 17
仕事と生きがい …… 29

申請

介護サービスの利用には申請が必要です …… 31
市内のケアマネジャーがいる事業所一覧 …… 37

利用

介護予防・日常生活支援総合事業 …… 38
介護サービスの種類 …… 39

費用

サービスにかかる費用 …… 51
サービス利用料の軽減について …… 55

事業所ガイド

事業所ガイド …… 56

介護保険外サービス

稲城市で受けられるその他のサービス …… 75
生活支援のためのサービス …… 76
住まいと暮らし …… 84

連絡先一覧

連絡先一覧 …… 87
高齢者の権利擁護のしくみ …… 90
お問い合わせ・相談窓口 …… 裏表紙

稲城市の高齢者サービスを受けるまで

介護保険サービスに加え、介護予防事業や生活支援サービスを一体的に行うことにより、サービスを受ける方の状態や希望に応じ、制度間の切れ目なく必要なサービスが受けられるようになりました。

サービスと利用者の区分

サービス利用者の区分は「事業対象者」、要支援１・2、要介護１～５があります。
事業対象者とは、基本チェックリスト（25 項目）に該当（生活機能の低下が見られた人）し、地域包括支援センター等にサービス・活動事業を利用する必要があると判断された人をいいます。

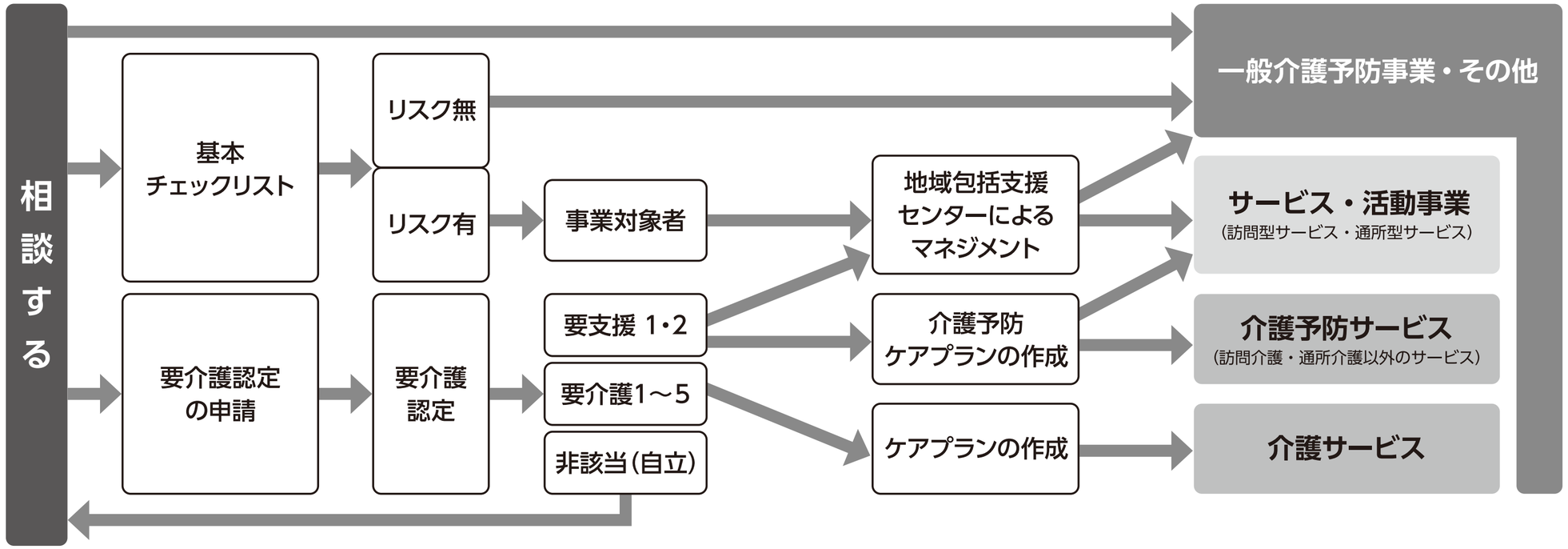
※ただし、介護予防ケアマネジメント依頼届出書の提出が必要です。
なお、サービス・活動事業以外の介護保険サービスの必要性が生じた場合は、認定申請をして区分を変更することが可能です。

基本チェックリストとは？

日常生活に必要な機能の低下を確認するための質問票です。運動や栄養、口腔機能、もの忘れなどの 25 項目についての回答をもとに介護予防の必要性を判定します。

サービス利用者の区分	事業対象者	要支援１・2	要介護１～５
該当方法	基本チェックリストに該当し、地域包括支援センター等がサービスの利用が必要と判断した場合	認定申請をして介護認定審査会を経て「認定」を受けること	認定申請をして介護認定審査会を経て「認定」を受けること
利用できるサービス	○サービス・活動事業 ○（65 歳以上の人：一般介護予防事業）	○介護予防サービス ○サービス・活動事業 ○（65 歳以上の人：一般介護予防事業）	○介護サービス ○（65 歳以上の人：一般介護予防事業）
支給限度額	要支援１と同様	認定区分ごとに設定あり	認定区分ごとに設定あり

サービスを利用するには



稲城市で受けられるサービス

稲城市では、すべての人が元気に暮らしていけるよう、介護保険をはじめとしてさまざまなサポートを行っております。その主なサービスは以下のとおりです。それぞれの方に合ったサービスを受けることで、住み慣れた地域でいつまでもイキイキと自立して生活していくことが可能となりますので、ぜひお役立てください。

対象 65歳以上のすべての方

① 一般介護予防事業

14ページから

65歳以上のすべての方が受けられるプログラムです。主に自立した生活を送っている方が、今後も同じように元気に暮らせるようにするための事業です。

対象 要支援1・2の認定を受けた方、事業対象者

② サービス・活動事業

38ページ

要介護（要支援）認定で要支援1・要支援2の認定を受けた方及び生活機能に関するチェックリストで生活機能の低下が見られ、サポートが必要であると認められた方が受けられるサービスです。

対象 要介護1～5、要支援1・2の認定を受けた方

③ 介護保険を使ったサービス

39ページから

介護保険を使ったサービスを受けるためには、要介護（要支援）認定を受けて「介護を要する状態にある」と判定されることが必要となります。介護や支援が必要な度合いに応じて、さまざまな介護に関するサ ービスを受けられます。

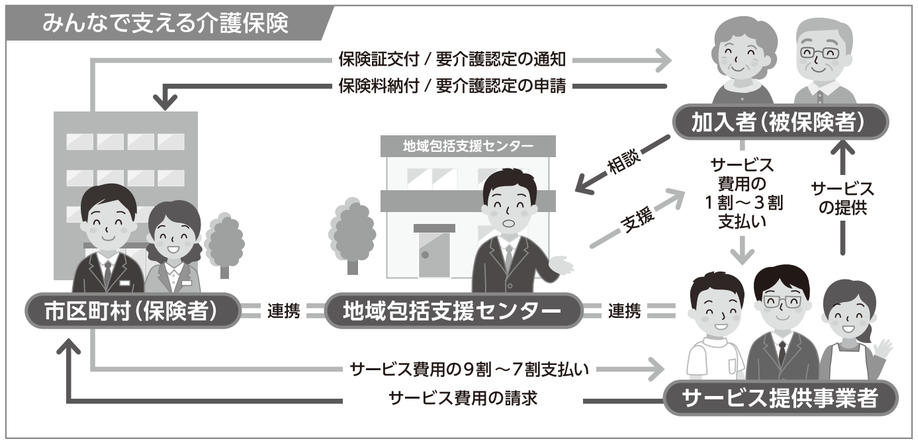
④ その他のサービス

75ページから

市・社会福祉協議会や民間事業者がその人のニーズに応じたさまざまなサービスを提供しています。受けられるサービスによって、どのような人が受けられるか条件が決まっていますので、ご確認ください。

介護保険のしくみ

介護保険は、みなさんがいつでも安心して暮らせるようにするための制度です。運営は市区町村が主体となって行い、40 歳以上の方が加入者として保険料を出し合って、介護を必要とする方がサービスを利用できるしくみになっています。



介護保険の被保険者は、年齢で2つに分けられます

65歳以上の方
（第１号被保険者）



介護サービスを利用できるのは…

介護が必要と認定された方です。
（病気やけがなど介護が必要になった原因にかかわらず、介護サービスの対象となります。）



保険証は 65 歳の誕生日を迎えた方に交付されます。

医療保険に加入している
40～64歳の方
（第２号被保険者）



介護サービスを利用できるのは…

加齢が原因とされる病気（特定疾病）により介護が必要と認定された方です。
※特定疾病の詳細については32ページ参照



保険証は、要介護・要支援の認定を受けた方に交付されます。

負担割合証が発行されます
要介護・要支援の認定を受けた方と事業対象の方に、サービスの負担割合（1 割～3 割）を記載した「介護保険負担割合証」が発行されます。**（51ページ参照）**

高齢者のご相談は「地域包括支援センター」へ

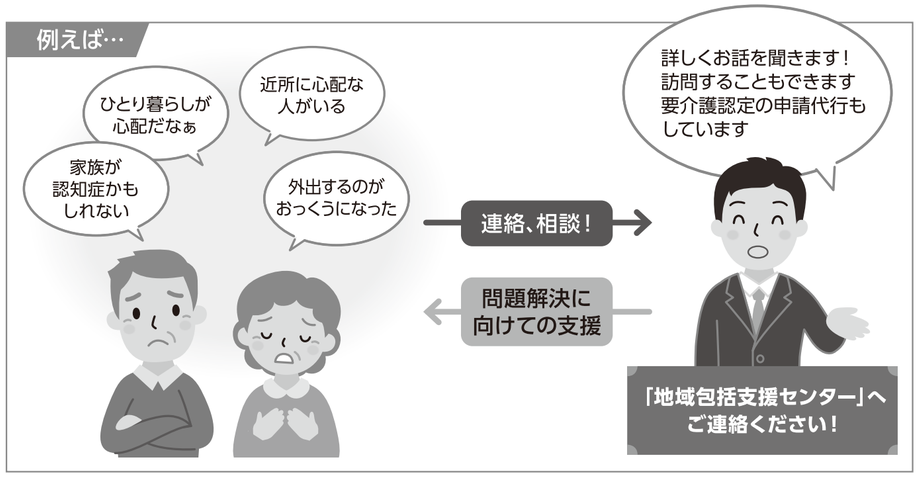
ご連絡いただければ、ご自宅等にお伺いします！

地域包括支援センターは、市からの委託を受け、高齢者の方が住み慣れた地域で、その人らしく暮らし続けられるように、介護・福祉・保健・医療などのさまざまな面で支援を行うための総合相談機関です。

保健師（地域ケア・地域保健等に関する経験のある看護師）、主任ケアマネジャー、社会福祉士の専門職が連携し、総合的に支援します。

主な業務内容

1. さまざまな相談をお受けします
2. 介護予防のための支援をします
3. 高齢者の尊厳と権利を守り、虐待の防止に取り組みます
4. 地域のネットワークづくりを支援します
5. 要介護認定で「要支援1」「要支援2」の認定を受けた方、事業対象者の方のプランを作成します



地域別で担当しています

坂浜・平尾

地域包括支援センターひらお
【住所】平尾2-49-20（ひらお苑内）
【電話】042-331-6088

押立・矢野口

地域包括支援センターやのくち
【住所】矢野口1659-4 ストリームサイドスズキ1 階
【電話】042-379-8575

大丸・東長沼・百村

①地域包括支援センター エレガントもむら
【住所】百村 255（いなぎ苑内）
【電話】042-379-5500

②出張所
【住所】東長沼451
【電話】042-401-7250
【受付日時】月・水・金 10:00～14:00

向陽台・長峰・若葉台

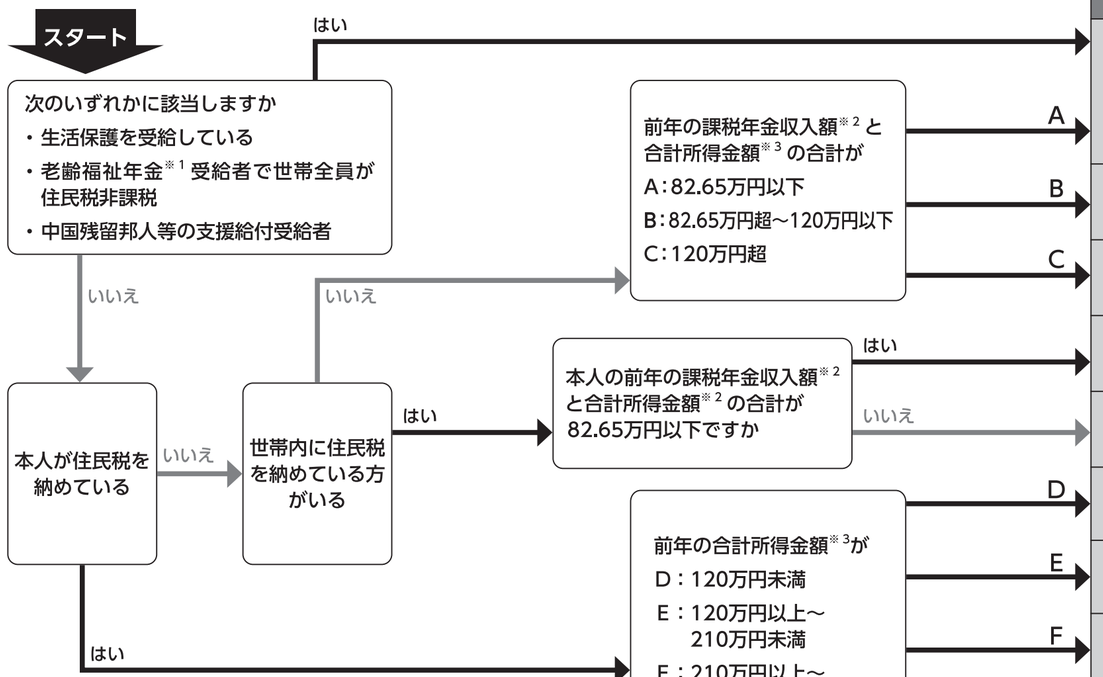
地域包括支援センターこうようだい
【住所】向陽台3-7-2【電話】042-370-0040

介護保険料の決め方・納め方

介護保険料の決め方と納め方は、65歳以上の方と40～64歳の方でそれぞれ異なります。

65歳以上の方（第1号被保険者）の場合

決め方 介護保険料は前年の所得と世帯員の住民税課税状況に応じて決まります。



※1 **老齢福祉年金**　明治44年（1911年）4月1日以前に生まれた方、または大正5年（1916年）4月1日以前に生まれた方で一定の要件を満たしている方が受けている年金です。

※2 **課税年金収入額**とは、老齢・退職年金など、課税対象となる年金の収入金額をいい、遺族・障害年金などの非課税年金は含まれません。

※3 **合計所得金額**　「収入」から「必要経費など」を控除した額です。所得段階が第1～5段階の方の合計所得金額は、年金収入に係る雑所得差し引き後の金額です。分離譲渡所得がある方の合計所得金額は、特別控除額差し引き後の金額です。

＊第1段階から第5段階の合計所得金額は、年金収入に係る雑所得を差し引いた額となります。

●令和8年度の介護保険料算定においては、令和7年度税制改正の影響を受けないよう、合計所得金額および住民税課税・非課税の判定について調整を行うため、住民税非課税でも課税扱いとなる場合があります。

●65歳以上の方の保険料は、3年ごとに稲城市で必要な介護サービス費用をまかなうために算出された基準額を定めています。

基準額（月額） ＝ （稲城市の介護サービス総費用のうち65歳以上の方の負担分（3年分）） ÷ （稲城市の65歳以上の方の人数） ÷ 36ヵ月

保険料区分	該当者		基準額に対する割合	年額保険料
第1段階	・世帯全員が住民税非課税で、本人の課税年金収入額と合計所得金額の合計が82.65万円以下の方 ・生活保護を受給している方 ・老齢福祉年金受給者で世帯全員が住民税非課税の方 ・中国残留邦人等の支援給付を受給している方		（基準額）×0.248	※3 **16,600円**
第2段階	世帯全員が住民税非課税	・本人の課税年金収入額と合計所得金額の合計が82.65万円を超え120万円以下の方	（基準額）×0.429	※3 **28,800円**
第3段階		・本人の課税年金収入額と合計所得金額の合計が120万円を超える方	（基準額）×0.628	※3 **42,200円**
第4段階	世帯に住民税課税者がいて、本人は住民税非課税	・本人の課税年金収入額と合計所得金額の合計が82.65万円以下の方	（基準額）×0.831	**55,800円**
第5段階		・本人の課税年金収入額と合計所得金額の合計が82.65万円を超える方	（基準額）×1.0	**67,200円【基準額】**
第6段階	本人が住民税課税	・本人の合計所得金額が120万円未満の方	（基準額）×1.2	**80,600円**
第7段階		・本人の合計所得金額が120万円以上210万円未満の方	（基準額）×1.3	**87,300円**
第8段階		・本人の合計所得金額が210万円以上320万円未満の方	（基準額）×1.5	**100,800円**
第9段階		・本人の合計所得金額が320万円以上420万円未満の方	（基準額）×1.7	**114,200円**
第10段階		・本人の合計所得金額が420万円以上520万円未満の方	（基準額）×1.9	**127,600円**
第11段階		・本人の合計所得金額が520万円以上620万円未満の方	（基準額）×2.1	**141,100円**
第12段階		・本人の合計所得金額が620万円以上720万円未満の方	（基準額）×2.3	**154,500円**
第13段階		・本人の合計所得金額が720万円以上の方	（基準額）×2.4	**161,200円**

※3　第1～3段階は、公費による負担軽減後の金額です。（軽減前は第1段階が28,000円、第2段階が42,200円、第3段階が42,500円）

65歳以上の方（第1号被保険者）の保険料の場合

納め方 年金の額によって変わります。

年金を一定額以上受給されている方は原則、特別徴収（年金からの天引き）です。個人で納め方を選ぶことはできません。

年金の年額が 18 万円以上（月額1万5千円以上）の方

特別徴収（年金からの天引き）



- ●年金の定期払い（年6回）の際に、あらかじめ差し引かれます。
- ●4・6・8月は前年度2月分と同じ保険料額を納めます（仮徴収）。
- ●10・12・2月は、前年の所得などをもとに算出された保険料額から、仮徴収分を除いた額を振り分けて納めます（本徴収）。

年金の年額が 18 万円以上でも、こんなときは普通徴収になります

- ◎ 65 歳になってから一定期間
- ◎他の市区町村より転入してから一定期間
- ◎年度の途中で保険料額が変更となったとき
- ◎年金の受給を遅らせているときなど

※特別徴収の対象となる年金は、老齢・退職年金、遺族年金、障害年金です。

年金の年額が 18 万円未満（月額1万5千円未満）の方

普通徴収（口座振替または納付書払い）

市から送付される納付書の納期に従って、金融機関やコンビニエンスストア、スマートフォン決済アプリ等で個別に納めます。

保険料の納付には
口座振替
がおすすめです

手続き ・保険料納付書・通帳・印かん（通帳の届出印）を持って、指定の金融機関でお申し込みください

ペイジー口座振替受付サービス

市役所の窓口で専用端末に**キャッシュカード**を通し、暗証番号を入力するだけで口座振替の申し込みが完了するサービスです。

※お申し込みには、運転免許証などの本人確認できるものと、登録する金融機関のキャッシュカードが必要です。お申し込みは市役所介護保険係・平尾出張所・若葉台出張所の各窓口へお越しください。
※ペイジー取扱金融機関：みずほ・三菱UFJ・三井住友・横浜・きらぼし・ゆうちょ　の6銀行

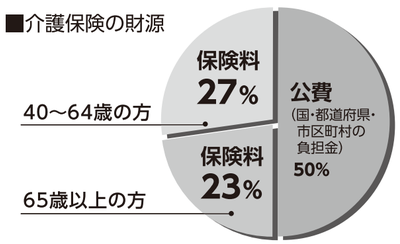
POINT 保険料は、65歳の誕生日の前日の属する月の分から納めます

例1 11月1日生まれの人は▶10月分から納めます
例2 11月2日生まれの人は▶11月分から納めます

介護保険はみなさんと社会全体で支えている制度です。

介護保険の運営に必要な財源は、国、都道府県、市区町村が半分を負担し、残りの半分を介護保険加入者が保険料として負担することになります。

■介護保険の財源



40～64歳の方（第2号被保険者）の場合

● 加入している医療保険によって異なります



	国民健康保険に加入している方	職場の医療保険などに加入している方
決め方	国民健康保険税の算定方法と同様に、世帯の被保険者の所得と人数に応じて世帯ごとに決まります。	加入している医療保険ごとに設定される介護保険料率と給料（標準報酬月額）および賞与に応じて決められます。
納め方	医療分と介護分を合わせて、国民健康保険税として世帯主が納めます。金融機関やコンビニエンスストアでの支払いや口座振替のほか、モバイルレジ、スマートフォン決済アプリ等もご利用いただけます。	医療保険の保険料と介護保険料を合わせて、給料および賞与から差し引かれます。

知っておきたい 介護保険 Q&A

Q 保険料を納めないとどうなるの？



A 特別な事情がなく保険料の滞納が続くと、日数に応じた延滞金が加算される場合や、地方税法に基づく滞納処分として、財産が差し押さえられる場合があります。また、未納期間に応じて次のような措置が取られます。納付書で納める方は、納め忘れにご注意ください。

1 年以上滞納した場合

利用者が費用の全額をいったん自己負担し、申請によりあとで保険給付（費用の9割、8割または7割）が支払われる形となります。
*支払い方法の変更が介護保険証に記載されます。

1 年 6 か月以上滞納した場合

利用者が費用の全額を負担し、申請後も保険給付の一部または全部が一時的に差し止めとなる措置がとられます。なお滞納が続くと、保険給付から滞納していた保険料額が差し引かれる場合もあります。

2 年以上滞納した場合

滞納した期間に応じて、利用者負担が引き上げられる※ほか、高額介護サービス費の支給が受けられなくなります。

*利用者負担 1 割・2 割の方は 3 割、利用者負担 3 割の方は 4 割となります。

災害などの特別な事情で納付が困難な方は、保険料の減免などを受けられる場合もありますので、市役所の窓口へご相談ください。

介護保険サービス・介護保険料に関する税金の控除について

◉介護保険サービスは、医療費控除の対象となるものがあります。

・所得税、市・都民税の医療費控除の対象です。領収書が必要です。

・高額介護サービス費や、保険からの払い戻しなど利用料の補てんがある場合は、支払った金額から補てんされる額を差し引いて申告してください。

介護サービス利用者負担額	施設		介護老人福祉施設（特別養護老人ホーム）	（1割～3割の自己負担額+食費、居住費の自己負担額）の2分の1が対象です。
			地域密着型介護老人福祉施設（特別養護老人ホーム）	
			介護老人保健施設	1割～3割の自己負担額+食費、居住費の自己負担額が対象です。
			介護医療院	
	居宅サービス	福祉系サービス	訪問介護 定期巡回・随時対応型訪問介護看護 夜間対応型訪問介護 訪問入浴介護・介護予防訪問入浴介護 通所介護 認知症対応型通所介護・介護予防認知症対応型通所介護 小規模多機能型居宅介護・介護予防小規模多機能型居宅介護 看護小規模多機能型居宅介護 短期入所生活介護・介護予防短期入所生活介護（ショートステイ） 地域密着型通所介護 訪問型サービス（生活援助中心型を除く） 通所型サービス（生活援助中心型を除く）	1割～3割の自己負担額 ※ただし、居宅サービス計画（ケアプラン）に位置づけられ、医療系サービスと一緒に利用していることが前提です。 次の費用は対象となりません。 ○保険給付の支給限度額超過分 ○通所介護の食費 ○短期入所生活介護・介護予防短期入所生活介護の食費と滞在費
		医療系サービス	居宅療養管理指導・介護予防居宅療養管理指導 訪問看護・介護予防訪問看護 訪問リハビリ・介護予防訪問リハビリ 通所リハビリ・介護予防通所リハビリ（デイケア） 短期入所療養介護・介護予防短期入所療養介護	1割～3割の自己負担額 ＋ 食費の自己負担額（通所リハビリ、介護予防通所リハビリ） ＋ 滞在費・食費にかかる自己負担額（短期 入所療養介護・介護予防短期入所療養介護） 保険給付の支給限度額超過分(全額自己負担となった部分)も控除の対象となります。

◉おむつ代は医療費控除の対象となる場合があります。

〈必要書類〉

●医師のおむつ使用証明書※ ※稲城市が交付する確認書でも可能です。ただし、要介護認定を受けていて、主治医意見書にて要件に該当していることが確認できる場合に限ります。

●おむつ代の領収書

◉寝たきり高齢者や認知症高齢者に障害者控除が適用されます。

対象は、要介護認定を受けた65歳以上の方で、身体障害者の障害の程度に準ずる方、6ヵ月以上寝たきり、または認知症で日常生活に支障のある方です。

【高齢福祉課 介護認定係までお問い合わせください。2階 ③窓口】

◉介護保険料は、社会保険料控除の対象です。

【本人または同世帯のご家族に限り、納めた金額を高齢福祉課 介護保険係で確認できます。ご自身の身分証明書をお持ちください。2階 ③窓口】

介護保険料の減免について

◉特に生計が困難と認められる場合 申請が必要です

次のすべてを満たす方で、市長が「生計困難」と認めた方が対象となります。

①住民税非課税世帯の方。

②生活保護を受けていない方。

③中国残留邦人等支援給付を受けていない方。

④世帯の年間収入が基準収入額（単身世帯の場合は150万円とし、世帯の構成員1人につき50万円を加算した額）以下であること。

⑤世帯の預貯金額が基準預貯金額（単身世帯の場合は350万円とし、世帯の構成員1人につき100万円を加算した額）以下であること。

⑥現在、住んでいる住居以外の資産がないこと。

⑦住民税課税者の扶養親族および医療保険の被扶養者（遠隔地扶養も含む）になっていないこと。

⑧介護保険料を滞納していないこと。

◉災害により住居等に損害を受けた場合 申請が必要です

対象地域・要件がありますのでお問い合わせください。

一般介護予防事業

「まだ大丈夫」と感じる時からスタートを。いつまでも自分らしく毎日を楽しむために市で開催している教室を活用しましょう。

お問い合わせ▶　高齢福祉係･地域支援係　TEL 042-378-2111　内線 222･228

体力測定会	ご自身の健康状態や体力を測定してみましょう。転倒に不安のある方でも、体力に自信のある方でもご参加いただけます。今後の健康づくりに役立てる機会にしてください。
転倒骨折予防教室	いつまでも自立した生活を送るために、普段使わない筋肉を動かして、心も体もリフレッシュしましょう。市内の自主グループの紹介もしています。お問い合わせください。
栄養教室	栄養バランスのとれた簡単な料理や食事のとり方を管理栄養士が教えます。介護予防や脳の活性化に役立つ知識も学べます。料理が苦手な方や男性もお気軽にご参加ください。
口腔教室	「口の渇きやむせが気になる」「固いものが食べにくくなった」ということはありませんか？ 肺炎予防ができる口腔ケアや食生活のポイントを歯科衛生士が教えます。
複合教室	からだづくりに必要な、運動、食事、口腔ケアをトータルで学べる総合講座です。
体操教室	健康の維持・向上を目的とし、イスに座ってできるストレッチや筋力トレーニングなどを行います。また、口腔体操や脳トレにも取り組むことができます。
認知症予防教室	地域活動をとおして、認知症の予防に取り組みませんか。頭も体もイキイキできるようになる教室です

✲いつまでも元気でいるための3つの柱✲

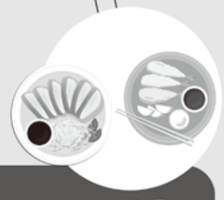
この3つはお互いに影響し合っているため、バランス良く生活に取り入れましょう。毎日無理なく取り組むことが明日の笑顔につながります。

【社会参加】
ボランティアや趣味活動など目的は何でもOK。積極的に外出をし、家族以外ともおしゃべりをしましょう。





【運動】
長時間、座りっぱなしにならないようにしましょう。家事やウォーキングで体を動かす習慣を。



【栄養（口腔機能）】
たんぱく質を意識して、バランス良く食べましょう。
定期的な歯科受診で、歯と口の状態のチェックを。



気になることがあったら地域包括センターに相談ください

高齢者の交流の場

押立の家・木曜サロンいなぎ・平尾20（にーまる）クラブ・長峰西地区火曜会

話し相手や仲間づくりなどができる高齢者の交流の場です。気軽におこしください。
地域とのつながりを目指して、地域の方がボランティアとして参加し、高齢者と一緒になって活動内容を考えています。

利　用　料　無料

お問い合わせ▶　地域支援係　TEL 042-378-2111　内線 220･228

名称	場所	開所日	開所時間
押立の家	押立 728-8	毎週　火・水・木・金曜日	午前 10 時～午後 3 時
		隔週　土曜日	午後 1 時～ 3 時
木曜サロンいなぎ	地域包括支援センター エレガントもむら出張所	毎週　木曜日	午前 10 時～正午
平尾２０（にーまる）クラブ	平尾住宅 20 号棟 集会室	毎週　木曜日	午前 9 時 30 分～正午
長峰西地区火曜会	長峰西地区 自治会館	毎週　火曜日	午後 1 時 30 分～3 時

支え合いの地域づくりをしています（生活支援コーディネーター）

誰とも会話をしない日が多い、困ったときに頼る人がいないなど、社会から孤立し、日常生活に不安を感じている高齢者等が増えています。近所で誰でもお茶飲みや軽い運動ができるような居場所が増えると、交流がうまれ支え合いの輪が広がります。市や地域包括支援センターにいる生活支援コーディネーター（地域支え合い推進員）が、地域の方々や社会福祉協議会などの関係機関と一緒に、住み慣れた地域で安心して暮らし続けることができるよう、支え合いの地域づくりを実施しています。

活動の場

坂　浜
平　尾　の活動の場…… 18

押　立
矢野口　の活動の場…… 20

大　丸
東長沼　の活動の場…… 22
百　村

向陽台
長　峰　の活動の場…… 24
若葉台

坂浜・平尾の活動の場

		種類	名　称	場　所	主　催	対象者	活動日時	活動内容	コメント
坂浜	❶	居場所	100円 カフェ	はじめのいっぽ (コーポソレイユ1階)	NPO法人 はじめの いっぽ	どなたでも	第1・第3水曜日 11:00～12:00 第2・第4月曜日 13:00～15:00	おしゃべり・たまに手芸・将棋・体操	挽きたてのコーヒー、たまに手作りクッキー付き。皆さんおしゃべりが大好きです
	❷	居場所	よりあい デイサービス	はじめのいっぽ (コーポソレイユ1階)	NPO法人 はじめの いっぽ	どなたでも	第1・第3日曜日 10:00～ 15:00	体操・うた・手工芸など	1日ゆっくり楽しく過ごしましょう
	❸	体操	つくしんぼ	はじめのいっぽ (コーポソレイユ1階)	地域住民	どなたでも	毎週水曜日 10:00～11:00	転倒骨折予防体操　他	皆さんー緒に貯筋しましょう。 1回100円です
	❹	体操	サークル りんどう	石川道場	地域住民	どなたでも	毎週火曜日 13:30～15:00	転倒骨折予防体操やラジオ体操の他にも、交流を楽しみながら活動しています	令和2年11月に誕生した新しいグループです。交流を楽しみながら活動しています

お問い合わせ▼
地域包括支援センターひらお　TEL 042-331-6088
稲城市役所　高齢福祉課高齢福祉係　TEL 042-378-2111　内線 222

		種類	名　称	場　所	主　催	対象者	活動日時	活動内容	コメント
平尾	❶	居場所	うたカフェ	平尾住宅 34号棟2階 集会所	地域住民	どなたでも	毎月第2日曜日 13:30～15:00	アコーディオンの伴奏で歌を歌う交流の場	歌好きな方是非お立ち寄りください。お待ちしています
	❷	居場所	ボイス トレーニング	平尾住宅 34号棟2階 集会所	地域住民	どなたでも	毎月第3日曜日 13:30～15:00	発声方法を学び脳と身体の活性化をはかる	歌やリズムを学び、楽しく過ごしましょう
	❸	居場所	カフェ いしだ さんち	石田氏宅 (平尾2-34-6)	NPO法人 支え合う会 みのり	どなたでも	毎月第1日曜・ 第3土曜日 13:00～	合唱・体操・ゲーム・おしゃべりをコーヒーで楽しむ	ご近所の輪を広げお互い声を掛け合う仲間作りを目指しています
	❹	居場所	宅分 カフェ テラス	平尾宅地 分譲自治会館	自治会有志	自治会会員 参加費 100円	毎月第4水曜日 13:30～15:30	おしゃべりして大きな声で笑って元気になっていただけたらと思っています	オープンして9年になります。楽しいひと時を過ごして頂けたらと思っています
	❺	居場所	お茶飲み会	平尾住宅 50号棟集会所 64号棟集会所	平尾ベルの会＋地域のボランティア	どなたでも 参加費 100円	第1・第3火曜日 (64号棟) 第2・第4木曜日 (50号棟) 13:30～15:00	おしゃべり・歌・紙芝居・体操・折り紙・麻雀・百人一首　他	午後のひとときを近所の方々とおしゃべりをして楽しく過ごしましょう
	❻	居場所	四季の会	黒髪氏宅 (平尾1-11-16)	地域住民	歩いて来られる方	毎月第4木曜日 14:00～16:00	童謡・唱歌・歌謡曲・演歌まで歌ったりおしゃべりを楽しむ会	お気軽にお立ち寄りください
	❼	居場所	ボタニカル	平尾住宅 34号棟 2階集会所	地域住民	どなたでも	毎月第2水曜日 9:30～14:00	草花の絵を描きながら、楽しく活動しています	道具と昼食は各自でご持参下さい

		種類	名　称	場　所	主　催	対象者	活動日時	活動内容	コメント
平尾	❽	体操	おたっしゃ 18グループ	平尾住宅 27号棟 集会所	地域住民	どなたでも 参加費 100円	毎週金曜日 (月4回) 14:00～15:00	転倒骨折予防体操の他、簡単な脳トレなど	お互いに刺激しあって継続することが健康への第一歩
	❾	体操	すこやか 体操	平尾宅地分譲 自治会館	地域住民	自治会会員	毎月 第2・第4木曜日 14:00～15:30	一人で頑張っている人達を仲間に入れてテンコツ体操をし、ラジオ体操で仕上げています	遠くまで出かけるのに限界がきた時の為に、近場で居場所の体制を整えておきたい
	❿	体操	りんごの会	平尾住宅 34号棟2階 集会所	地域住民	どなたでも	毎週火曜日 10:00～11:30	転倒骨折予防体操・呼吸ストレッチ・筋力トレーニング・リズム体操	交流や仲間作りで元気と笑顔が目標です
	⓫	体操	平尾 はつらつ会	ちびっこ広場	地域住民	どなたでも	毎週火曜日 10:00～	転倒骨折予防体操の他ラジオ体操・リズム体操なども取り入れながら楽しく運動しています	平成31年3月に誕生した新しいグループです
	⓬	体操	マイフレンド	ふれんど平尾	地域住民	どなたでも	毎週木曜日 13:30～15:00	転倒骨折予防体操を行いながら、交流も楽しんでいます	令和2年10月に活動を始めました
	⓭	体操	ランドクラブ	ランドシティ 新百合ヶ丘	地域住民	マンション 住民	毎週水曜日 13:30～15:00	転倒骨折予防体操　他	令和4年春から活動開始し、週1回集まるのを楽しみに体操しています
	⓮	居場所	ひらお ハッピー会	平尾住宅 34号棟 2階集会所	地域住民	どなたでも 参加費 300～ 500円	第4日曜日 13:30～15:00	ライブ＆歌唱喫茶	昔の歌声喫茶のような楽しい集いです
	⓯	居場所	笑歌輪歌	ふれんど平尾	地域住民	どなたでも	第4日曜日 10:00～12:00	音楽を通したふれあいの機会をつくり、世代を超えて交流が広がる	歌・音楽を通したふれあいでフレイル予防につながっています
	⓰	居場所	宮良さんの ピアノ	第三文化 センター 集会室		どなたでも	毎月 第1・第4木曜日 10:00～11:30	宮良さんのピアノに合わせて、楽しく歌いましょう	
	⓱	体操	悠ゆうクラブ	平尾自治会館	地域住民	どなたでも ※初回時に 500円	毎週水曜日 13:30～15:00 (第5水曜日は休み)	ゆったり落ち着いた、悠々自適な生活を続けられるよう、和気あいあいと体操をしています ・転倒骨折予防体操	
	⓲		平尾 いきいき体操	平尾住宅 50号棟集会所	地域住民	どなたでも 年間500円	毎月第1土曜日 10:30～11:30	タオル体操と季節の歌を楽しんでいます	介護予防運動指導員の講師の支援で10年以上継続しています
	⓳		月曜笑顔会	平尾住宅 50号棟集会所	地域住民	どなたでも 1か月500円	第1・3月曜日 14:00～15:30	ストレッチ・筋トレ・有酸素運動等基本の座位体操を中心に行っています	介護予防運動指導員の支援で体の状況に合わせて参加できます

お問い合わせ▼
地域包括支援センターひらお　TEL 042-331-6088
稲城市役所　高齢福祉課高齢福祉係　TEL 042-378-2111　内線 222

押立・矢野口の活動の場

押立

	種類	名　称	場　所	主　催	対象者	活動日時	活動内容	コメント
❶	居場所	今井さんち	今井氏宅	地域住民	どなたでも	毎月第２金曜日 ９:30～15:00	小物づくりをしながら楽しくおしゃべり	気軽に集まり、小物作り等を通して交流を楽しんでいます
❷	居場所	アミーゴ！ 旬の簡単グルメ教室	押立の家	地域住民	男性	毎月第4月曜日 (変更有) 10:00～12:00位	主に電子レンジを使用した簡単調理、自分たちで試行錯誤しながら楽しく活動しています	
❸	ラジオ体操	押立ラジオ体操の会	稲城大橋下 ふれあい広場	地域住民	どなたでも	夏休み 開始後1週間と 終了前1週間	ラジオ体操を通じて老若男女の健康維持促進、地域の交流をも深める	ラジオに合わせての体操。日程は自治会を通してお知らせします
❹	体操	元気会 （火曜日①）	押立 ふれあい会館	地域住民	どなたでも	毎週火曜日 9:30～11:00	転倒骨折予防体操。筋トレ・ストレッチ・脳トレ”ロコモ”体操等	男女を問わず、体を動かしたい方は是非お声掛け下さい
❺	体操	元気会 （火曜日②）	押立 ふれあい会館	地域住民	どなたでも	毎週火曜日 13:00～14:30		
❻	体操	元気会 （火曜日③）	押立 ふれあい会館	地域住民	どなたでも	毎週火曜日 13:00～14:30		
❼	体操	元気会 （木曜日①）	押立 ふれあい会館	地域住民	どなたでも	毎週木曜日 9:00～10:30		
❽	体操	元気会 （木曜日②）	押立 ふれあい会館	地域住民	どなたでも	毎週木曜日 10:30～12:00		
❾	体操	楽しい体操	押立の家	地域住民	どなたでも	毎週火曜・金曜 10:00～12:00	DVDを見ながら体操 お手軽ダンベル・ バンド体操等	気楽に楽しくできる体操です。いつでも参加自由です。是非、ご一緒に！！

お問い合わせ▼
地域包括支援センターやのくち　TEL 042-379-8575
稲城市役所　高齢福祉課高齢福祉係　TEL 042-378-2111　内線 222

矢野口

	種類	名　称	場　所	主　催	対象者	活動日時	活動内容	コメント
❶	居場所	むすぶ会	ふらっと カフェ	地域住民	男性	毎月第２水曜日 13：30～15：00 内容によって時間変更あり	タオル体操・情報交換・勉強会（健康）　等	仲間とむすぶ・地域とむすぶ・夢をむすぶ・一緒に楽しみましょう
❷	居場所	ふらっと 絵手紙	ふらっと カフェ	地域住民	どなたでも	毎月最終水曜日 10:00～11:30	うちわや葉書に好きな物を描いて言葉を添える	「絵心がなくてもいいんです」の先生の言葉に和気あいあいと活動してます
❸	体操	つまず カーズ!!	やのくち 正吉苑4階	地域住民	どなたでも	毎週月曜日 13：30～15：00	おしゃべりをしながら、楽しく交流しています。時々ためになる講座あり	元気に仲よくやっています

矢野口

	種類	名　称	場　所	主　催	対象者	活動日時	活動内容	コメント
❹	体操	錦蓉会 （きんようかい） 午前	矢野口 自治会館	地域住民	主に 矢野口在住 概ね 65 歳以上	毎週金曜日 10:00～11:00	転倒骨折予防体操・セラバンド・ボール体操・脳トレ等 稲城繁盛節・矢野口音頭・ありがた山のたぬきさん等の踊りの練習	稲城繁盛節については、体操バージョンと一般の踊りも練習し、地域の盆踊りやイベントで元気一杯踊っています。 毎回の参加者は 25 名前後。笑い声の絶えない、楽しい体操です
❺	体操	錦蓉会 （きんようかい） 午後	矢野口 自治会館	地域住民	矢野口在住 概ね 65 歳以上	毎週金曜日 13:30～14:30		
❻	体操	花蓉会 （かようかい）	矢野口 自治会館	地域住民	主に 矢野口在住 概ね 65 歳以上	毎週火曜日 10:00～11:00		
❼	体操	さくら会	第2 文化センター	地域住民	主に 矢野口在住 概ね 65 歳以上	毎週水曜日 13:00～15:00 （第５週目休）	転倒骨折予防体操・セラバンド・ボール・ビデオ、ＣＤを使ってリズム体操	健康寿命を延ばす為に楽しく続けています
❽	体操	紅葉会	塚戸集会所	地域住民	どなたでも	毎週月曜日 14:00～15:30	転倒骨折予防体操　他	色々工夫しながら楽しく体操しています。 男性参加者もいます
❾	体操	すみれ会	ルネ稲城 集会所	地域住民	マンション 住民	毎週火曜日 13:30～15:00	転倒骨折予防体操 歌も取り入れ、楽しく体操しています	歌も取り入れ、とにかく楽しく体操しています
❿	体操	更に！ 男前体操	やのくち 正吉苑4階		男性	毎週火曜日 10:00～11:30	転倒骨折予防体操 お手軽ダンベル・バンド体操、タオル体操等 筋肉量測定	道具を使ってしっかり効く体操で、かっこいい姿勢を取り戻しましょう！
⓫	体操	しなやか べっぴん 体操	やのくち 正吉苑4階		女性 ☆絶賛募集中	毎週月曜日 10:00～11:30	お手軽ダンベル・バンド体操、タオル体操等 筋肉量測定	いつまでもきれいな姿勢でいられるように、道具を使ってしっかり効く体操をしませんか？
⓬	体操	矢野口地区 ボッチャ 競技会	矢野口 自治会館	地域住民	どなたでも	毎月 第２・第４火曜日 13:00～15:00	ボッチャ協会のルールに基づきチームごとに分かれ競技を行う	競技を通じて健康と運動能力の維持をはかり地域交流の場とする
⓭	ラジオ体操	矢野口地区 ラジオ 体操会	矢野口自治会館 第七小学校校庭 ふれあいちびっこ広場（根方） 宿三谷公園	地域住民	どなたでも	月曜日～金曜日 （土曜・日曜・祝祭日・雨天は休み） 12月・1月・2月は休会	毎朝 6：30～ 10分間 NHKラジオ体操第一放送にあわせる	朝の空気は美味しい！一緒に体操しましょう！ 今後、会場を1箇所増やしたいと思っています

お問い合わせ▼
地域包括支援センターやのくち　TEL 042-379-8575
稲城市役所　高齢福祉課高齢福祉係　TEL 042-378-2111　内線 222

大丸・東長沼・百村の活動の場

大丸

	種類	名称	場所	主催	対象者	活動日時	活動内容	コメント
❶	体操	大丸 さくら会	大丸地区会館	地域住民&民生児童委員	どなたでも	毎週水曜日 14:00～15:30	転倒骨折予防体操をはじめヨガや太極拳、練功等も取り入れてます	皆で協力して、楽しく笑いのあるグループです
❷	体操	おおまる会	都営稲城 第２アパート 集会室	地域住民	どなたでも 参加費有	毎週月曜日 10:00～12:00	基本予防体操・ラジオ体操・口の運動と声出し	活動をするようになってお仲間が増え情報交換でき、楽しみです
❸	体操	なおみの会	大丸自治会館	地域住民	どなたでも	毎月 第1・第３火曜日 10:00～11:30	転倒骨折予防体操 指体操・リズム体操・練功・口の運動・発声	新しい方、お待ちしています
❹	体操	ハッピー	大丸地区会館	みどり クラブ 大丸長寿会	みどり クラブ 長寿会会員	木曜日(月４回) 10:00～11:30	転倒骨折予防体操やボール・セラバンドを使った体操・手足指先を使う脳トレ	毎週先生のご指導のもとに皆さん頑張って出席しております
❺	体操	げんき会	都営 大丸第２ アパート 集会所	団地住人	どなたでも	毎週金曜日 13:00～14:30	椅子に座ってストレッチ体操	とじこもることなく体を動かしお口の体操も楽しみながら健康にと思ってます
❻	体操	かりんの会	大丸地区会館	地域住民	どなたでも	木曜日 15:00～16:30	転倒骨折基本予防体操他	仲良く楽しく助け合って活動しています
❼	体操	シルバー チャレンジ	稲城ハイコーポ	地域住民	どなたでも	月曜日 14:00～15:30	転倒骨折予防体操他	ハイコーポ在住の方は是非！ ご近所の方も参加OKです！
❽	居場所	あさがお	高橋氏宅	地域住民	どなたでも	毎月 第２・第４土曜日 10:00～12:00	体操・朗読・手話・クイズ・ウノなど	少人数で開催しています。大人数が苦手な方は参加ください
❾	居場所	えんがわ	窪田氏宅	地域住民	どなたでも	毎月第４土曜日 10:00～12:00	おしゃべり	令和6年から活動しています どなたでもお気軽にお越しください

お問い合わせ▼
地域包括支援センターエレガントもむら　TEL 042-379-5500
稲城市役所　高齢福祉課高齢福祉係　TEL 042-378-2111　内線 222

東長沼

	種類	名称	場所	主催	対象者	活動日時	活動内容	コメント
❶	居場所	中村さんちの茶の間	中村氏宅	地域住民	どなたでも	毎月 第２・第４土曜日 13:30～15:00	カフェ	どなたでもご自由にお越しください
❷	体操	中村さんちの茶の間	中村氏宅	地域住民	どなたでも	毎週火曜・木曜日 13:30～15:00	転倒骨折予防体操・口腔体操など	どなたでもご自由にお越しください
❸	体操	あすなろ 体操会	東長沼 自治会館	地域住民	どなたでも	毎週水曜日 13:30～15:00	転倒骨折予防体操・ラジオ体操第１第２・歌に合わせて体操	高齢になった時の行く場所を作り孤独を防ぎ楽しく体操し健康寿命を延ばす
❹	体操	あおい 体操会	東長沼 自治会館	地域住民	どなたでも	毎週金曜日 10:00～11:30	転倒骨折予防体操・ラジオ体操第１第２・歌に合わせて体操	健康寿命を延ばすことが目標！友達作りをしながら楽しく体操をしています
❺	体操	ストレッチ 体操愛好会	第4 文化センター	地域住民	どなたでも	毎週火曜 15:00～17:00 毎週金曜 15:00～17:00	転倒骨折予防体操・ラジオ体操・ボール体操・レクリエーションダンス・脳トレ	毎日を健康で楽しく過ごせるよう行っています。 男性の参加も大歓迎
❻	体操	やる気の会	そんぽの家S 稲城長沼 （食堂）	地域住民	どなたでも	毎週木曜日 14:00～15:00	転倒骨折予防体操・ストレッチ・脳トレなど	令和3年2月、男女半々で立ち上げた会です。 1日でも長く充実した日々を過ごせることを目指しています
❼	体操	コスモス	ライフィニティ 稲城	地域住民	どなたでも	毎週水曜日 10:00～12:00	転倒骨折予防教室・ストレッチ・リズム体操など	体操の他に音楽に合わせてリズム体操をしています
❽	体操	ヤナギ衆 南山	ライフィニティ 稲城	地域住民	どなたでも	毎週金曜日 13:30～15:00	転倒骨折予防教室・ ストレッチ・脳トレなど	令和６年から活動しています 皆で楽しく体操をしています
❾	居場所	和音 （わおん）	石田氏宅	地域住民	どなたでも	毎月第2水曜日 10:00～12:00	おしゃべり	令和7年4月から活動しています どなたでもお気軽にお越しください

お問い合わせ▼
地域包括支援センターエレガントもむら　TEL 042-379-5500
稲城市役所　高齢福祉課高齢福祉係　TEL 042-378-2111　内線 222

百村

	種類	名称	場所	主催	対象者	活動日時	活動内容	コメント
❶	居場所	ドリーム 百村	いなぎ苑さくら庵 または 稲城市消費生活センター	地域住民	どなたでも	毎月１回	おしゃべり・料理・小物作り・季節のイベント・勉強会等	ご近所の皆さんの楽しい交流の場です。 時間内いつでもどうぞ
❷	居場所	姫こぶしの会	いなぎ苑さくら庵	地域住民	どなたでも	毎月 第1・第３土曜日 13:00～16:00	麻雀、ゲーム、脳トレなど	皆さん、脳を使って楽しんでいます
❸	体操	百百の会 （ももの かい）	百村 コミュニティ 防災センター	地域住民	どなたでも	毎週木曜日 月３回 （第４週は休み） 13:30～15:00	転倒骨折予防体操・ボールやセラバンドで体を動かしています。口腔ケア体操・認知症予防	百村地区の情報交換、笑いの絶えない楽しいグループ
❹	体操	百村 はつらつ会	百村 コミュニティ 防災センター	民生児童委員	どなたでも	毎週火曜日 13:30～14:30	転倒骨折予防体操・ボールやセラバンドを使いリズム体操・脳トレを行っている	心の健康も大切です。体操を通じてコミュニケーションを図ることが大切!
❺	体操	いきいき 体操クラブ	百村 コミュニティ 防災センター	地域住民	どなたでも	月曜日(月２回) 14:00～15:30	転倒骨折予防体操・呼吸・体幹を意識する事の習慣化。ボールを使って筋トレ・ストレッチ・脳トレ・太極拳	和気あいあい!楽しく笑って、気分爽快!! 男性歓迎
❻	体操	百村 のびのび会	いなぎ苑さくら庵	地域住民	どなたでも	毎週月曜日 10:00～11:30	転倒骨折予防体操、ボールを使って筋トレ・ストレッチ・脳トレ・音に合わせてロコモ体操やラジオ体操	いつまでも健康で過ごせるための体操と、地域の交流や仲間づくりを大切にしています
❼	体操	南山体操会	ペアウェル 南山	地域住民	どなたでも	毎週月曜日 14:00～15:30	転倒骨折予防体操　他	少人数で仲良く活動しています どなたでもご自由にお越しください
❽	体操	パンジー	福祉センター （状況により 東長沼 自治会館）	地域住民	どなたでも	毎週水曜日 ９:30～11:00	ボール・セラバンド・ペットボトル・タオルを使う体操。口腔ケア・脳トレ	皆さん元気で楽しんでます。笑顔でいち・にい・さん！
❾	体操	百村 元気の会	いなぎ苑さくら庵	地域住民	男性のみ	毎週金曜日 10:00～11:30	転倒骨折予防教室　他	男性だけの体操会です。男性なら OK ！ゆるく体操しています。
❿	居場所	男性の会	いなぎ苑ちろ庵	地域住民	男性のみ	毎月第１日曜日 13:00～17:00	麻雀・囲碁・将棋	男性のみで楽しんでいます。初心者でも大丈夫!
⓫	居場所	歌の集い 〝かりん〟	いなぎ苑さくら庵	地域住民	どなたでも	第1水曜、第2月曜 14:00～15:30	みんなで季節の歌を歌っています	歌うことでフレイル予防しています

向陽台・長峰・若葉台の活動の場

		種類	名　称	場　所	主　催	対象者	活動日時	活動内容	コメント
向陽台	❶	居場所	だんらん向陽台	リベレ向陽台賃貸集会所	地域住民	どなたでも	毎月 第１・第３木曜日 13:30～16:00	ゲーム・体操など集まった人たちで楽しい時間を過ごします	地域で顔見知りになって困ったときに助け合える関係を広げていきたい
	❷	居場所	絆の会	みはらしの家A棟パーティルーム	絆の会	マンション住民	奇数月の 第２土曜日 14:00～16:00	茶話会を中心にオーディオ鑑賞(随時)芸術祭（11月）	住民の親睦をはかり交流の輪を広げていきたい。若い方、男性の参加大歓迎
	❸	居場所	すまいる向陽台	城山文化センター喫茶陽だまり	支えあいネットワーク向陽台	どなたでも	毎月 第２・第４火曜日 15:00～16:30	気軽に立ち寄ってお喋りをしたりお茶を飲んだり情報交換をしてます	楽しい催しもありますご都合の良い時にお越しください
	❹	居場所	おりひめ	鈴木氏宅	地域住民	どなたでも	毎週水曜日 10:00～12:00	おしゃべりなど楽しく集う場。折り紙、絵本の読み聞かせ、お手玉、手芸など	世代を超えて、どなたでもお気軽にどうぞ!
	❺	居場所	セルカ・デふたこぶ	城山文化センター	地域住民	どなたでも	第２金曜日 9:30～12:00	料理教室・おしゃべり・情報交換・手工芸・植物鑑賞会	おしゃべりしながら手を動かし、楽しい時間を作れています
	❻	多世代交流	いなぎFFネットワーク	城山文化センター	地域住民	どなたでも	年６回不定期	多世代交流。 幼児から高齢者までのお楽しみ （おやつ・ランチ）	幼時から大人までどなたでも参加できるお楽しみ会をやっています
	❼	助け合い	すまいるネット	ちょっとした手助けが必要な利用会員宅に伺います	支えあいネットワーク向陽台	利用会員・活動会員登録が必要	活動時間 6：00～18：00 問い合わせ： 地域包括支援センターこうようだい	生活の中で、ちょっとした困りごとを助け合います。利用する方も手助けできる人も会員登録が必要です	まずはご相談ください。「すまいるネットの相談です」と伝えてください
	❽	体操	アルボ元気くらぶ	アルボの丘アルボの家	マンション住民	マンション住民	毎月 第1・3・4・5 木曜日 10：00～11：00	転倒骨折予防体操　他	みんなで仲良く、ワイワイやっています
	❾	体操	スマート・アルボ	アルボの丘アルボの家	マンション住民	マンション住民	毎週水曜日 10:30～12:00	転倒骨折予防体操　他	転倒骨折予防体操を通して情報交換と交流を深めています
	❿	体操	The！こもれび	みはらしの家集会室	マンション住民	マンション住民	毎週火曜日 10:00～11:00	転倒骨折予防体操　他	みんなで仲良く、健康寿命を延ばす
	⓫	体操	百の会いなぎ	城山文化センター	地域住民	男性	毎週金曜日 ９:30～11:00	転倒骨折予防体操・ストレッチ・ラジオ・リズム体操を中心に行っています。ハイキングをすることもあります	90代から60代前半の人もいます。笑顔で百歳まで健康で生き抜こうと励んでいます
	⓬	体操	リベレ咲楽（さくら）	リベレ向陽台賃貸集会所	地域住民	どなたでも	毎週火曜日 10:00～11:00	転倒骨折予防体操　他	みんなで仲良く、健康寿命を延ばす
向陽台	⓭	体操	AKホープ	アクアメイト稲城	地域住民	どなたでも	毎週金曜日 15:00～16:30	転倒骨折予防体操　他	どなたでも自由参加できます。一緒に楽しく体操しましょう
	⓮	体操	ほのぼの	リベレ向陽台賃貸集会所		どなたでも	毎週金曜日 10:00～11:30	転倒骨折予防体操　他	明日からの健康な自分の為に一度体験にいらしてみませんか
	⓯	体操	城山NWクラブ	城山文化センター	地域住民	どなたでも	毎週火曜日 9:15～11:00	ノルディックウォーキング（NW）を楽しみながら、健康の維持・増進	自分の足でいつまでも元気で歩き続けることを目指しています
	⓰	体操	稲城太極拳クラブ・向陽台	城山体験学習館	地域住民	どなたでも	第１・第３土曜日 10:00～12:00	太極拳や練功十八法などの軽い体操	50代～80代以上の男女問わず講師のもと活動しています
	⓱	体操	ふれあい健康体操会	ファインヒル向陽台自治会集会所	地域住民	3丁目、5丁目住民	毎週月曜日 14:00～15:30	転倒骨折予防体操　他	ご近所の親睦を大切にしながら体操に取り組んでいます
	⓲	体操	カトレア	アクアメイト稲城		どなたでも	毎週火曜日 15:00～16:30	転倒骨折予防体操・アクアメイト体操など	仲良く楽しく協力しあって体操を行っています

お問い合わせ▼
地域包括支援センターこうようだい　TEL 042-370-0040
稲城市役所　高齢福祉課高齢福祉係　TEL 042-378-2111　内線 222

		種類	名　称	場　所	主　催	対象者	活動日時	活動内容	コメント
長峰	❶	居場所	長峰西地区サロン会	長峰西地区自治会館	長峰西地区自治会	長峰西地区住民	毎月第２木曜日 14:00～16:00	ヨガ	若い方の参加も歓迎！
	❷	居場所	いきいき歌声広場	長峰オアシス	地域住民	どなたでも	毎月第１日曜日 10:30～12:00	生演奏で童謡歌謡曲を歌う	皆で大きな声で歌い、肺の運動にもなっています
	❸	居場所	囲碁の会	長峰杜の三番街集会所	地域住民	どなたでも	毎月第３火曜日 13:00～18:00	囲碁	頭の体操で、コミュニケーションと気力！体力！脳の活性化！
	❹	調理実習	クックスマイル(休止中)	稲城市消費生活センター講座室パルシステム3階	長峰近辺の地域住民	概ね60歳以上	毎月第３木曜日 10:00～14:00	健康増進と地域の居場所作りの調理実習	主に地元の野菜を用いてココロとカラダにやさしい料理を楽しく作ってます
	❺	体操	長峰あんず	杜の三番街集会所	地域住民	概ね60歳以上	毎週月曜日 10:30～11:30	椅子に座っての転倒骨折予防体操。講師の動画を用いて筋肉トレーニング・脳トレ	時折練功・音楽療法も行ってます。 男性大歓迎
	❻	体操	ながみね会	長峰コミニティー防災センター	地域住民	どなたでも	毎週金曜日 10:00～11:30	転倒骨折予防体操　他	稲城市長峰地区を我が故郷と思う人達の集まりです。 ご自由にご参加下さい

		種類	名　称	場　所	主　催	対象者	活動日時	活動内容	コメント
長峰	❼	ラジオ体操	ながみね ラジオ体操	稲城市 中央公園 パークヒル 入口近辺	地域住民	どなたでも	土・日・祝日・雨天を除いて毎日 7:00～7:15	朝一番軽快な音楽にのせて体操し一日のリズムをつくります	沢山の人と一緒に運動することで一人では味わえない楽しさがあります
	❽	居場所	ひだまりの和	長峰 コミニティー 防災 センター	地域住民	どなたでも	毎月 第2・第４木曜日 10:00～11:30	レクリエーションを中心に、お茶をしながら楽しくおしゃべりできるサロンです	

		種類	名　称	場　所	主　催	対象者	活動日時	活動内容	コメント
若葉台	❶	居場所	青老会	ファインストーリア自治会室	地域住民	マンション住民　他	毎週木曜日 14:00～15:30	俳句や歴史、健康増進など気になる話題を提供したり、歌をうたいながら楽しくおしゃべりしています	言いたい放題！やりたい放題楽しくやっています。青老会の歌ができました
	❷	多世代交流	ハート ハウス サロン	もみの木保育園 若葉台内 ハートハウス	地域住民	どなたでも	毎月 第２・第４火曜日 10:00～12:00	レクリエーションをしながら楽しくおしゃべりできる、多世代交流サロンです	一緒に世代を超えた交流をしませんか？ 老若男女問わず利用できます
	❸	体操	みどり クラブ 若葉台 杜の会	ワルツの杜 コミュニティ ホール	杜の会	ワルツの杜自治会員	毎月 第１・第３・第４ 土曜日	ラジオ体操・ストレッチ体操・棒体操および日々の会話を通して健康増進と老化防止を目指しています	ワルツ在住で興味をもたれた方の気軽な参加をお待ちしております
	❹	体操	双葉会	若葉台自治会 集会所	地域住民	どなたでも	毎週木曜日 10:00～12:00	転倒骨折予防体操（ストレッチ・リズム体操・筋力トレーニング等）	日常生活の中で起こり得る転倒や骨折の予防を目的とした簡単な体操です
	❺	体操	フレッシュ 若葉	蒼の区自治会館	地域住民	概ね 60 歳以上	火曜日 10:00～11:30	転倒骨折予防体操　他	若葉台１丁目住民の方をお待ちしています
	❻	体操	若葉台 たんぽぽ グループ	若葉台パーク ヒルズ管理事 務所会議室	地域住民	どなたでも	金曜日 10:00～12:00	転倒骨折予防体操　他	ゆっくりとした体操を中心に、歌をうたったり、楽しく歓談しています
	❼	体操	ローズWIT クラブ	ワーズワース の丘集会室	地域住民	マンション住民	毎週金曜日 14:00～15:30	転倒骨折予防体操　他	
	❽	ラジオ体操	若葉台公園 ラジオ 体操会	若葉台公園 展望広場	地域住民	どなたでも	平日　朝 7:00～ （夏季は6:00～）	ラジオ体操及び太極拳 体操後は談笑、ウォーキング、Lineチャットによる情報交換、オカリナなども	早朝の公園で、一緒に運動をしませんか

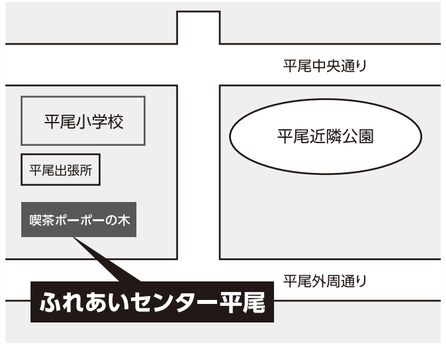
お問い合わせ▼
地域包括支援センターこうようだい　TEL 042-370-0040
稲城市役所　高齢福祉課高齢福祉係　TEL 042-378-2111　内線 222

ふれあいセンター

「ずっと稲城で暮らしたい…」、ふれあいセンターは、こんな願いを地域で支えることを目的として設置された、地域の方々が運営する「小地域福祉活動」の拠点です。
ふれあいセンターは、地域にお住まいのお子さんからご高齢の方まで、どなたでも気軽に立ち寄ることができる「地域の縁側」を目指して、ボランティアの方々と共に、その地域性を活かしながらさまざまな取り組みをしています。
誰もが気軽に顔を出して、お茶を飲みながらおしゃべりをしたり、折り紙、体操、絵手紙、手芸などの趣味を楽しんだりするふれあいの場です。
利用にあたっては登録の手続きなど、必要はありません。利用料もかかりません。ぜひ、遊びに来てください。

お問い合わせ▶　稲城市社会福祉協議会　地域福祉係　TEL 042-378-3800

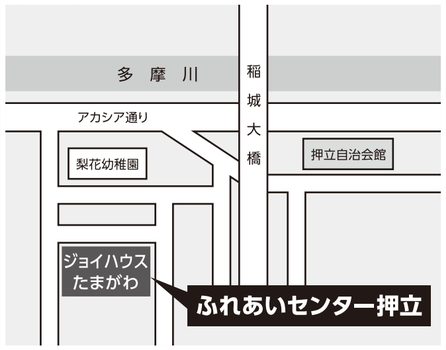
ふれあいセンター平尾　TEL 042-331-5143
（平尾３-1-1-35-102　平尾団地商店街内）
開館日　月・水・金（午前10 時～午後３時）



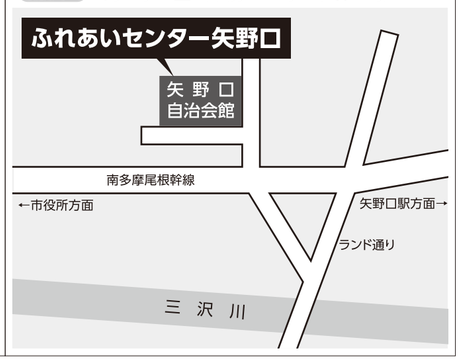
ふれあいセンター坂浜　TEL 042-331-4501
（坂浜 2996-2　稲城老人会館内）
開館日　月・水・金（午前10 時～午後３時）



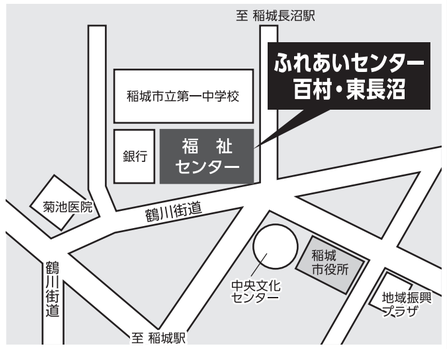
ふれあいセンター押立　TEL 042-378-4682
（押立 410-3　ジョイハウスたまがわ集会室）
開館日　月・水・金（午前10 時～午後３時）



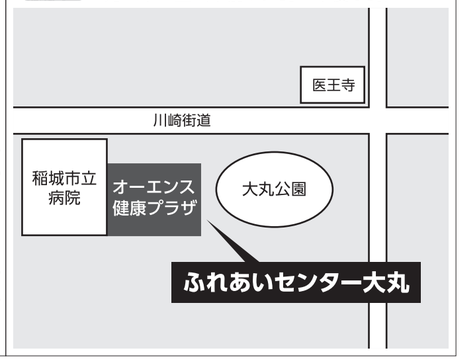
ふれあいセンター矢野口　TEL 042-379-7730
（矢野口 1603　矢野口自治会館内）
開館日　月・水・金（午前10 時～午後３時）



ふれあいセンター百村・東長沼　TEL 042-378-6320
（百村7　福祉センター内）
開館日　月・水・金（午前10 時～午後３時）



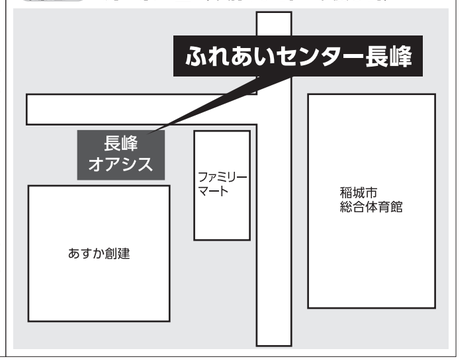
ふれあいセンター大丸　TEL 042-370-2284
（大丸 1171　オーエンス健康プラザ内）
開館日　月・木・金（午前10 時～午後３時）



ふれあいセンター向陽台　TEL 042-319-2410
（向陽台 3-2　向陽台小学校内）
開館日　月・水・金（午前10 時～午後３時）



ふれあいセンター長峰　TEL 042-331-5555
（長峰 2-1-1　長峰オアシス内）
開館日　月・水・金（午前10 時～午後３時）



ふれあいセンター若葉台　TEL 042-204-0048
（若葉台4-5　若葉台小学校内）
開館日　月・水・金（午前10時～午後3時）



稲城老人会館

稲城の地域の高齢者に使っていただける会館です。

利用時間

月・水・金（午前 10 時～午後３時）空きがあれば可。ただし年末年始は休館します。

利用内容によっては、高齢者は利用が無料となる場合があります。

お問い合わせ▶　ふれあいセンター坂浜
TEL 042-331-4501

仕事と生きがい

シルバー人材センター

皆さんの経験や知識を活かし、自己の能力を地域の中に活かしていきます。

利用できる方　おおむね60歳以上の健康で働く意欲のある方

内　　容　個人の希望や能力に応じた就業の機会を提供します。

お問い合わせ▶　公益社団法人　稲城市シルバー人材センター　TEL 042-377-2212
稲城市東長沼2112番地の1　地域振興プラザ3階

みどりクラブ（老人クラブ）

みどりクラブは、おおむね60歳以上の方が、「友達がほしい！」「いろいろなことにチャレンジしたい！」「生涯健康！」などの思いで集まっているグループです。
市内の各地域に12のクラブがあります（下表参照）。
各クラブでは、友愛活動、カラオケや民謡、手芸などの趣味活動、レクダンス、グラウンドゴルフ、スナッグゴルフなどの軽スポーツ活動に取り組んでいます。
入会を希望する方は、お気軽にお申し込みください。
居住する地域のクラブの代表者に電話で直接お申し込みください。

利用できる方　おおむね60歳以上の方

お問い合わせ▶　高齢福祉係　TEL 042-378-2111　内線 222･223

下記の各みどりクラブ代表者まで

地区名	クラブ名	代表者	連絡先
矢野口北部	みどりクラブ矢野口第一寿会	角　田　政　信	090-7944-0065
矢野口南部	みどりクラブ矢野口第二寿会	末　森　正　治	042-379-3343
東長沼	東長沼みどり常春会	須　藤　静　子	042-378-1795
大丸	みどりクラブ大丸長寿会	松　永　　健	090-5558-9109
大丸・都営団地	稲城団地みどりクラブ福寿会	井　上　秀　雄	090-8511-5964
押立	みどりクラブ押立高砂会	太　田　克　徳	042-377-4976
坂浜・若葉台	みどりクラブ坂浜常盤会	伊　藤　　淳	042-331-5950
平尾	みどりクラブ平尾あゆみ会	小　西　賢　人	090-1678-4550
平尾宅地分譲・平尾住宅	みどりクラブ平尾むつみ会	山　本　元　子	090-8086-0581
向陽台・百村・長峰・若葉台	みどりクラブ向寿会	榎　本　トシ子	042-379-6639
若葉台（ワルツの杜）	みどりクラブ若葉台杜の会	馬　渕　俊　昭	042-350-7715
若葉台（ファインストーリア）	みどりクラブゆうわ会	當　野　　彰	042-350-0184

東京しごとセンター（シニアコーナー）

職業経験や経歴、ご希望に応じた仕事探しのアドバイスをする就業相談を行っております。また、ハローワーク飯田橋との連携により、年齢に合わせたきめこまやかな相談で、求人活動をサポートします。

利用できる方　おおむね55歳以上の方を対象に、希望に応じた就業相談を実施

利 用 時 間　月曜～金曜　午前9時～午後8時
土曜　午前9時～午後5時
（日曜祝日・年末年始はお休みです）

ホームページ　https://www.tokyoshigoto.jp/
https://www.shigotozaidan.or.jp/

お問い合わせ▶　**総合相談　TEL 03-5211-1571**
シニアコーナー　TEL 03-5211-2335
千代田区飯田橋3-10-3　東京しごとセンター8階

高齢者表彰記念品

長寿をお祝いして、市より対象者へ記念品をお贈りします。対象者は、9月15日現在、88歳の方及び100歳の方、最高齢の方です。9月中旬以降にお届けします。

お問い合わせ▶　**高齢福祉係　TEL 042-378-2111　内線 222･223**

介護支援ボランティア

高齢者が介護支援ボランティア活動を通じて地域貢献することを奨励・支援し、社会参加活動を通じた介護予防を推進するための制度です。活動実績に応じて評価ポイントを付与し、ボランティアの申出により、評価ポイントを転換し、年間最大 5,000 円を交付しています。

利用できる方　稲城市の介護保険第１号被保険者
（市内在住の 65 歳以上の者で、市に介護保険料を納めている方）

内　　容　レクリエーション等の参加支援、配膳・下膳などの補助、喫茶などの運営補助等

場　　所　市の指定する受入機関（介護施設、ふれあいセンター等）

そ の 他　活動を始める方は、稲城市社会福祉協議会　ボランティアセンターで登録してください。また、活動にあたり、ボランティア保険にご加入ください（年間 300 円）。

お問い合わせ▶　**稲城市社会福祉協議会　地域福祉係　TEL 042-378-3800**
高齢福祉係　TEL 042-378-2111　内線 222・223

介護サービスの利用には申請が必要です

介護サービスを利用するには、まず申請をして、要介護認定を受けます。その認定結果をもとに、どのようなサービスを利用するかケアプランを立てて、介護サービスを利用していきます。



介護保険は、医療保険のように保険証を見せるだけでは利用することはできないのでご注意ください。

利用までのおおまかな流れ

申　請
介護サービスを利用したい方は、市役所の窓口へ申請します。
申請のしかたは …… 32 ページ

▼

要介護認定（認定調査～認定）
申請者の心身の状態を調査し、審査・判定が行われます。
認定方法は …… 33 ページ

▼

認定結果の通知
判定結果にもとづいて、介護が必要な度合いが通知されます。
認定結果の見方は …… 34 ページ

▼

ケアプランの作成
サービスを利用するための計画をケアマネジャーと一緒に立てます。
ケアプランの作り方は … 35 ページ

▼

サービスの利用
ケアプランにもとづいて、自宅や施設などでさまざまな介護サービスを利用できます。
どんなサービスがあるかは … 38 ページ～

認定の有効期間の更新

申　請

市役所の介護保険担当窓口で申請します。
申請する方は、本人のほか家族などでも可能です。



65歳以上の方

申請に必要なもの

- ●要介護・要支援認定申請書
  （市役所・出張所の窓口にあります）
- ●介護保険被保険者証
- ●主治医の氏名、診療科、医療機関名、所在地、電話番号のわかるもの
  （メモ等でも可）

医療保険に加入している40～64歳の方

申請に必要なもの

- ●要介護・要支援認定申請書
  （市役所・出張所の窓口にあります）
- ●医療保険の加入状況が確認できるもの
  （①～③のいずれかの掲示または添付をお願いします。）①マイナポータルからダウンロードした「医療保険の資格情報画面」またはマイナポータルにアクセスして表示する「医療保険の被保険者資格情報画面」②「資格情報のお知らせ」の写し ③「資格確認認書」の写し（マイナ保険証を保有していない方）
- ●本人が患っている特定疾病（16種類の特定疾病のうち該当するもの）の状況をよく知っている主治医の氏名、診療科、医療機関名、所在地、電話番号のわかるもの（メモ等でも可）

申請書には主治医を記入する欄があります。あらかじめ主治医意見書の作成が可能かどうか確認しておきましょう。主治医がいない場合は、新たに医療機関を受診して主治医となる医師を決めてください。市からの依頼により主治医が心身の状態について意見書を作成します。

POINT 特定疾病って何？

加齢に伴う心身の変化に起因した疾病が該当し、外傷性の疾病は含みません。

- ●がん（末期）
  （医師が一般に認められている医学的知見にもとづき回復の見込みがない状態に至ったと判断したものに限る。）
- ●関節リウマチ
- ●筋萎縮性側索硬化症
- ●後縦靭帯骨化症
- ●骨折を伴う骨粗しょう症
- ●初老期における認知症
- ●進行性核上性麻痺、大脳皮質基底核変性症及びパーキンソン病
- ●脊髄小脳変性症
- ●脊柱管狭窄症
- ●早老症
- ●多系統萎縮症
- ●糖尿病性神経障害、糖尿病性腎症及び糖尿病性網膜症
- ●脳血管疾患
- ●閉塞性動脈硬化症
- ●慢性閉塞性肺疾患
- ●両側の膝関節又は（両側の）股関節に著しい変形を伴う変形性関節症

主治医ってどんな人？

かかりつけ医など、本人の心身の状態をよく知る医師のことです。また、介護が必要な状態になる要因となった病気等の治療をしている医師などのことを言います。



※主治医がいない場合は、いなぎ在宅医療・介護相談室にご相談ください。（88ページ参照）

市役所2階（3番窓口）の介護保険担当窓口へ申請

知っておきたい 介護保険Q&A

Q 自分や家族で申請できない場合は？

A 申請の代行をしてもらうことができます。

地域包括支援センターや法令で定められた居宅介護支援事業所、または介護保険施設などへご相談ください。

居宅介護支援事業者ってなに？

ケアマネジャーを配置して、サービス提供事業者との連絡や調整を行う、市区町村の指定を受けた事業者です。

ケアマネジャーってどんな人？… 36ページ

要介護認定

認定調査が行われ、その結果などをもとに介護が必要かどうかを判断するための審査・判定が行われます。

認定調査

認定調査員が自宅を訪問し、全国共通の調査票をもとに本人の心身の状態や生活の様子を確認します。



一次判定

調査票の結果と主治医の意見書をコンピューターに入力して一次判定を行います。



二次判定

一次判定の結果や主治医の意見書などをもとに介護認定審査会が総合的に審査・判定します。

判定

訪問調査ではこのようなことを確認します

■ 本人の能力に関すること

麻痺・拘縮の有無
寝返り・起き上がり・立ち上がり・座位保持・両足や片足の立位・歩行
視力・聴力・えん下

■ 介助の方法に関すること

移乗・移動
食事摂取・排泄・つめ切り
洗身・洗顔・整髪・更衣
薬の内服・金銭管理
買い物・簡単な調理

■ 認知機能に関すること

意思伝達　名前・生年月日
短期記憶　季節・場所

■ 精神行動障害に関すること

感情が不安定
昼夜逆転
徘徊・収集癖　等

74項目

知っておきたい 介護保険Q&A

Q 適切な認定結果が出るかどうか心配です。

A 調査の際は、自分の状態を正しく伝えましょう。

要介護認定では、訪問調査の結果が重要な判定基準になります。意識して普段と違う振る舞いをしてしまうと、適切な認定結果を得られない場合があります。調査を受けるときは、ありのままの状態を調査員に見てもらうことが大切です。



認定結果の通知

原則として、申請から 30 日以内に、
認定結果通知書と介護保険被保険者証が届きます。

! 確認しましょう ☑

- ☐ **要介護状態区分**
  認定区分により利用できるサービスが異なります。
- ☐ **支給限度額**
  認定区分ごとの利用限度額です。
- ☐ **認定の有効期間**
  認定には有効期間がありますのでご確認ください。
- ☐ **介護認定審査会の意見** など

《 要介護状態区分 》 《 利用できるサービス 》

非該当（自立）

- 介護予防・日常生活支援総合事業　事業利用までの流れ ……35ページ
  - サービス・活動事業 ……38ページ
  - 一般介護予防事業 ……14ページ

要支援 1・2

- 介護予防サービス
  - サービス利用までの流れ …35ページ
  - サービスを選ぶ ……41ページ～

要介護 1 ～ 5

- 介護サービス
  - サービス利用までの流れ …36ページ
  - サービスを選ぶ …… 45ページ～

認定結果に関することは、ケアマネジャーや市の介護保険担当窓口にご相談ください。

ケアプランを作成し、サービスを利用します

居宅介護支援事業所、サービス提供事業者や介護保険施設と契約したり、ケアマネジャーに依頼して作成したケアプランにもとづいてサービスを利用します。

非該当（自立）の方

事業対象者の判定

基本チェックリストなどで、生活機能が低下しているかどうかを判断し、状況に応じて利用できる事業が判定されます。

サービス・活動事業のケアプランの作成

本人・家族・地域包括支援センターで検討を行い、ケアプランを作成します。

サービス・活動事業の利用

ケアプランにもとづいて、サービス・活動事業を利用します。

一定期間後に地域包括支援センターで目標の達成状況を確認します。

利用できるサービス … 38ページ

一般介護予防事業に参加

必要に応じて、地域包括支援センターが、事業参加後に支援します。

利用できるサービス … 14ページ

要支援 1・2 と認定された方

地域包括支援センターへ依頼

地域包括支援センターに介護予防サービスのケアプランやサービス・活動事業のケアプランの作成を依頼します。

介護予防サービスのケアプランの作成

本人・家族・地域包括支援センターで検討を行い、ケアプランを作成します。

介護予防サービスの利用

ケアプランにもとづいて、介護予防サービスを利用します。

一定期間後に地域包括支援センターで目標の達成状況を確認します。

利用できるサービス … 41ページ

ケアマネジャーってどんな人?

本人に適したケアプランの作成や施設選びなどを行う幅広い介護知識を持った専門家です。ケアマネジャーは居宅介護支援事業所や地域包括支援センター等に所属しています。

自分の意思を伝えて、必要なサービスを上手に利用しましょう

ケアプランの主役は本人です。どのように暮らしたいか、自分で何ができるかを積極的に伝えて、自分にとって本当に必要なサービスを利用しましょう。

要介護１～５と認定された方

利用するサービスを選ぶ



在宅サービス
（地域密着型サービスも含む）

居宅介護支援事業所と契約
居宅介護支援事業所と契約して、ケアプランの作成を依頼します。

ケアプランの作成
ケアマネジャーが本人・家族、サービス提供事業者と検討を重ね、ケアプランを作成します。

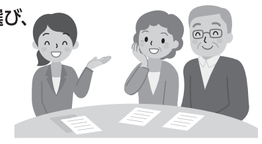


在宅サービスの利用
サービス提供事業者と契約し、ケアプランにもとづいて在宅サービスを利用します。

利用できるサービス … 45ページ～

施設サービス

介護保険施設と契約
希望する施設を選び、直接契約します。



ケアプランの作成
施設のケアマネジャーが本人に適したケアプランを作成します。



施設サービスの利用
ケアプランにもとづいて、施設サービスを利用します。

利用できるサービス … 50ページ

市内のケアマネジャーがいる事業所一覧

○ケアマネジャーが所属する事業所を居宅介護支援事業所といいます。
○ケアマネジャーが利用者、家族と一緒にケアプランを立ててからサービス開始となります。
　ケアプランにないサービスは介護サービスの対象になりません。

居宅介護支援事業所名	所在地	電話番号
もみじケア	坂浜	080-7135-8575
ケアセンターあんさんぶる稲城	大丸	042-401-5923
ケアプランささえ	大丸	042-315-5517
Care Plan 愛	大丸	042-401-6301
介護支援センターいなぎ（稲城柔道接骨師会）	東長沼	042-370-0977
稲城居宅介護支援事業所ほほえみ	東長沼	042-377-8826
稲城わかばケアプランセンター	東長沼	042-401-5310
ひらお苑ケアマネジメント相談センター	平尾	042-331-6088
やさしい手平尾居宅介護支援事業所	平尾	050-1752-7722
ケアプランセンターあいクリニック平尾	平尾	042-318-1826
平尾居宅介護支援事業所かもめ	平尾	090-9699-8594
いなぎ苑介護支援サービスセンター	百村	042-379-5500
居宅介護支援センター　やのくち正吉苑	矢野口	042-370-2202
介護支援センター　ゆい若葉台	若葉台	042-331-6601

○ここに掲載されていない居宅介護支援事業所でも、指定を受けた事業所であればケアプランの作成を依頼できます。

介護予防・日常生活支援総合事業

介護予防・日常生活支援総合事業（以下「総合事業」といいます）は、65 歳以上のすべての方を対象に稲城市が中心となって、介護サービス事業所や NPO、ボランティア、市民などのさまざまな立場の方によって実施される介護予防事業です。
要介護認定を受けていなくても、その方の状態や希望に合わせた多様で幅広いサービスを受けることができ、短期集中で機能訓練を行う通所型サービスCや管理栄養士による栄養改善を目的とした訪問型サービスCについては、自己負担なしで提供しています。

■ 要支援 1・2、事業対象者の方へのサービス

【ケアプランを立てる】

介護予防ケアマネジメント
地域包括支援センターの職員などが、介護予防・生活支援サービス事業の利用について、ケアプランの作成などを行います。
●費用のめやす
自己負担はありません

【サービス・活動事業】

訪問型サービスA・C

○**サービスA**　利用者が自力で行うことが困難で、かつ同居家族の支援や地域の支援サービスなどが受けられない場合に、ホームヘルパーによる日常生活に関するサービスを提供するものです。

○**サービスC**　管理栄養士がご自宅を訪問し、食事・栄養について支援します。



【費用のめやす（1割負担の場合）（サービスA 1回につき）】

	自己負担分	サービス費用
事業対象者 要支援 1 / 要支援 2	317円 ～ 394円	3,171円 ～ 3,944円

※サービスCの自己負担はありません。

通所型サービスA・C

通所介護施設等で生活機能向上のための支援を行うほか、その人の状態に合わせた予防的サービス（運動機能向上、栄養改善、口腔機能向上、閉じこもり予防・支援、認知症予防・支援など）を提供するものです。



【費用のめやす（1割負担の場合）（サービスA 1回につき）（送迎あり半日の場合）】

	自己負担分	サービス費用
事業対象者 要支援 1 / 要支援 2	440円 ～ 551円	4,400円 ～ 5,510円

※サービスCの自己負担はありません。

介護サービスの種類

介護保険で利用できるサービスには、「自宅で利用する」「通い・泊まりで利用する」「施設に入所する」など、利用者の状況に合わせたさまざまなサービスがあります。
在宅で利用するサービスでは、利用者の希望に合わせ、組み合わせて利用できます。

◆ 要支援 1・2 の方へのサービス　　■ 要介護 1 ～ 5 の方へのサービス

ケアプランを立てる

◆ 介護予防支援 …… 41
■ 居宅介護支援 …… 45

自宅でサービスを受ける

◆ 介護予防訪問入浴介護 …… 41
◆ 介護予防訪問リハビリテーション …… 41
◆ 介護予防訪問看護 …… 41
◆ 介護予防居宅療養管理指導 …… 41
■ 訪問介護 …… 45
■ 訪問入浴介護 …… 45
■ 訪問リハビリテーション …… 45
■ 訪問看護 …… 46
■ 居宅療養管理指導 …… 46

施設に通い・泊まりでサービスを受ける

◆ 介護予防通所リハビリテーション …… 42
◆ 介護予防短期入所生活介護 …… 42
◆ 介護予防短期入所療養介護 …… 42
■ 通所介護 …… 46
■ 通所リハビリテーション …… 46
■ 短期入所生活介護 …… 47
■ 短期入所療養介護 …… 47

有料老人ホームに入居しながらサービスを受ける

◆ 介護予防特定施設入居者生活介護 … 43
■ 特定施設入居者生活介護 …… 47

◆ 要支援１・２の方へのサービス　　■ 要介護１～５の方へのサービス

生活環境を整える

◆ 介護予防福祉用具貸与 ……43
◆ 特定介護予防福祉用具購入 ……43
◆ 介護予防住宅改修費の支給 ……44
■ 福祉用具貸与 ……47
■ 特定福祉用具購入 ……48
■ 住宅改修費の支給 ……48

地域密着型サービスを受ける

◆ 介護予防認知症対応型通所介護 ……44
◆ 介護予防認知症対応型共同生活介護 ……44
◆ 介護予防小規模多機能型居宅介護 ……44
◆ 介護予防小規模多機能型居宅介護 ……44
■ 認知症対応型通所介護 ……48
■ 認知症対応型共同生活介護 ……48
■ 小規模多機能型居宅介護 ……49
■ 夜間対応型訪問介護 ……49
■ 定期巡回・随時対応型訪問介護看護 ……49
■ 看護小規模多機能型居宅介護 ……49
■ 地域密着型通所介護 ……49
■ 地域密着型特定施設入居者生活介護 ……50
■ 地域密着型介護老人福祉施設入所者生活介護 ……50

介護保険施設に入所する

■ 介護老人福祉施設 ……50
■ 介護老人保健施設 ……50
■ 介護医療院 ……50

■ 要支援１・２の方へのサービス

介護予防サービスの種類

※サービス費用及び自己負担分については、稲城市に所在地がある事業所を利用した場合の参考費用です。

【ケアプランを立てる】

介護予防支援　地域包括支援センターの職員などが介護予防ケアプランの作成などを行います。　●費用のめやす　自己負担はありません

【自宅でサービスを受ける】

介護予防訪問入浴介護

自宅に浴室がないなどの場合に限り、浴槽を積んだ入浴車などが訪問して、介護予防を目的とした入浴の介助などを行います。

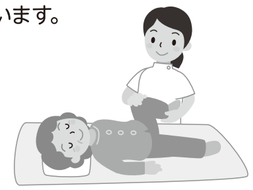


【費用のめやす（1 割負担の場合）】

	自己負担分	サービス費用
1 回につき	946円	9,458 円

介護予防訪問リハビリテーション

リハビリの専門職が自宅を訪問して、介護予防を目的としたリハビリテーションなどを行います。



【費用のめやす（1 割負担の場合）】

	自己負担分	サービス費用
1 回につき	323円	3,227 円

介護予防訪問看護

看護師などが自宅を訪問して、介護予防を目的とした療養上の世話または必要な診療の補助を行います。



【費用のめやす(1割負担の場合)（30分～1時間未満）】

	自己負担分	サービス費用
病院・診療所の場合	611円	6,110 円
指定介護予防訪問看護ステーションの場合	878円	8,773 円

介護予防居宅療養管理指導

医師、歯科医師、薬剤師などが自宅を訪問して、介護予防を目的とした療養上の管理や指導を行います。



【費用のめやす(1割負担の場合)】

	自己負担分	サービス費用
医師･歯科医師･薬剤師などによる指導	287円～566円	2,870 円～5,660 円

【施設に通い・泊まりでサービスを受ける】

介護予防通所リハビリテーション（デイケア）

医療機関や介護老人保健施設などに通い、日帰りでリハビリテーションなどを受けます。

追加サービスとして、
◉筋力向上
◉栄養改善
◉口腔機能の向上
を受けることもできます。
（別料金となります）



【費用のめやす（1割負担の場合）（1か月につき）】

	自己負担分	サービス費用
要支援１	2,457円	24,562円
要支援２	4,579円	45,789円

※送迎の費用は含まれます。
※食費は別途自己負担となります。

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

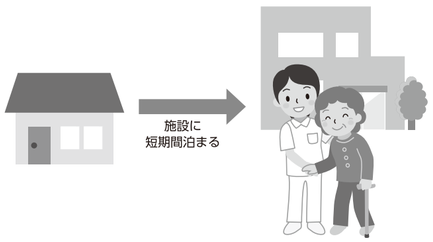
短期間、介護老人保健施設などに入所して、介護予防を目的とした日常生活上の介護やリハビリテーションを受けます。
※福祉施設で日常生活上の介護を受ける「生活介護」と、医療系の施設で医療上のケアを含む介護を受ける「療養介護」があります。

介護予防短期入所生活介護の場合

【費用のめやす（1割負担の場合）（1日につき）】

	自己負担分	サービス費用
要支援１・２	489円～646円	4,884円～6,454円

※施設の種類やサービスに応じて費用は異なります。
※食費・滞在費は別途自己負担となります。
※連続した利用日数は 30 日までとなります。

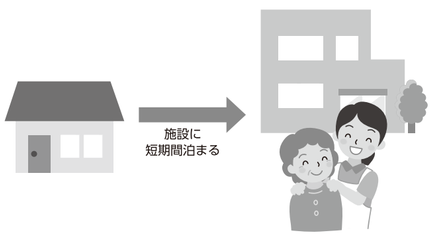


介護予防短期入所療養介護の場合

【費用のめやす（1割負担の場合）（1日につき）】

	自己負担分	サービス費用
要支援１・２	605円～891円	6,044円～8,907円

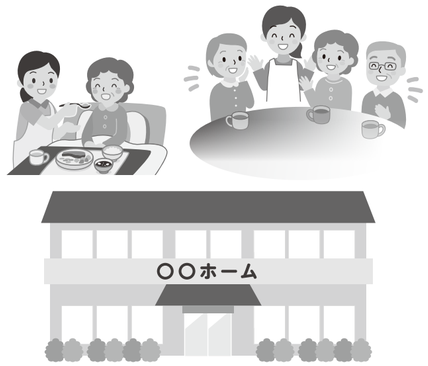
※費用は介護老人保健施設における場合の目安です。
※施設の種類やサービスに応じて費用は異なります。
※食費・滞在費は別途自己負担となります。
※連続した利用日数は 30 日までとなります。



【有料老人ホームに入居しながらサービスを受ける】

介護予防特定施設入居者生活介護

有料老人ホームなどの特定施設に入居している方が、介護予防を目的とした入浴、排せつ、食事などの介護や機能訓練及び療養上の世話を受けます。



【費用のめやす（1割負担の場合）（1日につき）】

	自己負担分	サービス費用
要支援１	196円	1,954円
要支援２	335円	3,342円

※居住費・食費は別途自己負担となります。

【生活環境を整える】

介護予防福祉用具貸与

歩行器、歩行補助つえなどの介護予防に役立つ福祉用具を借りることができます。

●手すり（工事をともなわないもの）　●歩行補助つえ
●スロープ（工事をともなわないもの）●歩行器　など
※上記以外にも必要と認められるものについては、借りることができます。



【費用と限度額について】

費用の一部負担で借りられます

月々の「介護予防サービス」支給限度額の範囲内で利用します。
※貸出料は用具の種類や事業所によって異なります。

特定介護予防福祉用具購入



排せつや入浴など福祉用具の中で、介護予防に役立つ福祉用具を購入できます。
購入費支給の対象は、右記の9種類です（◆は貸与と購入を選択できます）。

- 腰かけ便座（便座の底上げ部材を含む）
- 自動排せつ処理装置の交換部品
- 排せつ予測支援機器
- 入浴補助用具（入浴用いす、浴槽用手すり、浴槽内いす、入浴用介助ベルト等）
- 簡易浴槽　・移動用リフトのつり具の部分

◆スロープ（可搬型のものは除く）　◆歩行器（歩行車は除く）
◆歩行補助つえ（松葉杖は除く）

【費用と限度額について】

費用の一部負担で購入できます

年間（4 月～翌年 3 月）10 万円が費用の限度です。
※指定事業所での購入のみが対象になります。

購入前に相談

自分に合った用具を選ぶために、ケアマネジャーなどとよく相談してください。

償還払い

費用は利用者が一旦全額を支払い、あとでその保険給付分が介護保険から払い戻されます。

受領委任払い

費用は利用者が自己負担分のみを支払い、あとで事業者が保険給付分を受け取ります。

■ 要介護１～５の方へのサービス

在宅サービスの種類

※サービス費用及び自己負担分については、稲城市に所在地がある事業所を利用した場合の参考費用です。

【ケアプランを立てる】

居宅介護支援　居宅介護支援事業所のケアマネジャーがケアプランの作成などを行います。　●費用のめやす　自己負担はありません

【自宅でサービスを受ける】

訪問介護（ホームヘルプサービス）

ホームヘルパーが訪問し、食事・排せつなどの身体介護や、掃除・洗濯などの生活援助を行います。

身体介護
◉食事、入浴、排せつのお世話
◉衣服の交換などのお手伝い など

生活援助
◉部屋の掃除や洗濯
◉食事の準備や調理
◉生活必需品の買い物 など

【費用のめやす（1 割負担の場合）】

	自己負担分	サービス費用
身体介護中心（20 ～ 30 分未満）	270 円	2,696 円
生活援助中心（20 ～ 45 分未満）	198 円	1,977 円
通院などのための乗車または降車の介助（1 回）	108 円	1,071 円

※朝・夜間・深夜などは、割増料金があります。

利用者以外のためのお手伝いはサービスの対象になりません。
◉本人以外のための掃除
◉庭の草むしり
◉ペットの世話 など



訪問入浴介護

浴槽を積んだ入浴車などが訪問し、入浴の介助などを行います。



【費用のめやす（1 割負担の場合）】

	自己負担分	サービス費用
1 回につき	1,399 円	13,989 円

訪問リハビリテーション

リハビリの専門職が自宅を訪問して、リハビリテーションなどを行います。



【費用のめやす（1 割負担の場合）】

	自己負担分	サービス費用
1 回につき	334 円	3,335 円

介護予防住宅改修費の支給

住み慣れた自宅で安心して暮らすために、改修費用を支給します。

【費用と限度額について】

費用の一部負担で改修できます

同一住宅につき 1 人あたり 20 万円が費用の限度です。

※限度額 20 万円以内であれば、数回に分けて使うことも可能です。
※転居した場合や要介護度が一定程度高くなった場合は、再度支給されます。

事前に申請が必要

改修工事の前に市の窓口に申請が必要になります。ケアマネジャーなどとよく相談して、施工箇所や施工業者を決め、市の窓口に申請してください。

●手すりの取り付け　●段差の解消
●滑りの防止および移動の円滑化などのための床材の変更
●引き戸などへの扉の取り替え・新設・扉の撤去
●洋式便器などへの便器の取り替え
●通路などの傾斜の解消
●転落防止用柵の設置（スロープ設置の際）
●その他、各工事に付帯して必要な工事



償還払い

費用は利用者が一旦全額を支払い、あとでその保険給付分が介護保険から払い戻されます。

受領委任払い

費用は利用者が自己負担分のみを支払い、あとで施工業者が保険給付分を受け取ります。

地域密着型サービス

介護予防認知症対応型通所介護

認知症の高齢者がデイサービスセンターなどに通い、介護予防を目的とした入浴、排せつ、食事などの介護や機能訓練を受けます。

【費用のめやす（1割負担の場合）（4～5時間未満利用の場合）】

	自己負担分	サービス費用
要支援 1	282円 ～ 539円	2,815円 ～ 5,382円
要支援 2	297円 ～ 597円	2,967円 ～ 5,967円

※食費は別途自己負担となります。

介護予防認知症対応型共同生活介護（グループホーム）

認知症の高齢者が少人数で共同生活をしながら、認知症の症状の進行を遅らせ、生活機能の維持向上のために、介護予防を目的とした介護や機能訓練を受けます。

【費用のめやす（1割負担の場合）（1日につき）】

	自己負担分	サービス費用
要支援 2	800円 ～ 813円	7,999円 ～ 8,127円

※居住費・食費は別途自己負担となります。
※要支援 1 の方は利用できません。

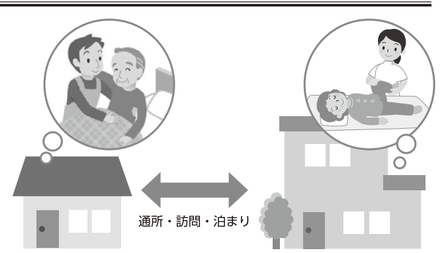
介護予防小規模多機能型居宅介護

「通所サービス」を中心に「訪問」や「泊まり」を組み合わせ、本人の心身の状況や希望に応じ、介護予防を目的とした入浴、排せつ、食事などの介護や機能訓練などを行います。

【費用のめやす（1割負担の場合）（1か月につき）】

	自己負担分	サービス費用
要支援 1	3,367円～3,737円	33,670円～37,363円
要支援 2	6,803円～7,551円	68,023円～75,506円

※送迎の費用は含まれます。 ※食費は別途自己負担となります。



訪問看護

看護師などが自宅を訪問し、病状の観察や療養上のお世話を行います。



【費用のめやす（1割負担の場合）（30分～1時間未満）】

	自己負担分	サービス費用
病院・診療所の場合	635 円	6,342 円
指定訪問看護ステーションの場合	910 円	9,094 円

※早朝・夜間・深夜などは、割増料金があります。

居宅療養管理指導

医師、歯科医師、薬剤師などが自宅を訪問し、療養上の管理や指導を行います。



【費用のめやす（1割負担の場合）】

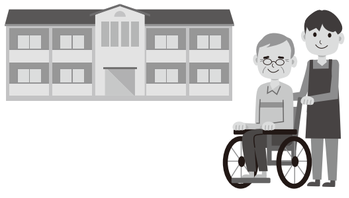
	自己負担分	サービス費用
医師・歯科医師・薬剤師などによる指導	287 円～566 円	2,870 円～5,660 円

【施設に通い・泊まりでサービスを受ける】

通所介護（デイサービス）

通所介護施設に通い、日帰りで入浴や食事の提供や日常生活上の介護などを受けます。

追加サービスとして、
◉筋力向上 ◉栄養改善 ◉口腔機能の向上を受けることもできます。（別料金となります）



【費用のめやす（1割負担の場合）（4～5時間未満）】

	自己負担分	サービス費用
要介護 1～要介護 5	415 円～659 円	4,143 円～6,589 円

※費用は施設の種類や時間によって異なります。 ※送迎の費用は含まれます。 ※食費は別途自己負担となります。

通所リハビリテーション（デイケア）

医療機関や介護老人保健施設に通い、日帰りでリハビリテーションを受けます。

追加サービスとして、
◉筋力向上 ◉栄養改善 ◉口腔機能の向上を受けることもできます。（別料金となります）



【費用のめやす（1割負担の場合）（4～5時間未満）】

	自己負担分	サービス費用
要介護 1～要介護 5	599 円～1,037 円	5,988 円～10,364 円

※送迎の費用は含まれます。
※食費は別途自己負担となります。

POINT 介護サービスをご利用の方へ

平成30年4月から共生型サービスが創設されました

障がいのある方が介護保険を利用する場合、「共生型サービス」としてこれまで利用していた障害福祉事業所から引き続きサービスを受けられる場合があります。詳しくはケアマネジャーや現在ご利用の事業所などへご確認ください。

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）

短期間、介護老人保健施設などに入所して、日常生活上の介護やリハビリテーションを受けます。

※福祉施設で日常生活上の介護を受ける「生活介護」と、医療系の施設で医療上のケアを含む介護を受ける「療養介護」があります。

短期入所生活介護の場合

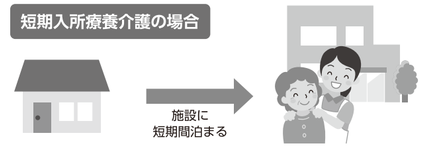


【費用のめやす（1割負担の場合）（1日につき）】

	自己負担分	サービス費用
要介護 1～要介護 5	653 円～1,003 円	6,530 円～10,028 円

※費用は施設の種類によって異なります。 ※食費・滞在費は別途自己負担となります。※連続した利用日数は 30 日までとなります。

短期入所療養介護の場合



【費用のめやす（1割負担の場合）（1日につき）】

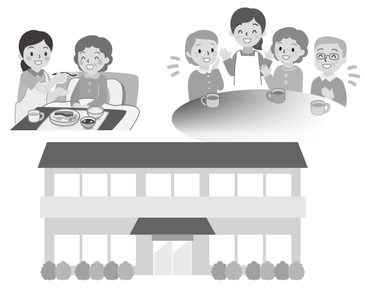
	自己負担分	サービス費用
要介護 1～要介護 5	789 円～1,315 円	7,881 円～13,147 円

※費用は介護老人保健施設における場合の目安です。※施設の種類やサービスに応じて費用は異なります。※食費・滞在費は別途自己負担となります。※連続した利用日数は 30 日までとなります。

【有料老人ホームに入居しながらサービスを受ける】

特定施設入居者生活介護

有料老人ホームなどの特定施設に入居している方が、食事や入浴などの介護や機能訓練及び療養上の世話を受けます。



【費用のめやす（1割負担の場合）（1日につき）】

	自己負担分	サービス費用
要介護 1～要介護 5	579 円～869 円	5,788 円～8,682 円

※居住費・食費は別途自己負担となります。

【生活環境を整える】

福祉用具貸与

車イス、歩行補助つえなどの福祉用具を借りることができます。



【費用と限度額について】

貸出料の一部負担で借りられます

月々の「在宅サービス」支給限度額の範囲内で利用します。

※貸出料は用具の種類や事業所によって異なります。
※要介護度により利用が制限される場合があります。

- ●車イス（自走用、介助用、普通型電動車イス）
- ●車イス付属品（クッション、電動補助装置など）
- ●特殊寝台（リクライニングベッドなど）
- ●特殊寝台付属品（マットレス、移動用バー、介助用ベルトなど）
- ●床ずれ防止用具（エアマットなど）
- ●体位変換器（起き上がり補助装置を含む）
- ●手すり（取り付け工事不要のもの）
- ●スロープ（取り付け工事不要のもの）
- ●歩行器
- ●歩行補助つえ
- ●認知症老人徘徊感知機器（離床センサーを含む）
- ●移動用リフト（階段移動用リフトを含む、つり具を除く）
- ●自動排せつ処理装置（原則要介護4以上の方）

※再利用の難しい交換可能部品（レシーバーなど）は、購入の対象となります。

特定福祉用具購入

排せつや入浴など、福祉用具の購入ができます。購入費支給の対象は、右記の９種類です（◆は貸与と購入を選択できます）。

- 腰かけ便座(便座の底上げ部材を含む)
- 自動排せつ処理装置の交換部品
- 排せつ予測支援機器
- 入浴補助用具(入浴用いす、浴槽用手すり、浴槽内いす、入浴用介助ベルト等)
- 簡易浴槽　・移動用リフトのつり具の部分
- ◆スロープ(可搬型のものは除く)　◆歩行器(歩行車は除く)
- ◆歩行補助つえ(松葉杖は除く)



【費用と限度額について】

費用の一部負担で購入できます

年間（4月～翌年3月）10万円が費用の限度です。

※指定事業所での購入のみが対象になります。

購入前に相談

自分に合った用具を選ぶために、ケアマネジャーなどとよく相談してください。

償還払い

費用は利用者が一旦全額を支払い、あとでその保険給付分が介護保険から払い戻されます。

受領委任払い

費用は利用者が自己負担分のみを支払い、あとで事業者が保険給付分を受け取ります。

住宅改修費の支給

住み慣れた自宅で安心して暮らすために、住宅の改修費用を支給します。



- ●手すりの取り付け
- ●段差の解消
- ●滑りの防止および移動の円滑化などのための床材の変更
- ●引き戸などへの扉の取り替え・新設・扉の撤去
- ●洋式便器などへの便器の取り替え
- ●通路などの傾斜の解消
- ●転落防止用柵の設置（スロープ設置の際）
- ●その他、各工事に付帯して必要な工事

【費用と限度額について】

費用の一部負担で改修できます

同一住宅につき１人あたり20万円が費用の限度です。

※限度額20万円以内であれば、数回に分けて使うことも可能です。

※転居した場合や、要介護度が一定程度高くなった場合は、再度支給されます。

事前に申請が必要

改修工事の前に市の窓口に申請が必要になります。ケアマネジャーなどとよく相談して、施工箇所や施工業者を決め、市の窓口に申請してください。

償還払い

費用は利用者が一旦全額を支払い、あとでその保険給付分が介護保険から払い戻されます。

受領委任払い

費用は利用者が自己負担分のみを支払い、あとで施工業者が保険給付分を受け取ります。

地域密着型サービス

認知症対応型通所介護

認知症の高齢者がデイサービスセンターなどに通い、入浴、食事などの介護や機能訓練を受けます。

【費用のめやす(1割負担の場合)(4～5時間未満)】

	自己負担分	サービス費用
要介護１～要介護５	**303円～866円**	3,021円～8,653円

※食費は別途自己負担となります。

認知症対応型共同生活介護（グループホーム）

認知症の高齢者が少人数で共同生活をしながら、家庭的な雰囲気の中で介護や機能訓練を受けます。

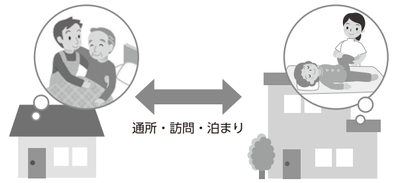
【費用のめやす(1割負担の場合)(1日につき)】

	自己負担分	サービス費用
要介護１～要介護５	**805円～918円**	8,042円～9,174円

※食費・居住費は別途自己負担となります。

小規模多機能型居宅介護

「通所サービス」を中心に「訪問」や「泊まり」を組み合わせ、本人の心身の状況や希望に応じ、入浴、排せつ、食事などの介護や機能訓練などを受けます。



【費用のめやす(1割負担の場合)(1か月につき)】

	自己負担分	サービス費用
要介護１～要介護５	**11,326円～29,468円**	113,260円～294,673円

※送迎の費用は含まれます。　※食費は別途自己負担となります。

夜間対応型訪問介護

夜間の定期巡回や通報によりホームヘルパーが訪問して、日常生活上の世話などを受けます。



【費用のめやす(1割負担の場合)(1か月につき)】

	自己負担分	サービス費用
オペレーションセンターを設置している場合	**1,093円**	10,928円
オペレーションセンターを設置していない場合	**2,986円**	29,857円

※定期的または必要に応じてこのサービスを受ける場合は追加費用がかかります。

※オペレーションセンターとは、電話を受け付けるセンターのことです。

定期巡回・随時対応型訪問介護看護

日中・夜間を通じて、１日に複数回の定期的な訪問や、通報による訪問で、介護と看護の連携したサービスを受けます。

【費用のめやす(1割負担の場合)(1か月につき)】

	自己負担分	サービス費用
介護のみの場合	**6,018円～27,285円**	60,178円～272,846円
介護と看護両方利用の場合	**8,781円～31,270円**	87,803円～312,692円

看護小規模多機能型居宅介護

小規模多機能型居宅介護に訪問看護の機能を付加した介護サービスを行います。

【費用のめやす(1割負担の場合)(1か月につき)】

	自己負担分	サービス費用
要介護１～要介護５	**13,481円～34,015円**	134,801円～340,148円

地域密着型通所介護

小規模の通所介護施設に通い、日帰りで入浴や食事の提供、日常生活上の介護などを受けます。

【費用のめやす(1割負担の場合)(4～5時間未満)】

	自己負担分	サービス費用
要介護１～要介護５	**466円～743円**	4,656円～7,422円



地域密着型
特定施設入居者生活介護

小規模な有料老人ホーム（定員 29 人以下）などに入居している方が介護や機能訓練、療養上の世話などを受けます。



地域密着型介護老人福祉
施設入所者生活介護

小規模な特別養護老人ホーム（定員 29 人以下）などに入所している方が介護や機能訓練、療養上の世話などを受けます。



施設サービスの種類

介護老人福祉施設 [日常生活全般で介護が必要な方向け]（特別養護老人ホーム）

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。

平成 27 年 4 月から、新たに入所できるのは、**要介護 3 以上**の方となりました。
ただし、平成 27 年 3 月末までに入所した**要介護 1・2** の方は、引き続き入所できます。

【費用のめやす（1割負担の場合）】

	自己負担分	サービス費用
日額	629 円～ 931 円	6,290 円～ 9,302 円

※費用はサービス内容や施設によって異なります。
※日常生活費、食費、居住費は別途自己負担となります。
※原則要介護 3 以上の方が利用できます。



介護老人保健施設 [リハビリテーションを受けたい方向け]

病状が安定し、リハビリテーションが必要な方が入所して、介護や機能訓練などを受けます。

【費用のめやす（1割負担の場合）】

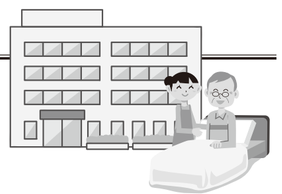
	自己負担分	サービス費用
日額	751 円～ 1,279 円	7,508 円～ 12,783 円

※費用はサービス内容や施設によって異なります。
※日常生活費、食費、居住費は別途自己負担となります。



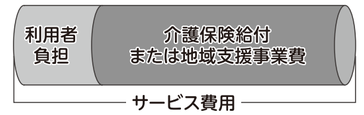
介護医療院 [長期間、医療が必要な方向け]

要介護者に対し、「長期療養のための医療」と日常生活上の世話（介護）を一体的に提供します。



サービスにかかる費用

サービスを利用した場合、原則、費用の一部を負担し、残りが介護保険から給付されます。



介護サービスの利用者負担割合

年金収入等	280万円未満	280万円以上 ※1	340万円以上 ※2
負担割合	1 割	2 割	3 割

※ 1　合計所得金額 160 万円以上、かつ課税年金収入額＋その他の合計所得金額 280 万円（単身世帯の場合。65 歳以上の方が 2 人以上いる世帯の場合 346 万円）以上。
※ 2　合計所得金額 220 万円以上、かつ課税年金収入額＋その他の合計所得金額 340 万円（単身世帯の場合。65 歳以上の方が 2 人以上いる世帯の場合 463 万円）以上。

介護サービスを利用するときは、介護保険証と一緒に「介護保険負担割合証」が必要になります

「介護保険負担割合証」が交付される方

要支援・要介護認定を受けた方、介護予防・日常生活支援総合事業対象者の方

交付時期

前年の所得により負担割合を決定し、毎年7月頃に交付されます。
※新たに要介護(要支援）認定を受けた方には随時交付されます。

適用期間

8 月 1 日～翌年の 7 月 31 日まで
※新たに要介護（要支援）認定を受けた方の適用期間は、申請日からとなります。

在宅サービス・介護予防サービスを利用した場合

在宅サービス・介護予防サービスは要介護度ごとに利用できる限度額が決められています。限度額を超えて利用したときは、超えた分が全額自己負担となります。

<上限を超えて利用した場合>



◎サービスの支給限度額（月額の目安）

要介護状態区分	支給限度額（1か月）
事業対象者 / 要支援 1	50,320 円
要支援 2	105,310 円
要介護 1	167,650 円
要介護 2	197,050 円
要介護 3	270,480 円
要介護 4	309,380 円
要介護 5	362,170 円

支給限度基準額の対象とならないサービス（介護予防含む）

- ●居宅療養管理指導
- ●特定施設入居者生活介護（外部サービス利用型、短期利用を除く）
- ●認知症対応型共同生活介護（短期利用を除く）
- ●地域密着型特定施設入居者生活介護（短期利用を除く）
- ●地域密着型介護老人福祉施設入所者生活介護
- ●施設サービス（介護老人福祉施設、介護老人保健施設、介護医療院）
- ●福祉用具購入費、住宅改修費

ただし、在宅サービス・介護予防サービスの中でも、施設に通い・泊まりで利用するサービスや、施設に入居している方へのサービスは、食費や居住費（滞在費）などが別途自己負担となります。



通いで利用するサービス：利用者負担 ＋ 食費 ＋ 日常生活費

宿泊して利用するサービス／入居している方へのサービス：利用者負担 ＋ 食費 ＋ 居住費（滞在費） ＋ 日常生活費

施設サービスを利用した場合

施設サービス費用の一部と食費、居住費（滞在費）、日常生活費が自己負担となります。

利用者負担 ＋ 食費 ＋ 居住費（滞在費） ＋ 日常生活費



居住費（滞在費）、食費のめやす〈日額〉

利用者の負担額は施設との契約により決まり、居室の種類や施設により異なります。世帯に住民税を課税されている方がいる場合は、下表の金額が標準的な費用となります。

	居住費（滞在費）				食　費
	ユニット型個室	ユニット型個室的多床室	従来型個室	多床室	
令和８年７月まで	2,066 円	1,728 円	1,728 円 (1,231円)	437 円 (915円)	1,445 円
令和８年８月から	2,066 円	1,728 円	1,728 円 (1,231円)	437円/[697円] (915円)	1,545 円

(　　)内の金額は、介護老人福祉施設に入所した場合または短期入所生活介護を利用した場合の額です。
[　　]内の金額は、室料の徴収がある介護老人保健施設または介護医療院に入所した場合の額です。

◉居室の種類については、右表のように区分けされます。また、居室の種類によって、居住費（滞在費）の内訳は異なります。

居室の種類		居住費（滞在費）の内訳
ユニット型個室	共有リビングがある完全個室部屋	室料＋光熱水費相当
ユニット型個室的多床室	共有リビングがある簡易個室部屋	
従来型個室	共有リビングがない個室部屋	
多床室	相部屋	光熱水費相当のみ

所得の低い方は居住費（滞在費）・食費の負担額〈日額〉が軽減されます

申請が必要です

所得の低い方は、下表の限度額までの負担となります。
限度額を超えた分は、特定入所者介護サービス費として介護保険から施設に支払われます。
ただし、一定以上の預貯金などの資産がある場合は、対象外となります。（下記参照）

対象となる施設・サービス

●介護老人福祉施設（地域密着型も含む）　●介護老人保健施設　●短期入所生活介護（介護予防も含む）
●短期入所療養介護（介護予防も含む）　●介護医療院

【利用者負担段階と負担限度額】

利用者負担段階		居住費（滞在費）				食費
		ユニット型個室	ユニット型個室的多床室	従来型個室	多床室	
令和８年７月まで	第1段階	880円	550円	550円(380円)	0円	300円
	第2段階	880円	550円	550円(480円)	430円	390円【600円】
	第3段階①	1,370円	1,370円	1,370円(880円)	430円	650円【1,000円】
	第3段階②	1,370円	1,370円	1,370円(880円)	430円	1,360円【1,300円】
令和８年８月から	第1段階	880円	550円	550円(380円)	0円	300円
	第2段階	880円	550円	550円(480円)	430円	390円【600円】
	第3段階①	1,370円	1,370円	1,370円(880円)	430円	680円【1,030円】
	第3段階②	1,470円	1,470円	1,470円 (980円)	430円/[530円] (530円)	1,420円【1,360円】

※施設の設定した居住費・食費が限度額を下回る場合は、施設の設定した金額の負担となります。
※限度額を超えた分は、特定入所者介護サービス費として介護保険から施設に支払われます。
※（　　）内の金額は、介護老人福祉施設に入所した場合または短期入所生活介護を利用した場合の金額です。
※［　　］内の金額は、室料の徴収がある介護老人保健施設または介護医療院に入所した場合の金額です。
※【　　】内の金額は、短期入所生活介護または短期入所療養介護に入所した場合の金額です。

【軽減の対象となる方】

利用者負担段階	対象者	
	所得の状況	預貯金・有価証券・現金負債などの資産の合計
第1段階	●老齢福祉年金を受給している、世帯全員*が住民税非課税の方 ●生活保護受給者	単身で 1,000万円以下 夫婦で 2,000万円以下であること
第2段階	●世帯全員*が住民税非課税で、前年の課税年金収入額と非課税年金収入額とその他合計所得金額の合計が 82.65万円以下の方	単身で 650万円以下 夫婦で 1,650万円以下であること
第3段階①	●世帯全員*が住民税非課税で、前年の課税年金収入額と非課税年金収入額とその他合計所得金額の合計 が 82.65万円超120万円以下の方	単身で 550万円以下 夫婦で 1,550万円以下であること
第3段階②	●世帯全員*が住民税非課税で、前年の課税年金収入額と非課税年金収入額とその他合計所得金額の合計が120万円超の方	単身で 500万円以下 夫婦で 1,500万円以下であること

＊世帯分離している配偶者も含みます。
※第２号被保険者の方は、利用者負担段階にかかわらず、預貯金等の資産が単身で 1,000 万円以下、夫婦で 2,000 万円以下であれば支給対象となります。

預貯金等に含まれるもの	確認方法
預貯金（普通・定期・定額・積立・貯蓄等）	通帳の写し、証書の写しなど
有価証券（株式・国債・地方債・社債等）	証券会社や銀行の口座残高の写しなど
金・銀（積立購入を含む）等、購入先の口座残高によって時価評価額が容易に把握できる貴金属	購入先の銀行等の口座残高の写しなど
投資信託	銀行、信託銀行、証券会社等の口座残高の写しなど
タンス預金（現金）	自己申告
負債（住宅ローン等）	借用証書など

預貯金等に含まれないもの…生命保険、不動産（土地、家屋など）、自動車、腕時計・宝石など時価評価額の把握が困難な貴金属、絵画・骨董品、家財など

利用者負担が高額になったとき

申請が必要です

世帯内で同じ月に利用したサービスにかかる利用者負担額（月額）が、下表の一定の上限額を超えたときは、申請により「高額介護サービス費」としてあとから支給されます。
支給対象となる方には、申請書が送られてきます。申請書を市役所に提出します。

利用者負担段階区分	上限額（世帯合計）
• 課税所得690万円以上の方	140,100 円
• 課税所得380万円以上690万円未満の方	93,000 円
• 住民税課税世帯で課税所得380万円未満の方	44,400 円
• 世帯全員が住民税非課税の方など	24,600 円
• 老齢福祉年金受給者で世帯全員が住民税非課税の方 • 世帯全員が住民税非課税で前年のその他の合計所得金額と※課税年金収入額の合計が82.65万円以下の方	個人 15,000 円
• 生活保護の受給者 • 利用者負担上限額を15,000円に減額することにより、生活保護の受給者とならない方	15,000 円 個人 15,000 円

※「その他の合計所得金額」とは合計所得金額から公的年金に係る雑所得を差し引いた金額です。

このような費用は対象となりません

- 福祉用具購入費の利用者負担分
- 住宅改修費の利用者負担分
- 支給限度額を超える利用者負担額
- 居住費（滞在費）・食費・日常生活費など

介護保険と医療保険※の自己負担が高くなったとき

※医療保険とは国民健康保険、職場の健康保険、後期高齢者医療制度などのことです。

申請が必要です

介護保険と医療保険の上限額を適用したあとに、世帯内で１年間の自己負担合計額が一定の負担限度額を超えた場合に、申請により超えた分が支給されます（高額医療合算介護サービス費）。

●国民健康保険、後期高齢者医療制度に加入されている方

支給対象となる可能性がある方には、申請書が送られてきます。申請書を市役所に提出します。

●稲城市の介護保険証をお持ちで、職場の健康保険などに加入している方

お手続きについて、加入している健康保険組合などの医療保険者にお問い合わせください。

【 高額医療合算介護サービス費の自己負担限度額【年額（8月1日～翌年7月31日）】】

▌70歳以上の方のみの世帯

所得区分	自己負担限度額
課税標準額※ 690万円以上	212万円
課税標準額 380万円以上690万円未満	141万円
課税標準額 145万円以上380万円未満	67万円
課税標準額 145万円未満	56万円
住民税非課税	31万円
住民税非課税（世帯の各収入から必要経費・控除を差し引いたときに所得が0円になる方。）	19万円

※「課税標準額」とは、総所得金額から基礎控除額（43万円）及び各種所得控除を差し引いた額です。

▌70歳未満の方を含む世帯

所得区分	自己負担限度額
賦課基準額※ 901万円超	212万円
賦課基準額 600万円超901万円以下	141万円
賦課基準額 210万円超600万円以下	67万円
賦課基準額 210万円以下	60万円
住民税非課税	34万円

※「賦課基準額」とは、各健康保険加入者の総所得金額等から基礎控除額（43万円）を差し引いた額の合計です。

市役所へ申請が必要です

●高額介護サービス費の支給

「高額介護サービス費支給申請書」などを市役所へ提出します。

●高額医療合算介護サービス費の支給

所定の申請書を市役所、加入している健康保険組合などへ提出します。

●居住費（滞在費）、食費の負担の軽減

市役所に申請して「介護保険負担限度額認定証」の交付を受け、サービスを受けるときに事業者に提示します。



サービス利用料の軽減について

◉特に生計が困難と認められる場合

申請が必要です

対象サービスを提供する事業者が都及び事業所所在地の区市町村にサービス利用料の軽減をする旨、申し出ている場合、１割の自己負担が、その４分の３に軽減されます。(10%⇒ 7.5%) 次の全ての要件を満たす方が対象です。

●「生計困難」と認められるには要件があります。

①世帯の全員が住民税非課税であること。

②世帯全員の年間収入の合計が基準収入額以下であること。
［注］基準収入額は、一人世帯の場合は年額150万円とし、世帯構成員が1人増えるごとに50万円を加えた額とします。

③申請日現在、世帯全員の預貯金額等の合計が基準貯蓄額以下であること。
［注］基準貯蓄額（有価証券や債権も含む）は、一人世帯の場合は350万円とし、世帯構成員が1人増えることに100万円を加えた額とします。

④日常生活に供する資産以外に活用できる資産がないこと。

⑤負担能力のある親族等に扶養されていないこと。

⑥申請日現在、介護保険料を滞納していないこと。

⑦施設入所者等の居住費（滞在費）・食費及び宿泊費については、特定入所者介護（予防）サービス費が支給されていること。

◉災害により住居等に損害を受けた場合

申請が必要です

対象地域・要件がありますのでお問い合わせください。

事業所ガイド

事業者と契約するときの注意事項

介護保険によるサービスの利用は、利用者とサービス事業者との「契約」になります。契約を交わすときは、次の点に注意しましょう。

- 契約の目的となるサービスが明記されているか。
- 利用者と事業者との間の契約となっているか。
- 都道府県や稲城市から指定された事業者か。
- 利用者の状況に合ったサービス内容や回数か。
- 契約期間は要介護認定の有効期間と合っているか。
- 利用料や交通費の要否などの内容が明記されているか。
- 介護保険法などにもとづいた金額となっているか。
- 利用者からの解約が認められる場合、その手続きが明記されているか。
- 利用者は一定の予告期間を持って解約ができるようになっているか。
- 利用者や家族の秘密が守られるようになっているか。

※契約書には、この他にもさまざまな項目があります。よく読んで、不明なところは説明を受けて確認しましょう。

市内・近隣の事業所

サービス・活動事業……58

○通所型サービス A

高齢者サービスステーションいなぎ正吉苑…58
いなぎ苑……58
いなぎ苑（地域密着）……58
デイサービスセンターひらお苑……58
デイサービスセンターハーモニー松葉…58
アクアメイト稲城……58
稲城柔道接骨師会デイサービス株式会社…58
ヒューマンライフケア稲城の湯……58
サロンデイ稲城……58
デイサービス　柔……58
NPO ふれあい広場ポーポーの木…58
稲城ケアセンターそよ風……58
デイサービス　第二柔……58
ツクイ稲城東長沼……58
デイ・ホームたんぽぽ……58
コンパスウォーク稲城……58
オーエンス健康プラザ……58
かがやき倶楽部みのり……58
アイメディカルフィットネス稲城…58
らいおんハートジップリハパーク…58
アイメディカルフィットネス新百合ヶ丘…58
シンシア多摩……58
あすかフィジカルセンター鶴川……58

○通所型サービス C

稲城接骨師会デイサービス　おみ接骨院…59
稲城接骨師会デイサービス　清水接骨院…59
稲城接骨師会デイサービス　佐々木接骨院…59
平尾接骨院……59
WA！　ホグレルジム……59
アクアメイト稲城……59
デイサービス　第二柔……59

○訪問型サービス A

いなぎ苑……59
ホームヘルパーステーションやのくち正吉苑…59
ホームヘルパーステーションひらお苑…59
NPO ふれあい広場ポーポーの木…59
手のひら訪問介護サービス……59
アースサポート稲城……59
やさしい手　平尾訪問介護事業所……59
稲城市社会福祉協議会……59
ヘルパーステーション　あんさんぶる稲城…59
稲城訪問介護事業所　ほほえみ……59
Sompoケア調布訪問介護(稲城長沼サテライト)…59
Sompoケア調布訪問介護(稲城サテライト)……59

○訪問型サービス C

駒沢女子大学　健康栄養相談室……59
スギ薬局　調布布田店……59

居宅介護支援……60

ひらお苑ケアマネジメント相談センター…60
介護支援センター　ゆい若葉台……60
いなぎ苑介護支援サービスセンター…60
介護支援センターいなぎ（稲城柔道接骨師会）…60
居宅介護支援センター　やのくち正吉苑…60
稲城居宅介護支援事業所ほほえみ…60
やさしい手平尾居宅介護支援事業所…60
ケアセンターあんさんぶる稲城……61
稲城わかばケアプランセンター……61
ケアプランセンターあいクリニック平尾…61
ケアプラン　ささえ……61
もみじケア……61
Care Plan 愛……61
平尾居宅介護支援事業所かもめ……61

訪問介護……62

いなぎ苑……62
ニチイケアセンター稲城……62
ホームヘルパーステーション　やのくち正吉苑…62
ホームヘルパーステーションひらお苑…62
手のひら訪問介護サービス……62
アースサポート稲城……62
やさしい手平尾訪問介護事業所……62
ヘルパーステーションあんさんぶる稲城…63
稲城訪問介護事業所ほほえみ……63

訪問リハビリテーション……64

介護老人保健施設デンマークイン若葉台…64

訪問入浴介護……64

訪問入浴サービス　あじさい……64

訪問看護……64

稲城わかば訪問看護ステーション…64
訪問看護ステーション ライフィニティ稲城…64
訪問看護ステーション　いなぎ正吉苑…64
訪問看護ステーション　いなぎ正吉苑　サテライト…64
訪問看護ステーションゆい若葉台…65
あい訪問看護ステーション平尾……65
訪問看護かえりえ平尾……65
訪問看護ステーション THE NEXT 稲城…65
eg+訪問看護ステーション稲城……65
リハラボ訪問看護リハビリステーション多摩稲城サテライト…65
平尾訪問看護ステーションかもめ……65

通所介護……66

高齢者サービスステーション　いなぎ正吉苑…66
いなぎ苑……66
デイサービスセンター　ひらお苑…66
デイサービスセンター　ハーモニー松葉…66
アクアメイト稲城……66
ヒューマンライフケア　稲城の湯…66
稲城ケアセンターそよ風……66
ツクイ稲城東長沼……67
デイ・ホームたんぽぽ……67
あすかフィジカルセンター平尾……67
ブルーミングケア稲城坂浜……67
コンパスウォーク稲城……67
デイサービス　趣味と社交の場……67
アイメディカルフィットネス稲城…67

通所リハビリテーション……68

デンマークイン若葉台……68
医療法人社団ケアクリーク　なかざわ整形外科…68
アクアピア新百合……68

特定施設入居者生活介護……69

介護付き有料老人ホーム　ベストライフたま…69
介護付き有料老人ホーム　ベアウェル多摩川…69
介護付き有料老人ホーム　ニチイホーム稲城…69
介護付き有料老人ホーム　そんぽの家稲城矢野口…69

短期入所生活介護……69

いなぎ苑……69
ショートステイ　ひらお苑……69
いなぎ正吉苑……70
稲城ケアセンターそよ風……70

短期入所療養介護……70

デンマークイン若葉台……70
アクアピア新百合……70

介護老人福祉施設……70

いなぎ正吉苑……70
いなぎ苑……70
ひらお苑……71

介護老人保健施設……71

デンマークイン若葉台……71
アクアピア新百合……71

看護小規模多機能型居宅介護……71

複合型サービスセンター　やのくち正吉苑…71
看多機かえりえ平尾……71
看護小規模多機能　ライフィニティ稲城…71

小規模多機能型居宅介護……72

ALSOK小規模多機能型居宅介護・稲城長沼…72
小規模多機能型居宅介護　たんぽぽの郷…72

地域密着型通所介護……72

稲城柔道接骨師会デイサービス……72
サロンデイ稲城……72
デイサービス　柔……72
いなぎ苑（地域密着）……72

認知症対応型共同生活介護…73

グループホームやまももの……73
グループホーム　やのくち正吉苑…73
ALSOKグループホーム・稲城長沼…73
グループホーム　たんぽぽの郷……73
グループホーム稲城わかば……74
グループホーム　ライフィニティ稲城…74

夜間対応型訪問介護……74

ホームヘルパーステーション　やのくち正吉苑…74

定期巡回・随時対応型訪問介護看護…74

ホームヘルパーステーション　やのくち正吉苑…74
やさしい手　平尾定期巡回随時対応型 訪問介護看護事業所…74
いなぎ苑（定期巡回）……74

サービス・活動事業

通所型サービス A

閉じこもり予防や機能訓練など日常生活上の支援をします

事業所名(市内)	所在地	連絡先	送迎
高齢者サービスステーションいなぎ正吉苑	稲城市平尾 4-16-1	042-331-2001	有
いなぎ苑	稲城市百村 255	042-379-5500	有
いなぎ苑(地域密着)	稲城市百村 255	042-379-5500	有
デイサービスセンターひらお苑	稲城市平尾 2-49-20	042-331-5666	有
デイサービスセンターハーモニー松葉	稲城市矢野口 1806	042-370-8160	有
アクアメイト稲城	稲城市向陽台 6-8	042-370-0580	有
稲城柔道接骨師会デイサービス株式会社	稲城市東長沼 1174-7 リベラルハイツ 101	042-401-8755	有
ヒューマンライフケア稲城の湯	稲城市東長沼 1715-4 ローズウエスト1階	042-318-8720	有
サロンデイ稲城	稲城市大丸 313-1 ビューアイランド OS・I 1階	042-370-5125	有
デイサービス　柔	稲城市東長沼 69-2	042-401-5638	有
NPO ふれあい広場ポーポーの木	稲城市向陽台 6-9 多摩ニュータウン六丁目団地 1-110	042-379-3373	有
稲城ケアセンターそよ風	稲城市押立 1192-1	042-370-0881	有
デイサービス　第二柔	稲城市東長沼 68-2	042-401-5638	有
ツクイ稲城東長沼	稲城市東長沼 2125-1	042-370-2261	有
デイ・ホームたんぽぽ	稲城市坂浜 88-1	042-401-3160	有
コンパスウォーク稲城	稲城市矢野口 944	042-379-8245	有
オーエンス健康プラザ	稲城市大丸 1171	042-370-2280	無
かがやき倶楽部みのり	稲城市東長沼 1270-4	042-378-8757	無
アイメディカルフィットネス稲城	稲城市東長沼 3106-1 ベルヴェル稲城2階	042-401-7301	有
事業所名(市外)	所在地	連絡先	送迎
らいおんハートジップリハパーク	町田市三輪緑山 1-3-1	044-281-3620	有
アイメディカルフィットネス新百合ヶ丘	川崎市麻生区上麻生 4-15-1 山口台ビル3階	044-969-7121	有
シンシア多摩	多摩市聖ヶ丘 5丁目1番地1	042-311-3831	有
あすかフィジカルセンター鶴川	町田市能ヶ谷6-2-50	042-708-0057	有

通所型サービス C

短期間(3～6ヶ月)で集中的に機能訓練ができるサービスです

各事業者が実施しているサービスを動画で紹介しています。二次元コードからご覧いただけます。

事業所名	所在地	連絡先	送迎
稲城接骨師会デイサービス　おみ接骨院	稲城市東長沼 3109-104	042-379-3978	有
稲城接骨師会デイサービス　清水接骨院	稲城市百村 168-6	042-377-9455	有
稲城接骨師会デイサービス　佐々木接骨院	稲城市矢野口 1660-101	042-378-6363	有
平尾接骨院	稲城市平尾 3-1-1-35-105	042-331-0346	有
WA！　ホグレルジム	神奈川県川崎市麻生区黒川 562-6 京王リトナード内C -101	044-299-8187	無
アクアメイト稲城	稲城市向陽台 6-8	042-370-0580	有
デイサービス　第二柔	稲城市東長沼 68-2	042-401-5638	有

訪問型サービス A

掃除や洗濯、ゴミ出しなどの生活援助を行います

事業所名(市内)	所在地	連絡先
いなぎ苑	稲城市百村 255	042-379-5500
ホームヘルパーステーションやのくち正吉苑	稲城市矢野口 1804-3	042-370-2202
ホームヘルパーステーションひらお苑	稲城市平尾 2-49-20	042-331-6088
NPO ふれあい広場ポーポーの木	稲城市向陽台 6-9 多摩ニュータウン六丁目団地 1-110	042-379-3373
手のひら訪問介護サービス	稲城市東長沼 999-1 ステージI　410	042-379-8790
アースサポート稲城	稲城市向陽台 3-4-4	042-378-6900
やさしい手　平尾訪問介護事業所	稲城市平尾 3-7-4 コーシャハイム平尾内	050-1751-8373
稲城市社会福祉協議会	稲城市百村 7	042-378-3366
ヘルパーステーション　あんさんぶる稲城	稲城市大丸 1395-6	042-401-5923
稲城訪問介護事業所　ほほえみ	稲城市東長沼 3111-1　T's garden105	042-401-7970
Sompoケア調布訪問介護(稲城長沼サテライト)	稲城市東長沼 1124-1	042-370-0653
Sompoケア調布訪問介護(稲城サテライト)	稲城市東長沼 2430	042-370-3161

訪問型サービス C

管理栄養士が訪問し、栄養指導等を行います

事業所名	所在地	連絡先
駒沢女子大学　健康栄養相談室	稲城市坂浜 238	042-350-7167
スギ薬局　調布布田店	調布市布田 2-21-1	042-426-8501

居宅介護支援

1	事業所名	ひらお苑ケアマネジメント相談センター		
事業所番号		1375100011	法人名	(社福)平尾会
所在地		〒 206-0823　稲城市平尾 2-49-20		
TEL		042-331-6088	FAX	042-350-5578
受付時間		8：30 ～ 17：30		
併設サービス		訪問介護、通所介護、短期入所生活介護、介護老人福祉施設、認知症対応型共同生活介護、地域包括支援センター		

2	事業所名	介護支援センター　ゆい若葉台		
事業所番号		1375100037	法人名	(医)研精会
所在地		〒 206-0824　稲城市若葉台 3-7-1		
TEL		042-331-6601	FAX	042-331-1724
受付時間		9：00 ～ 17：00		
併設サービス		訪問看護、訪問リハビリテーション、通所リハビリテーション、短期入所療養介護、介護老人保健施設		

3	事業所名	いなぎ苑介護支援サービスセンター		
事業所番号		1375100045	法人名	(社福)永明会
所在地		〒 206-0804　稲城市百村 255		
TEL		042-379-5500	FAX	042-379-5131
受付時間		8：30 ～ 17：30		
併設サービス		訪問介護、通所介護、地域密着型通所介護、定期巡回・随時対応・型訪問介護看護、短期入所生活介護、介護老人福祉施設、福祉有償運送事業、地域包括支援センター		

4	事業所名	介護支援センターいなぎ（稲城柔道接骨師会）		
事業所番号		1375100300	法人名	稲城柔道接骨師会デイサービス(株)
所在地		〒 206-0802　稲城市東長沼 1174-7　リベラルハイツ 101		
TEL		042-370-0977	FAX	042-370-0977
受付時間		11：00 ～ 17：30		
併設サービス		地域密着型通所介護、通所型サービス		

5	事業所名	居宅介護支援センター　やのくち正吉苑		
事業所番号		1375100433	法人名	(社福)正吉福祉会
所在地		〒 206-0812　稲城市矢野口 1804-3		
TEL		042-370-2202	FAX	042-370-2203
受付時間		8：30 ～ 17：30		
併設サービス		訪問介護、訪問看護、看護小規模多機能型居宅介護、認知症対応型共同生活介護、夜間対応型訪問介護、定期巡回・随時対応型訪問介護看護		

6	事業所名	稲城居宅介護支援事業所ほほえみ		
事業所番号		1375100573	法人名	(医)俊榮会
所在地		〒 206-0802　稲城市東長沼 3111-1　T's garden 105		
TEL		042-377-8826	FAX	042-401-7980
受付時間		9：00 ～ 17：30		
併設サービス		訪問介護		

7	事業所名	やさしい手平尾居宅介護支援事業所		
事業所番号		1375100631	法人名	(株)やさしい手
所在地		〒 206-0823　稲城市平尾 3-7-4　コーシャハイム平尾内		
TEL		050-1752-7722	FAX	050-3535-8268
受付時間		9：00 ～ 18：00		
併設サービス		訪問介護、訪問看護、看護小規模多機能型居宅介護、定期巡回・随時対応型訪問介護看護		

8	事業所名	ケアセンターあんさんぶる稲城		
事業所番号		1375100656	法人名	(同) Efriends
所在地		〒 206-0801　稲城市大丸 1395-6		
TEL		042-401-5923	FAX	042-401-5924
受付時間		9：00 ～ 18：00		
併設サービス		訪問介護		

9	事業所名	稲城わかばケアプランセンター		
事業所番号		1375100680	法人名	(医)秀巧会
所在地		〒 206-0802　稲城市東長沼 3106-3　オークプラザ1階		
TEL		042-401-5310	FAX	042-370-0533
受付時間		8：30 ～ 17：30		
併設サービス		訪問看護		

10	事業所名	ケアプランセンターあいクリニック平尾		
事業所番号		1375100698	法人名	(医)河北医療財団
所在地		〒 206-0823　稲城市平尾 3-7-4　コーシャハイム平尾1階		
TEL		042-318-1826	FAX	042-318-9885
受付時間		9：00 ～ 17：00		
併設サービス		訪問看護		

11	事業所名	ケアプラン　ささえ		
事業所番号		1375100748	法人名	(同) Sasae
所在地		〒 206-0801　稲城市大丸 157-1　サンシャトル石井106号室		
TEL		042-315-5517	FAX	042-403-6522
受付時間		9：00 ～ 18：00		
併設サービス				

12	事業所名	もみじケア		
事業所番号		1375100847	法人名	（株）椛
所在地		〒 206-0822　稲城市坂浜 539-14　シティハイムフォーレスト2-F		
TEL		080-7135-8575	FAX	042-350-3829
受付時間		9：00 ～ 17：30		
併設サービス				

13	事業所名	Care Plan 愛		
事業所番号		1375100870	法人名	（株）ETERNITY
所在地		〒 206-0801　稲城市大丸 941-1　ナガヤ化学ビル　405号室		
TEL		042-401-6301	FAX	042-401-6302
受付時間		9：00 ～ 17：00		
併設サービス				

14	事業所名	平尾居宅介護支援事業所かもめ		
事業所番号		1375100888	法人名	（医）かもめ
所在地		〒 206-0823　稲城市平尾 1-33-34　もりや脳神経クリニック2階		
TEL		090-9699-8594	FAX	―
受付時間		8：30 ～ 17：30		
併設サービス		訪問看護		

訪問介護

1	事業所名	いなぎ苑		
事業所番号		1375100060	法人名	(社福)永明会
所在地		〒 206-0804　稲城市百村 255		
TEL		042-379-5500	FAX	042-379-5131
受付時間		8：30 ～ 17：30		
併設サービス		居宅介護支援、通所介護、地域密着型通所介護、定期巡回・随時、対応型訪問介護看護 短期入所生活介護、介護老人福祉施設、福祉有償運送事業、地域包括支援センター		

2	事業所名	ニチイケアセンター稲城		
事業所番号		1375100102	法人名	(株)ニチイ学館
所在地		〒 206-0804　稲城市百村 1623-1　パストラルハイム稲城 2 階		
TEL		042-370-3171	FAX	042-370-3172
受付時間		9：00 ～ 18：00		
併設サービス				

3	事業所名	ホームヘルパーステーション　やのくち正吉苑		
事業所番号		1375100128	法人名	(社福)正吉福祉会
所在地		〒 206-0812　稲城市矢野口 1804-3		
TEL		042-370-2202	FAX	042-370-2203
受付時間		8：30 ～ 17：30		
併設サービス		居宅介護支援、訪問看護、看護小規模多機能型居宅介護、認知症対応型共同生活介護、夜間対応型訪問介護、定期巡回・随時対応型訪問介護看護		

4	事業所名	ホームヘルパーステーションひらお苑		
事業所番号		1375100136	法人名	(社福)平尾会
所在地		〒 206-0823　稲城市平尾 2-49-20		
TEL		042-331-6088	FAX	042-350-5578
受付時間		9：00 ～ 17：00		
併設サービス		居宅介護支援、通所介護、短期入所生活介護、介護老人福祉施設、認知症対応型共同生活介護、地域包括支援センター、生活支援ハウス		

5	事業所名	手のひら訪問介護サービス		
事業所番号		1375100417	法人名	(同)ハートフルケアゆうゆう
所在地		〒 206-0802　稲城市東長沼 999-1　ステージⅠ 410		
TEL		042-379-8790	FAX	042-379-8791
受付時間		9：00 ～ 17：00		
併設サービス				

6	事業所名	アースサポート稲城		
事業所番号		1375100441	法人名	アースサポート(株)
所在地		〒 206-0803　稲城市向陽台 3-4-4		
TEL		042-378-6900	FAX	042-401-6910
受付時間		8：30 ～ 17：30		
併設サービス				

7	事業所名	やさしい手平尾訪問介護事業所		
事業所番号		1375100623	法人名	(株)やさしい手
所在地		〒 206-0823　稲城市平尾 3-7-4　コーシャハイム平尾内		
TEL		050-1751-8373	FAX	050-3535-7880
受付時間		9：00 ～ 18：00		
併設サービス		居宅介護支援、訪問看護、看護小規模多機能型居宅介護、定期巡回・随時対応型訪問介護看護		

8	事業所名	ヘルパーステーションあんさんぶる稲城		
事業所番号		1375100664	法人名	(同)Efriends
所在地		〒 206-0801　稲城市大丸 1395-6		
TEL		042-401-5923	FAX	042-401-5924
受付時間		9：00 ～ 18：00		
併設サービス		居宅介護支援		

9	事業所名	稲城訪問介護事業所ほほえみ		
事業所番号		1375100854	法人名	(医)俊榮会
所在地		〒 206-0802　稲城市東長沼3111-1　T's garden105		
TEL		042-401-7970	FAX	042-401-7980
受付時間		9：00 ～ 18：00		
併設サービス		居宅介護支援		

訪問リハビリテーション

1 事業所名	介護老人保健施設デンマークイン若葉台		
事業所番号	1375100771	法人名	(医)研精会
所在地	〒 206-0824　稲城市若葉台 3-7-1		
TEL	042-331-3030	FAX	042-331-3185
受付時間	9：00 ～ 17：00		
併設サービス	居宅介護支援、訪問看護、短期入所療養介護、介護老人保健施設、通所リハビリテーション		

訪問入浴介護

1 事業所名	訪問入浴サービス　あじさい		
事業所番号	1375100789	法人名	(株)あじさいケア
所在地	〒 206-0823　稲城市平尾 1-54-15　あじさいビル 202		
TEL	042-350-3307	FAX	042-350-3309
受付時間	平日 9：00 ～ 17：00、土曜 9：00 ～ 15：00		
併設サービス			

訪問看護

1 事業所名	稲城わかば訪問看護ステーション		
事業所番号	1365190022	法人名	(医)秀巧会
所在地	〒 206-0802　稲城市東長沼 3106-3　オークプラザ 1 階		
TEL	042-370-0532	FAX	042-370-0533
受付時間	9：00 ～ 18：00		
併設サービス	居宅介護支援		

2 事業所名	稲城訪問看護ステーション ライフィニティ稲城		
事業所番号	1365190055	法人名	(医)俊榮会
所在地	〒 206-0802　稲城市東長沼 3113-1		
TEL	042-377-8806	FAX	042-377-8836
受付時間	9：00 ～ 17：30		
併設サービス	看護小規模多機能型居宅介護、認知症対応型共同生活介護		

3 事業所名	訪問看護ステーション　いなぎ正吉苑		
事業所番号	1367191166	法人名	(社福)正吉福祉会
所在地	〒 206-0812　稲城市矢野口 1804-3		
TEL	042-370-2202	FAX	042-370-2203
受付時間	8：30 ～ 17：30		
併設サービス	居宅介護支援、訪問介護、看護小規模多機能型居宅介護、認知症対応型共同生活介護、夜間対応型訪問介護、定期巡回・随時対応型訪問介護看護		

4 事業所名	訪問看護ステーション　いなぎ正吉苑　サテライト		
事業所番号	1367191166	法人名	(社福)正吉福祉会
所在地	〒 206-0823　稲城市平尾 4-16-1		
TEL	042-331-2001	FAX	042-331-2004
受付時間	8：30 ～ 17：30		
併設サービス	通所介護、介護老人福祉施設、短期入所生活介護		

5 事業所名	訪問看護ステーションゆい若葉台		
事業所番号	1367191281	法人名	(医)研精会
所在地	〒 206-0824　稲城市若葉台 3-7-1		
TEL	042-331-1710	FAX	042-331-1724
受付時間	9：00 ～ 17：00		
併設サービス	居宅介護支援、訪問リハビリテーション、通所リハビリテーション、短期入所療養介護、介護老人保健施設		

6 事業所名	あい訪問看護ステーション平尾		
事業所番号	1367193840	法人名	(医)河北医療財団
所在地	〒 206-0823　稲城市平尾 3-7-4　コーシャハイム平尾 1 階		
TEL	042-350-8615	FAX	042-350-8616
受付時間	8：30 ～ 17：00		
併設サービス	居宅介護支援		

7 事業所名	訪問看護かえりえ平尾		
事業所番号	1365190048	法人名	(株)やさしい手
所在地	〒 206-0823　稲城市平尾 3-7-4　コーシャハイム平尾内		
TEL	050-1748-6310	FAX	050-3730-7723
受付時間	9：00 ～ 18：00		
併設サービス	居宅介護支援、訪問介護、看護小規模多機能型居宅介護、定期巡回・随時対応型訪問介護看護		

8 事業所名	訪問看護ステーション　THE NEXT　稲城		
事業所番号	1365190063	法人名	(株)N-STEP
所在地	〒 206-0802　稲城市東長沼1281　内田マンション2-302		
TEL	042-401-6644	FAX	042-401-6645
受付時間	9：00 ～ 17：00		
併設サービス			

9 事業所名	eg+訪問看護ステーション稲城		
事業所番号	1365190071	法人名	(株)6'eg
所在地	〒 206-0823　稲城市平尾　3-1-1　公社平尾住宅36号棟102号室		
TEL	042-401-4136	FAX	042-401-4137
受付時間	8：30 ～ 17：30		
併設サービス			

10 事業所名	リハラボ訪問看護リハビリステーション多摩　稲城サテライト		
事業所番号	1365021722	法人名	(株)Reha Labo Japan
所在地	〒 206-0804　稲城市大丸124-5　岩瀬ビル2-3F		
TEL	042-401-5592	FAX	042-401-5593
受付時間	8:30～17:30		
併設サービス			

11 事業所名	平尾訪問看護ステーションかもめ		
事業所番号	1365190089	法人名	(医)かもめ
所在地	〒 206-0823　稲城市平尾 1-33-34　もりや脳神経クリニック2階		
TEL	090-2491-7703	FAX	―
受付時間	9:00～17:00		
併設サービス	居宅介護支援		

通所介護

1	事業所名	高齢者サービスステーション　いなぎ正吉苑		
事業所番号		1375100029	法人名	(社福)正吉福祉会
所在地		〒 206-0823　稲城市平尾 4-16-1		
TEL		042-331-2001	FAX	042-331-2004
受付時間		8：30 ～ 17：30		
併設サービス		訪問看護、短期入所生活介護、介護老人福祉施設		

2	事業所名	いなぎ苑		
事業所番号		1375100060	法人名	(社福)永明会
所在地		〒 206-0804　稲城市百村 255		
TEL		042-379-5500	FAX	042-379-5131
受付時間		8：30 ～ 17：30		
併設サービス		居宅介護支援、訪問介護、地域密着型通所介護、定期巡回・随時、対応型訪問介護看護、短期入所生活介護、介護老人福祉施設、福祉有償運送事業、地域包括支援センター		

3	事業所名	デイサービスセンター　ひらお苑		
事業所番号		1375100086	法人名	(社福)平尾会
所在地		〒 206-0823　稲城市平尾 2-49-20		
TEL		042-331-5666	FAX	042-331-6006
受付時間		9：00 ～ 17：00		
併設サービス		居宅介護支援、訪問介護、短期入所生活介護、介護老人福祉施設、認知症対応型共同生活介護、地域包括支援センター		

4	事業所名	デイサービスセンター　ハーモニー松葉		
事業所番号		1375100177	法人名	(社福)博愛会
所在地		〒 206-0812　稲城市矢野口 1806		
TEL		042-370-8160	FAX	042-370-8161
受付時間		8：30 ～ 17：30		
併設サービス		軽費老人ホーム		

5	事業所名	アクアメイト稲城		
事業所番号		1375100292	法人名	(有)沼南メディカルサービス
所在地		〒 206-0803　稲城市向陽台 6-8		
TEL		042-370-0580	FAX	042-370-0581
受付時間		8：30 ～ 17：30		
併設サービス				

6	事業所名	ヒューマンライフケア　稲城の湯		
事業所番号		1375100409	法人名	ヒューマンライフケア(株)
所在地		〒 206-0802　稲城市東長沼 1715-4　ローズウエスト　1 階		
TEL		042-318-8720	FAX	042-318-8540
受付時間		9：00 ～ 17：00		
併設サービス				

7	事業所名	稲城ケアセンターそよ風		
事業所番号		1375100524	法人名	(株)SOYOKAZE
所在地		〒 206-0811　稲城市押立 1192-1		
TEL		042-370-0881	FAX	042-370-0882
受付時間		8：30 ～ 17：30		
併設サービス		短期入所生活介護		

8	事業所名	ツクイ稲城東長沼		
事業所番号		1375100599	法人名	(株)ツクイ
所在地		〒 206-0802　稲城市東長沼 2125-1		
TEL		042-370-2261	FAX	042-370-2262
受付時間		8：30 ～ 17：30		
併設サービス				

9	事業所名	デイ・ホームたんぽぽ		
事業所番号		1375100706	法人名	(社福)春献美会
所在地		〒 206-0822　稲城市坂浜 88-1		
TEL		042-401-3160	FAX	042-401-3161
受付時間		10：00 ～ 16：15		
併設サービス				

10	事業所名	あすかフィジカルセンター平尾		
事業所番号		1375100730	法人名	(医)明日佳
所在地		〒 206-0823　稲城市平尾 1-54-20　長財ビル 101		
TEL		042-350-8885	FAX	042-350-8886
受付時間		8：30 ～ 17：30		
併設サービス				

11	事業所名	ブルーミングケア稲城坂浜		
事業所番号		1375100755	法人名	(株)3C
所在地		〒 206-0822　稲城市坂浜 3-30-1		
TEL		042-401-3616	FAX	042-401-3617
受付時間		9：00 ～ 17：00		
併設サービス				

12	事業所名	コンパスウォーク稲城		
事業所番号		1375100797	法人名	(有)テトシステム
所在地		〒 206-0812　稲城市矢野口 944		
TEL		042-379-8245	FAX	042-379-8246
受付時間		平日 9：00 ～ 16：30		
併設サービス				

13	事業所名	デイサービス　趣味と社交の場		
事業所番号		1375100821	法人名	(株)玉井企画
所在地		〒 206-0812　稲城市矢野口 313-7　三慶ビル 3 階		
TEL		042-401-5910	FAX	042-401-5912
受付時間		8：30 ～ 17：30		
併設サービス				

14	事業所名	アイメディカルフィットネス稲城		
事業所番号		1375100862	法人名	(医)伸和会
所在地		〒 206-0802　稲城市東長沼3106-1　ベェルヴェル稲城２階		
TEL		042-401-7301	FAX	042-401-7302
受付時間		8：30 ～ 17：30		
併設サービス				

通所リハビリテーション

1	事業所名	デンマークイン若葉台		
事業所番号		1357080013	法人名	(医)研精会
所在地		〒 206-0824　稲城市若葉台 3-7-1		
TEL		042-331-3030	FAX	042-331-3185
受付時間		9：00 ～ 17：00		
併設サービス		居宅介護支援、訪問看護、訪問リハビリテーション、短期入所療養介護、介護老人保健施設		

2	事業所名	医療法人社団ケアクリーク　なかざわ整形外科		
事業所番号		1315121033	法人名	(医)ケアクリーク
所在地		〒 206-0802　稲城市東長沼 1989-1		
TEL		042-370-5441	FAX	042-370-5443
受付時間		8：30 ～ 13：00		
併設サービス				

3	事業所名	アクアピア新百合		
事業所番号		1455680020	法人名	(医)神緑会
所在地		〒 215-0035　川崎市麻生区黒川 318		
TEL		044-981-5667	FAX	044-981-5668
受付時間		9：00 ～ 18：00		
併設サービス		短期入所療養介護、介護老人保健施設		

特定施設入居者生活介護

1	事業所名	介護付き有料老人ホーム　ベストライフたま		
事業所番号		1375100722	法人名	(株)ベストライフ東京
所在地		〒 206-0823　稲城市平尾 4-54-2		
TEL		042-350-7210	FAX	042-350-7211
受付時間		9：00 ～ 18：00　(本社) 9：30 ～ 18：30		
併設サービス				

2	事業所名	介護付き有料老人ホーム　ペアウェル多摩川		
事業所番号		1375100227	法人名	(株)ペアウェル
所在地		〒 206-0802　稲城市東長沼 665		
TEL		042-377-5770	FAX	042-377-5858
受付時間		9：00 ～ 18：00		
併設サービス				

3	事業所名	介護付き有料老人ホーム　ニチイホーム稲城		
事業所番号		1375100235	法人名	(株)ニチイケアパレス
所在地		〒 206-0802　稲城市東長沼 696		
TEL		042-370-3581	FAX	042-370-3582
受付時間		9：00 ～ 18：00		
併設サービス				

4	事業所名	介護付き有料老人ホーム　そんぽの家稲城矢野口		
事業所番号		1375100581	法人名	SOMPO ケア(株)
所在地		〒 206-0812　稲城市矢野口 1674-1		
TEL		042-370-3700	FAX	042-370-3701
受付時間		9：00 ～ 18：00		
併設サービス				

短期入所生活介護

1	事業所名	いなぎ苑		
事業所番号		1375100060	法人名	(社福)永明会
所在地		〒 206-0804　稲城市百村 255		
TEL		042-379-5500	FAX	042-379-5131
受付時間		8：30 ～ 17：30		
併設サービス		居宅介護支援、訪問介護、通所介護、地域密着型通所介護、定期巡回・随時対応型訪問介護看護 介護老人福祉施設、福祉有償運送事業、地域包括支援センター		

2	事業所名	ショートステイ　ひらお苑		
事業所番号		1375100094	法人名	(社福)平尾会
所在地		〒 206-0823　稲城市平尾 2-49-20		
TEL		042-331-5666	FAX	042-331-6006
受付時間		9：00 ～ 17：00		
併設サービス		居宅介護支援、訪問介護、通所介護、介護老人福祉施設、認知症対応型共同生活介護、地域包括支援センター		

3	事業所名	いなぎ正吉苑		
事業所番号		1375100110	法人名	(社福)正吉福祉会
所在地		〒 206-0823　稲城市平尾 4-16-1		
TEL		042-331-2001	FAX	042-331-2004
受付時間		8：30 ～ 17：30		
併設サービス		通所介護、介護老人福祉施設、訪問看護		

4	事業所名	稲城ケアセンターそよ風		
事業所番号		1375100524	法人名	(株)SOYOKAZE
所在地		〒 206-0811　稲城市押立 1192-1		
TEL		042-370-0881	FAX	042-370-0882
受付時間		8：30 ～ 17：30		
併設サービス		通所介護		

短期入所療養介護

1	事業所名	デンマークイン若葉台		
事業所番号		1357080013	法人名	(医)研精会
所在地		〒 206-0824　稲城市若葉台 3-7-1		
TEL		042-331-3030	FAX	042-331-3185
受付時間		9：00 ～ 17：00		
併設サービス		居宅介護支援、訪問看護、訪問リハビリテーション、通所リハビリテーション、介護老人保健施設		

2	事業所名	アクアピア新百合		
事業所番号		1455680020	法人名	(医)神緑会
所在地		〒 215-0035　川崎市麻生区黒川 318		
TEL		044-981-5667	FAX	044-981-5668
受付時間		9：00 ～ 18：00		
併設サービス		通所リハビリテーション、介護老人保健施設		

介護老人福祉施設

1	事業所名	いなぎ正吉苑		
事業所番号		1375100052	法人名	(社福) 正吉福祉会
所在地		〒 206-0823　稲城市平尾 4-16-1		
TEL		042-331-2001	FAX	042-331-2004
受付時間		8：30 ～ 17：30		
併設サービス		通所介護、短期入所生活介護		

2	事業所名	いなぎ苑		
事業所番号		1375100060	法人名	(社福)永明会
所在地		〒 206-0804　稲城市百村 255		
TEL		042-379-5500	FAX	042-379-5131
受付時間		8：30 ～ 17：30		
併設サービス		居宅介護支援、訪問介護、通所介護、地域密着型通所介護、定期巡回・随時対応型訪問介護看護、短期入所生活介護、福祉有償運送事業、地域包括支援センター		

3	事業所名	ひらお苑		
事業所番号		1375100078	法人名	(社福)平尾会
所在地		〒 206-0823　稲城市平尾 2-49-20		
TEL		042-331-5666	FAX	042-331-6006
受付時間		9：00 ～ 17：00		
併設サービス		居宅介護支援、訪問介護、通所介護、短期入所生活介護、認知症対応型共同生活介護、地域包括支援センター		

介護老人保健施設

1	事業所名	デンマークイン若葉台		
事業所番号		1357080013	法人名	(医)研精会
所在地		〒 206-0824　稲城市若葉台 3-7-1		
TEL		042-331-3030	FAX	042-331-3185
受付時間		9：00 ～ 17：00		
併設サービス		居宅介護支援、訪問看護、訪問リハビリテーション、通所リハビリテーション、短期入所療養介護		

2	事業所名	アクアピア新百合		
事業所番号		1455680020	法人名	(医)神緑会
所在地		〒 215-0035　川崎市麻生区黒川 318		
TEL		044-981-5667	FAX	044-981-5668
受付時間		9：00 ～ 18：00		
併設サービス		通所リハビリテーション、短期入所療養介護		

看護小規模多機能型居宅介護

1	事業所名	複合型サービスセンター　やのくち正吉苑		
事業所番号		1395100082	法人名	(社福)正吉福祉会
所在地		〒 206-0812　稲城市矢野口 1804-3		
TEL		042-370-2202	FAX	042-370-2203
受付時間		8：30 ～ 17：30		
併設サービス		居宅介護支援、訪問介護、訪問看護、認知症対応型共同生活介護、夜間対応型訪問介護、定期巡回・随時対応型訪問介護看護		

2	事業所名	看多機かえりえ平尾		
事業所番号		1395100108	法人名	(株) やさしい手
所在地		〒 206-0823　稲城市平尾 3-7-4　コーシャハイム平尾内		
TEL		050-1751-5097	FAX	050-3730-7723
受付時間		9：00 ～ 18：00		
併設サービス		居宅介護支援、訪問介護、訪問看護、定期巡回・随時対応型訪問介護看護		

3	事業所名	看護小規模多機能　ライフィニティ稲城		
事業所番号		1395100165	法人名	(医) 俊榮会
所在地		〒 206-0802　稲城市東長沼 3113-1		
TEL		042-401-7527	FAX	042-401-7529
受付時間		9：00 ～ 17：00		
併設サービス		訪問看護、認知症対応型共同生活介護		

小規模多機能型居宅介護

1	事業所名	ALSOK小規模多機能型居宅介護・稲城長沼		
事業所番号		1395100066	法人名	ALSOK 介護(株)
所在地		〒 206-0802　稲城市東長沼 1713-8		
TEL		042-370-0380	FAX	042-370-0378
受付時間		9：00 ～ 18：00		
併設サービス		認知症対応型共同生活介護		

2	事業所名	小規模多機能型居宅介護　たんぽぽの郷		
事業所番号		1395100124	法人名	(社福)春献美会
所在地		〒 206-0824　稲城市若葉台 1-13-5		
TEL		042-401-4833	FAX	042-401-4844
受付時間		9：00 ～ 18：00		
併設サービス		認知症対応型共同生活介護		

地域密着型通所介護

1	事業所名	稲城柔道接骨師会デイサービス		
事業所番号		1375100318	法人名	稲城柔道接骨師会デイサービス(株)
所在地		〒 206-0802　稲城市東長沼 1174-7　リベラルハイツ 101		
TEL		042-401-8755	FAX	042-370-0977
受付時間		平日 8：30 ～ 17：30、土曜 8：30 ～ 13：00		
併設サービス		居宅介護支援、通所型サービス		

2	事業所名	サロンデイ稲城		
事業所番号		1375100425	法人名	(株)サロンデイ
所在地		〒 206-0801　稲城市大丸 313-1　ビューアイランド OS・I　1 階		
TEL		042-370-5125	FAX	042-370-5126
受付時間		8：30 ～ 17：30		
併設サービス		通所型サービス		

3	事業所名	デイサービス　柔		
事業所番号		1375100516	法人名	(株)みの
所在地		〒 206-0802　稲城市東長沼 69-2		
TEL		042-401-5638	FAX	042-401-5638
受付時間		平日 8：00 ～ 17：30、土曜 8：00 ～ 13：00		
併設サービス		通所型サービス		

4	事業所名	いなぎ苑（地域密着）		
事業所番号		1395100132	法人名	(社福)永明会
所在地		〒 206-0804　稲城市百村 255		
TEL		042-379-5500	FAX	042-379-5131
受付時間		9：30 ～ 17：30		
併設サービス		居宅介護支援、訪問介護、通所介護、認知症対応型通所介護、定期巡回・随時対応型 訪問介護看護、短期入所生活介護、 介護老人福祉施設、福祉有償運送事業、地域包括支援センター		

認知症対応型共同生活介護

1	事業所名	グループホームやまもも		
事業所番号		1375100193	法人名	(社福)平尾会
所在地		〒 206-0823　稲城市平尾 2-49-20		
TEL		042-331-5666	FAX	042-331-6006
受付時間		9：00 ～ 17：00		
併設サービス		居宅介護支援、訪問介護、通所介護、短期入所生活介護、介護老人福祉施設、地域包括支援センター、生活支援ハウス		

2	事業所名	グループホーム　やのくち正吉苑		
事業所番号		1395100033	法人名	(社福)正吉福祉会
所在地		〒 206-0812　稲城市矢野口 1804-3		
TEL		042-370-2202	FAX	042-370-2203
受付時間		8：30 ～ 17：30		
併設サービス		居宅介護支援、訪問介護、訪問看護、看護小規模多機能型居宅介護、夜間対応型訪問介護、定期巡回・随時対応型訪問介護看護		

3	事業所名	ALSOKグループホーム・稲城長沼		
事業所番号		1395100074	法人名	ALSOK 介護(株)
所在地		〒 206-0802　稲城市東長沼 1713-8		
TEL		042-370-0377	FAX	042-370-0378
受付時間		9：00 ～ 20：00		
併設サービス		小規模多機能型居宅介護		

4	事業所名	グループホーム　たんぽぽの郷		
事業所番号		1395100116	法人名	(社福)春献美会
所在地		〒 206-0824　稲城市若葉台 1-13-5		
TEL		042-401-4733	FAX	042-401-4844
受付時間		9：00 ～ 18：00		
併設サービス		小規模多機能型居宅介護		

5	事業所名	グループホーム稲城わかば		
事業所番号		1395100140	法人名	(医)秀巧会
所在地		〒 206-0822　稲城市坂浜 4-8-2		
TEL		042-350-0611	FAX	042-350-0612
受付時間		9：00 ～ 17：00		
併設サービス				

6	事業所名	グループホーム　ライフィニティ稲城		
事業所番号		1395100157	法人名	(医)俊榮会
所在地		〒 206-0802　稲城市東長沼 3113-1		
TEL		042-401-7528	FAX	042-401-7529
受付時間		9：00 ～ 17：00		
併設サービス		訪問看護、看護小規模多機能型居宅介護		

夜間対応型訪問介護

1	事業所名	ホームヘルパーステーション　やのくち正吉苑		
事業所番号		1395100058	法人名	(社福)正吉福祉会
所在地		〒 206-0812　稲城市矢野口 1804-3		
TEL		042-370-2202	FAX	042-370-2203
受付時間		8：30 ～ 17：30		
併設サービス		居宅介護支援、訪問介護、訪問看護、看護小規模多機能型居宅介護、認知症対応型共同生活介護、定期巡回・随時対応型訪問介護看護		

定期巡回・随時対応型訪問介護看護

1	事業所名	ホームヘルパーステーション　やのくち正吉苑		
事業所番号		1395100058	法人名	(社福)正吉福祉会
所在地		〒 206-0812　稲城市矢野口 1804-3		
TEL		042-370-2202	FAX	042-370-2203
受付時間		8：30 ～ 17：30		
併設サービス		居宅介護支援、訪問介護、訪問看護、看護小規模多機能型居宅介護、認知症対応型共同生活介護、夜間対応型訪問介護		

2	事業所名	やさしい手　平尾定期巡回随時対応型訪問介護看護事業所		
事業所番号		1395100090	法人名	(株) やさしい手
所在地		〒 206-0823　稲城市平尾 3-7-4　コーシャハイム平尾内		
TEL		050-1753-4343	FAX	042-350-5837
受付時間		9：00 ～ 18：00		
併設サービス		居宅介護支援、訪問介護、訪問看護、看護小規模多機能型居宅介護		

3	事業所名	いなぎ苑（定期巡回）		
事業所番号		1395100173	法人名	(社福) 永明会
所在地		〒 206-0804　稲城市百村 255		
TEL		042-379-5500	FAX	042-379-5131
受付時間		8：30 ～ 17：30		
併設サービス		居宅介護支援、訪問介護、通所介護、地域密着型通所介護、短期入所生活介護、介護老人福祉施設、福祉有償運送事業、地域包括支援センター		

稲城市で受けられるその他のサービス

生活支援のためのサービス…… 76

生活支援ホームヘルプサービス……76
日常生活用具の給付……76
住宅改修予防給付……76
住宅設備改修給付……77
生活支援・緊急ショートステイ……77
在宅医療支援病床……77
粗大ごみの運び出しサービス・
高齢者等のごみ出し支援サポートシール…77
会食交流会・配食サービス……78
有償家事援助「いなぎ　ほっとサービス」……78
家事援助サービス(シルバー人材センター)…78
寝具乾燥サービス……79
福祉電話貸与……79
ふれあい電話……79
見守り電球サービス……79
見守りセンサーサービス……79
緊急通報システム…… 80
救急医療届出制度…… 80
徘徊高齢者家族支援サービス……80
認知症初期集中支援チーム…… 80
オレンジカフェ(認知症カフェ)……81
紙おむつの支給…… 81
おむつ専用袋の配布…… 82
避難行動要支援者市民相互支援ネットワーク
(避難行動要支援者登録)…… 82
ハンディキャブ(福祉有償運送)……82
稲城市循環バス(ｉバス)…… 83
いなぎ福祉タクシー …… 83
(福祉限定有料タクシー)

住まいと暮らし……84

高齢者住宅(ジョイハウスたまがわ)……84
都営住宅(長峰地区シルバーピア)……84
サービス付き高齢者向け住宅……84
民間賃貸住宅入居支援(家賃債務保証制度)……85
軽費老人ホーム……85
理美容割引券交付……86
出張理髪サービス割引券交付……86
東京都シルバーパス……86
東京都の入居支援……86

生活支援のためのサービス

記載の金額は令和８年度の単価です。

生活支援ホームヘルプサービス

おおむね65歳以上のひとり暮らしや高齢者のみ世帯で、 傷病等により一時的に生活に支障がある方にヘルパーを派遣し、家事援助や軽度の生活支援を週2時間まで行います。

利用できる方　介護保険の要介護認定を受けていない方

利　用　料　1時間　287円

お問い合わせ▶　地域支援係　TEL 042-378-2111　内線 220･228

日常生活用具の給付

市内在住の65歳以上で介護予防のために特定の用具の購入が必要と市が認めた方に給付します。
※事前に相談が必要です。

利用できる方　介護保険の要介護認定で「非該当（自立）」と認定された方

種　　目
- ①　腰かけ便座　【給付限度額　51,500円】
- ②　入浴補助用具　【給付限度額　90,000円】
- ③　歩行支援用具(手すり等、転倒防止、立ち上がり動作の補助等に便利な物)　【給付限度額　53,600円】
- ④　スロープ　【給付限度額　50,500円】
- ⑤　シルバーカー(外出の際の歩行に便利な物)　【給付限度額　35,100円】

利用料(給付額)　対象経費の1割～3割（生活保護受給者は無料）

お問い合わせ▶　介護保険係　TEL 042-378-2111　内線 282･283

住宅改修予防給付

市内在住の65歳以上で、介護予防のために住宅改修が必要と市が認めた方に給付します。
※事前に相談が必要です。

利用できる方　介護保険の要介護認定で「非該当（自立）」と認定された方

種　　目
- ①　手すりの取り付け
- ②　段差解消
- ③　床材の変更
- ④　引き戸等への扉の取り替え
- ⑤　洋式便器への取り替え

給付限度額　20万円

利用料(給付額)　対象経費の1割～3割（生活保護受給者は無料）

お問い合わせ▶　介護保険係　TEL 042-378-2111　内線 282･283

住宅設備改修給付

市内在住の65歳以上で、住宅設備改修が必要と市が認めた方に給付します。※事前に相談が必要です。

利用できる方　介護保険において、要介護認定を受けている方

種　　目
- ①　浴槽の取り替え（既存の浴槽での入浴が困難な方。）　【給付限度額　379,000円】
- ②　流しの取り替え（車イスを使用する本人が主に調理する方。）【給付限度額　156,000円】
- ③　洗面台の取り替え（車イスを使用する本人が主に利用する方。）【給付限度額　156,000円】
- ④　便器の洋式化（和式便器から水洗洋式便器に取り替える場合等。）【給付限度額　106,000円】

利用料(給付額)　対象経費の1割～3割（生活保護受給者は無料）

お問い合わせ▶　介護保険係　TEL 042-378-2111　内線 282･283

生活支援・緊急ショートステイ

おおむね65歳以上の方で、虚弱等により支援を要する方が、社会的理由等により一時的に保護を必要とした場合に、介護施設に一定期間ショートステイできるものです。
（社会的理由とは、高齢者を支援している家族等の疾病・出産・冠婚葬祭・事故災害、やむを得ない事由等）

利用できる方　介護保険の要介護認定を受けていない方

利　用　料　1日　680円（別に食費がかかります）

お問い合わせ▶　地域支援係　TEL 042-378-2111　内線 220･228

在宅医療支援病床

在宅で医療を受けている高齢者の方で在宅介護が一時的に困難になるが介護保険による短期入所が利用できない場合に、療養できる病床です。

利用できる方　市内在住で要介護若しくは要支援の認定を受けた方、またはそれに準ずる高齢者で、医師（かかりつけ医）等による管理及び指導を継続的に受けている方。

利　用　料　通常の医療費がかかります。

お問い合わせ▶　地域支援係　TEL 042-378-2111　内線 227･228

粗大ごみの運び出しサービス・高齢者等のごみ出し支援サポートシール

① 粗大ごみの運び出しサービス
　粗大ごみを排出場所に出すことが困難な65歳以上の高齢者のみの世帯・身体障害者手帳（1級～ 4級）をお持ちの方のみの世帯を対象に、お部屋からの運び出しを行います。

② 高齢者等のごみ出し支援サポートシール
　高齢等により、ご自身でごみ出しが困難な方々を支援している介護支援専門員（ケアマネジャー）、ホームヘルパーや親族の方へ、収集日以外にごみが出せるよう、「ごみ出し支援サポートシール」をお渡しします。希望する方は、生活環境課へ申請を行っていただいた際に、シールをお渡ししますので、ごみが散乱しないよう、ご自身で用意した収納容器（ポリバケツ等）に、直接シールを貼って使用してください。

申請できる方　介護支援専門員（ケアマネジャー）、訪問介護員（ホームヘルパー）、同居していない親族又はそれに準ずる方

対象のごみ　燃えるごみ、燃えないごみ、プラスチックごみ、古紙・古布、有害物・金属物



お問い合わせ▶　生活環境課ごみ・リサイクル係　TEL 042-378-2111　内線 302･303･304

会食交流会・配食サービス

① 会食交流会
　福祉センターをはじめとする市内の公共施設7会場で毎月９回、高齢者の方のために行っている昼食交流会です。ボランティアが用意したお食事を皆で食べ、食後はレクリエーションを楽しんだり、介護予防について等、情報提供を行っています。
　また、さまざまな交流活動をしている「たまりば」も東長沼の拠点で実施しています。

② 配食サービス
　食事作りが困難な方や、栄養バランスのとれたお食事が必要な方へ月曜から金曜日まで、週5日間、夕食をお届けするサービスです。必要な期間、必要な日に利用することができます。利用開始にあたっては訪問スタッフがお伺いし、利用される方の状況から食事内容、配達方法などを個別に対応させていただきます。配食時在宅確認・見守りをしています。おせち料理のお届けもあります。

利用できる方　① 会食交流会（概ね70歳以上の方ならどなたでも）
② 配食サービス（どなたでも）

利　用　料　年会費として1口　2,000円（家族割引あり）
① 会食交流会・「たまりば」… 毎回　参加費　300円
① 配食サービス…月曜～金曜　1食　700円

お問い合わせ▶　特定非営利活動法人支え合う会みのり　TEL 042-378-8757　FAX 042-379-1234

有償家事援助「いなぎ　ほっとサービス」

「いなぎ　ほっとサービス」は、住民同士の助け合いの精神にもとづき、会員制により有償で家事等のサービスを提供するものです。
なお、ご利用にあたっては、ほっとサービスの登録会費（年会費1,000円利用会員のみ）が必要になります。

利用方法　高齢や障害、病気などの事情により、生活していく上で援助を必要とする方
活動会員　このサービスに理解と熱意がある18歳以上の方
内　　容　室内の掃除、洗濯、買い物、食事づくりなど
利用料(活動費)　30分　450円 ～

お問い合わせ▶　稲城市社会福祉協議会　在宅支援係　TEL 042-378-8211　FAX 042-379-3722

家事援助サービス（シルバー人材センター）

家事援助を必要とする方を事前に訪問し、あらかじめ作業内容を決めた上で、家事援助サービスを提供します。

利用できる方　家事援助が必要な方
内　　容　日常的な室内の掃除、洗濯等
（例：居間の掃除機がけと拭き掃除、食器洗い、トイレの掃除等）

※介護・介助及び育児支援（お子様の見守り等）は行いません。
※内容によりお受けできないこともあります。

利　用　料　1時間　1人あたり1,349円～（最低2時間からの利用となります）
別途、交通費や材料費等の実費が必要になる場合があります。

※ご依頼を受けてから会員を探しますので、実施にいたるまでに時間がかかります。
　会員が見つからない場合もありますので、あらかじめご了承ください。

お問い合わせ▶　公益社団法人 稲城市シルバー人材センター　TEL 042-377-2212　FAX 042-377-7692

寝具乾燥サービス

65歳以上のひとり暮らしや寝たきりの状態の方で、寝具を干すのに適していない住環境の方に月1回、寝具を消毒・乾燥するサービスです。

内　　容　敷布団・掛布団・毛布・マットレス各1枚の消毒、乾燥

お問い合わせ▶　高齢福祉係　TEL 042-378-2111　内線 222･223

福祉電話貸与

65歳以上のひとり暮らしまたは、高齢者のみ世帯で電話を持っていない方（所得制限があります）に電話機器を貸与し、毎月の基本電話料金と300円までの通話料金を助成します。なお、市内に、２親等以内の血族が居住している場合は対象になりません。

お問い合わせ▶　高齢福祉係　TEL 042-378-2111　内線 222･223

ふれあい電話

65歳以上の要介護認定を受けていないひとり暮らしの方や、同居者が居ても長時間ひとりで過ごされている方などを対象に定期的に電話にて声の訪問をし、話し相手になったり、安否確認をするサービスです。

お問い合わせ▶　高齢福祉係　TEL 042-378-2111　内線 222･223

見守り電球サービス

通信機能と一体の LED 電球を設置し、電球の点灯・消灯の動きが 24 時間以上ない場合、事前に設定した家族・知人などの通知先へメールでお知らせします。通知先の方の依頼に応じてスタッフが訪問します。

利用できる方　75歳以上の一人暮らしの方
利　用　料　自己負担あり（金額についてはお問い合わせください）

お問い合わせ▶　高齢福祉係　TEL 042-378-2111　内線 222･223

見守りセンサーサービス

睡眠状態を計測するマットセンサーや温湿度センサーを設置し、計測した睡眠状態・生活リズムのデータを専用アプリで提供します。温湿度の異常を感知した場合は、専用アプリで家族などにお知らせします。エアコンの遠隔操作による室温管理も可能です。利用を希望される場合は、普段かかわりのあるケアマネジャーや地域包括支援センターにご相談の上、お申込みください。

利用できる方　一人暮らしまたは日中独居の方で、要介護認定及び要支援認定を受けた方
利　用　料　自己負担あり（金額についてはお問い合わせください）

お問い合わせ▶　高齢福祉係　TEL 042-378-2111　内線 222･223

緊急通報システム

緊急通報端末機器を設置し、利用者が緊急事態に陥ったときに、機器本体やペンダント式機器のボタンを押すことで委託業者のコールセンターにつながり、必要に応じて委託業者・救急隊があらかじめ登録された利用者情報をもとに出動します。

利用できる方 おおむね65歳以上のひとり暮らしの高齢者または高齢者のみ世帯あるいは同居の親族が長時間家を留守にする世帯であって、身体上心臓疾患等の慢性疾患があり、日常生活において常時注意を要する状態にある方

利 用 料 326円（税込）
（住民税非課税者は、無料）

お問い合わせ▶ 地域支援係 TEL 042-378-2111 内線 220･228

救急医療届出制度

迅速な救急体制が必要な市民が稲城消防署や上平尾消防出張所にかかりつけ医など必要な内容をあらかじめ登録しておくと、119番通報した際に登録番号を伝えることで登録された住所に救急車等が出場するという稲城市独自の制度です。

お問い合わせ▶ 稲城消防署警防課救急係 TEL 042-377-7119

徘徊高齢者家族支援サービス

おおむね65歳以上の高齢者で、著しい徘徊行動の見られる方に対して、携帯型端末機器を貸与し、行方不明となったときには24時間体制の受信センターと家族との連携で居場所を探索し、事故等を未然に防ぐことにより家族が安心して介護できるよう、支援するサービスです。
（また、自己負担になりますが、オプションサービスとして、機器による探索・利用会社の協力を受け、探索出動があります。）

利 用 料
① 加入料金 2,475円（税込）
② 充電器 1,375円（税込）
③ 基本料金（月額） 660円（税込）
④ オプションサービス 位置情報提供料・探索出動料がかかります。

お問い合わせ▶ 地域支援係 TEL 042-378-2111 内線 220･228

認知症初期集中支援チーム

認知症の方、またはその疑いのある方を医師や専門職が訪問し、ご本人やご家族の状況に合わせた病院の受診やサービスの利用を支援します。

利用できる方 40歳以上で、ご自宅で生活をされており、認知症の症状などでお困りの方

利 用 料 無料

お問い合わせ▶ 地域包括支援センター （7ページ参照）

オレンジカフェ（認知症カフェ）

「物忘れが気になる」、「こんな物忘れ私だけ？他の人のことも聞いてみたい」そんな悩みを抱える方同士が気軽に立ち寄って話せる場所です。

「オレンジカフェ 矢野口」

開所日時 毎月第1･第3木曜日 13:30～15:30

内 容 ふらっとカフェ（矢野口 1659-4）
普段はどなたでも立ち寄れるカフェですが、この時間はオレンジカフェとしてのみオープンしています。

「オレンジカフェ 向陽台」

開所日時 毎月第2･第4水曜日 13:30～15:30

場 所 生活支援サービス拠点 向陽台（向陽台6-9 1号棟110号室）

「オレンジカフェ 稲城長沼」

開所日時 毎月第1火曜日 13:00～14:30

場 所 エレガントもむら出張所（東長沼451）

お問い合わせ▶ 地域支援係 TEL 042-378-2111 内線 220･228

紙おむつの支給

ねたきり等の高齢者及び重度心身障害者(児)に対し、紙おむつを支給することにより、保健衛生の向上と介護にあたる家族の負担の軽減を図ります。

利用できる方
① 市内在住、在宅の満65歳以上または介護保険第二号被保険者で、臥床等の状態にあるため、常時おむつを必要としている要介護認定1～5の方、または障害者手帳をお持ちの方
② 市内在住、在宅の満4歳以上64歳以下で、常時おむつの必要な状態にある障害者手帳をお持ちの方

品 目 テープ型・パンツ型・尿とりパット等

利 用 料

住民税非課税の方又は満4歳以上64歳以下で障害者手帳をお持ちの方	無料
所得割非課税（均等割のみ課税）	1 割
所得割課税の方（6 万円以下）	3 割
〃（6 万円超～ 46 万円以下）	5 割
〃（46 万円超）	10 割

※ 上記利用料は、生計の中心となる方の所得に応じた負担となります。

限 度 額 当事業指定の支給品目一覧表から選択し、合計金額が､1ヵ月5,000円を限度とする現物支給
※支給限度額を超えた場合は、その差額は全額負担となります。

提出書類
⑴ 紙おむつ支給申請書（社会福祉協議会来所または社会福祉協議会のホームページよりダウンロード）
⑵ 「介護保険被保険者証」「介護保険要介護認定結果通知書」もしくは「障害者手帳」の写し
⑶ 生計の中心となる方の「市民税・都民税（非）課税証明書」（最新のもの）
⑷ 世帯全員の載った「住民票」（最新のもの）

利用できる方②に該当する方は⑶⑷の提出は不要です。

ホームページ https://inagishakyo.org/info/use/disposable-diaper/

お問い合わせ▶ 稲城市社会福祉協議会 在宅支援係
TEL 042-370-2480 FAX 042-379-3722

おむつ専用袋の配布

利用できる方 高齢者や障害者手帳をお持ちの方など、おむつを必要としている方

配布枚数 1回の申請につき、1人3組（30枚）まで

申請・配布場所 市役所総合案内・生活環境課（休日開庁日は市民課）、平尾・若葉台出張所、子ども家庭支援センター、保健センター、市内地域包括支援センター、生活支援サービス拠点 、おやこ包括支援センター
※生活環境課への電話申込により、第二文化センター ・ 第四文化センターでの受け取りも出来ます。
※社会福祉協議会の紙おむつの支給事業を受けている方は、おむつと一緒に配布致します。

使用方法 汚物をとり除いた紙おむつのみをおむつ専用袋に入れ、燃えるごみの日に排出（他のごみが混ざっていると収集できません。）
※紙おむつは指定収集袋でも出すことができます。

お問い合わせ 生活環境課ごみ・リサイクル係
TEL 042-378-2111　内線 302・303・304

避難行動要支援者市民相互支援ネットワーク（避難行動要支援者登録）

災害時に自力で避難することが困難な高齢者・障害者等が所在、その他の情報を市役所に登録することにより、関係する行政機関や民生委員・自主防災組織等が日頃から把握することで災害時にいち早く安否確認して、迅速な初期支援活動につなげるネットワークづくりを目指します。

お問い合わせ 生活福祉課地域福祉係
TEL 042-378-2111　内線 208・213

ハンディキャブ（福祉有償運送）

身体の障害や高齢等により、歩行が困難な方の通院や外出に積極的な社会参加を支援するため、ハンディキャブ（リフト付自動車）を運行します。

利用できる方 単独でタクシー等の公共交通機関の利用が困難で、車イス利用者等歩行が困難な方で、ハンディキャブ事業の会員の方（年会費　各500円）
※家族やヘルパーなどの同乗が必要となります。

利用日時 本会事務局発着時間で午前8時30分から午後5時15分まで（祝祭日・年末年始を除く）

利用範囲 発着地のいずれかが稲城市で、稲城市福祉センターを起点に直線距離 25Km 以内

利　用　料 市内片道利用500円、市外10km 圏内片道利用800円、市外10km 圏外片道利用1,500円
※ 有料道路通行料金及び有料駐車場使用料金はその都度利用者負担

利用予約 利用日の属する前月の1日から2日前まで（土、日、祝日を除く 8：30～17：00）
※利用にあたっては事前に会員登録が必要です。担当職員が訪問し、詳しい説明と申請手続きを行います。
※運転協力員が確保できない場合、悪天候や車両故障等により運行が不可能になった場合は、利用をお断りする場合があります。

お問い合わせ 稲城市社会福祉協議会　在宅支援係
TEL 042-378-8426　FAX 042-379-3722

稲城市循環バス（ｉバス）

市内を走っている赤いバス「ｉ（あい）バス」は、駅、市役所、市立病院、総合体育館などの公共施設を結びながら運行しており、AコースからCコースの3つの路線があります。
各路線のご案内や時刻表は、市役所や各出張所、文化センター、市立病院などの公共施設でお配りしています。なお、すべてのバスで車イスに乗ったままご利用いただけます。

利　用　料 （全線均一料金）
大人（中学生以上）【現金】200 円　【IC】200 円
子ども（小学生）　【現金・IC】50 円
未就学児童　　無料
※シルバーパス・Suica・PASMO 等もご利用いただけます。

お問い合わせ 管理課交通対策係
TEL 042-378-2111　内線 313
※運行状況の確認や忘れ物については、小田急バス（株）新百合ヶ丘営業所へお問い合わせください。
小田急バス（株）新百合ヶ丘営業所　TEL 044-299-9196

いなぎｉ福祉タクシー（福祉限定有料タクシー）

自力での移動が困難な高齢者や障害のある方が車椅子のまま乗車でき、通院や施設への送迎、日常生活の外出などを支援する予約制のタクシーサービスです。

利用できる方 自力での移動が困難で、発着地のいずれかが東京都内でしたらどなたでも利用が可能です。

利　用　料 運賃は一般タクシーと同じ距離制と時間制運賃です。障害者割引や介助料について、詳細はお問い合わせください。

営業時間 営業・予約受付時間　9時～18時

お問い合わせ いなぎｉ福祉タクシー
TEL：090-7548-0539
メール：inagi.i.taxi@gmail.com
HP検索ワード：いなぎi福祉タクシー、稲城介護タクシー、稲城福祉タクシー
運営会社&住所：(株) ARE　稲城市押立382-6

住まいと暮らし

高齢者住宅（ジョイハウスたまがわ）

高齢者住宅「ジョイハウスたまがわ」は、稲城市が民間建主のご協力を得て、高齢者の方が安心して生活を送れるよう、集合住宅を一棟借り上げ、住宅に困窮している高齢者に居室を提供するものです。
この住宅に空きが出たときに新規入居者を募集します。

所在地 稲城市押立 410-3
間取り 1DK　8戸　　2DK　2戸
利用できる方 ○65歳以上でひとり暮らしの方等で、住宅に困窮している方
（または、65歳以上を含む 60歳以上のふたり暮らしの方）
○市内に引き続き2年以上お住まいの方

お問い合わせ▶　高齢福祉係　TEL 042-378-2111　内線 222･223

都営住宅（長峰地区シルバーピア）

低所得・住宅困窮者向け都営住宅「シルバーピア」では、空室が出たときに毎年２月・８月頃に入居者の募集があります。

所在地 稲城市長峰 3-8　３号棟
間取り 単身者世帯用　1DK　　二人世帯用　2DK
利用できる方 ○ 65歳以上でひとり暮らしの方、または申込者本人が 65歳以上で同居しようとする 65歳以上（配偶者はおおむね 60歳以上）の親族のいる方
○都内に引き続き3年以上お住まいの方
○住宅に困っている方
○所得が一定額以下の方

お問い合わせ▶　東京都住宅供給公社都営住宅募集センター　TEL 03-3498-8894
都営住宅・都民住宅の総合案内テレホンサービス　TEL 03-6418-5571

サービス付き高齢者向け住宅

サービス付き高齢者向け住宅とは、住宅としての居室の広さ、設備、バリアフリーなどのハード面の条件を備えるとともに、ケアの専門家による安否確認や生活相談サービスの提供などにより、高齢者が安心して暮らすことができる住宅です。入居に関する問い合わせは、各住宅へ直接ご連絡ください。

住宅名	所在地	TEL
そんぽの家S稲城長沼	稲城市東長沼1124-1	042-370-0651
そんぽの家S稲城	稲城市東長沼2430	042-370-3161
コーシャハイム平尾	稲城市平尾3-7-4	050-1753-4248

民間賃貸住宅入居支援（家賃債務保証制度）

この制度は、保証人が見つからないために、民間賃貸住宅への契約が困難となっている高齢者世帯の方の入居を支援するものです。
保証料を自己負担することで、入居から退去、明渡しまで保証人の代わりに民間保証会社の金銭保証が受けられます。
高齢者世帯が当該保証機関に支払う初回保証料の一部を市が助成いたします。

利用できる方 ○稲城市に引続き１年以上住所を有し、かつ民間賃貸住宅に居住していて、稲城市内の民間賃貸住宅へ転居する、65 歳以上のひとり暮らし世帯または 65 歳以上の方で構成される世帯
○現に保証人を付すことができないこと
申請 保証会社と保証委託契約を行い、民間賃貸住宅に住み替え後、必要な書類を添付の上、市役所の窓口で助成申請をしていただきます。

お問い合わせ▶　高齢福祉係　TEL 042-378-2111　内線 222･223

軽費老人ホーム

健康的に自立しており家庭での生活が困難な方が、低料金で食事や日常生活のサポートを受けられる施設です。

施設名 ケアハウス　ハーモニー松葉
法人名 社会福祉法人　博愛会
所在地 稲城市矢野口 1806
TEL 042-370-8160
受付時間 9：00 ～ 17：00
その他 利用に関する問い合わせは施設へ直接ご連絡ください。

お問い合わせ▶　社会福祉法人　博愛会　ケアハウス　ハーモニー松葉
TEL 042-370-8160

理美容割引券交付

75 歳以上で住民税非課税の市民の方に稲城市内指定の理容・美容室で利用できる割引券を交付します。

内　　容　理美容割引券　1 枚　1,000 円　　年間交付枚数　5 枚（4/1 ～ 6/30 申請した場合）
以後、申請日により交付枚数は異なります。

お問い合わせ▶　高齢福祉係　TEL 042-378-2111　内線 222･223

出張理髪サービス割引券交付

65歳以上の方で、長期にわたって居宅において寝たきりの状態、またはこれに準ずる状態にあたるため介護を必要とする方には、出張理髪サービス割引券を交付します。

内　　容　出張理髪サービス割引券　1 枚　1,000円　年間交付枚数　10 枚(4/1 ～ 9/30 申請した場合)
9月 30日以後の申請は、交付枚数が 5枚になります。

※出張理髪サービス割引券の利用に関しては、利用される理髪店にご確認ください。

お問い合わせ▶　高齢福祉係　TEL 042-378-2111　内線 222･223

東京都シルバーパス

都バス・都営地下鉄・都電・都内民営バスを利用できるパスの交付を受けられます。

利用できる方　東京都に住所を有する満 70 歳以上の都民の方。ただし、寝たきりの方は除きます。
（新たに 70 歳を迎える方はその誕生月の初日（1 日）から、1 日生まれの方は、前の月の 1 日から交付を受けられます。）

利 用 料　住民税非課税の方
住民税が課税で合計所得金額が135万円以下の方　1,000円
（証明するものが必要です）
住民税が課税で合計所得金額が135万円以上の方(10月～3月末)　12,000円
4月からは半年分　6,000円

お問い合わせ▶　東京バス協会（シルバーパス専用電話）　TEL 03-5308-6950

東京都の入居支援

住宅確保要配慮者向け賃貸住宅の登録制度

⑴　住まいにお困りの方の入居を拒まない賃貸住宅として賃貸人（大家）が登録しています。

⑵　専用 WEB サイト「セーフティネット住宅情報提供システム」
/www.safetynet-jutaku.jp/guest/index.php
から登録住宅を閲覧できます。

⑶　登録物件の中に入居したい住宅が見つかったら、その住宅の連絡先に問い合わせてください。

お問い合わせ▶　東京都住宅政策本部民間住宅部安心居住推進課住宅セーフティネット担当
TEL 03-5388-3320

連絡先一覧

市の施設

稲城市役所	東長沼 2111	TEL 042-378-2111
平尾出張所	平尾団地 34 号棟内	TEL 042-331-6346
若葉台出張所	若葉台 2-5-2(i　プラザ 1 階)	TEL 042-350-6321
保健センター	百村 112-1	TEL 042-378-3421　FAX 042-377-4944
稲城消防署	東長沼 2111	TEL 042-377-7119
地域振興プラザ	東長沼 2112-1	TEL 042-378-2112

稲城市社会福祉協議会（福祉センター）

稲城市社会福祉協議会 （福祉センター）	〒 206-0804　稲城市百村 7 TEL 042-378-3366　FAX　042-378-4999

地域福祉の推進を目的とし、市民のボランティア活動等福祉活動への参加促進や、さまざまな福祉サービスを提供する社会福祉法人です。

内　　容
①地域住民の社会福祉に対する理解と関心を深めるための普及、広報活動
②社会福祉関係機関、団体などとの連絡調整、活動費助成、調査研究
③ボランティア活動の推進
④生活福祉資金などの各種貸付事業
⑤共同募金（歳末たすけあい運動）への協力
⑥有償家事援助、紙おむつ支給、ハンディキャブの運行
⑦心配ごと相談
⑧ふれあいセンターの設置・運営支援……位置図 P27～28
⑨稲城市福祉権利擁護センターの運営
⑩ファミリー・サポート・センターの運営
⑪障害者地域活動支援センター・障害者相談支援事業
⑫障害者居宅介護事業等のホームヘルプサービス
⑬障害者生活介護・就労継続支援事業
⑭稲城市福祉センターの管理、運営
⑮その他（車いす・イベント機材の貸し出し）

稲城市福祉センター	開館日時　祝祭日、年末年始を除く毎日　午前 8 時 30 分～午後 5 時

市民の福祉の増進を図るために市内の福祉関係団体、ボランティアグループ等の活動拠点として、会議室の貸出、活動支援等を行います。

民生委員・児童委員

民生委員は、厚生労働省大臣から委嘱された非常勤の地方公務員です。それぞれ担当区域を持ち、子どもや高齢者、障害者などの見守り活動を行ったり、身近な相談相手として、生活上のお悩みや心配ごとを聞き、必要な相談窓口等のご案内をしています。守秘義務がありますので、安心してご相談ください。

お問い合わせ　稲城市役所生活福祉課地域福祉係　TEL 042-378-2111　内線　208

認知症支援コーディネーター

市内２ヵ所の地域包括支援センターに認知症の専門の相談員として認知症支援コーディネーターを配置しています。認知症の方とご家族がお住まいの地域で安心して生活できるように支援いたします。あなたのこと、ご家族のこと等、心配なことがありましたらお気軽にご相談ください。相談は無料です。

お問い合わせ　地域包括支援センターやのくち　TEL 042-379-8575
地域包括支援センターこうようだい　TEL 042-370-0040

いなぎ在宅医療・介護相談室

医療と介護の両方を必要とする高齢者等が、住みなれた地域で自分らしい生活が送れるよう、相談や支援を行います。相談は無料です。

業務内容　○在宅医療に関する相談受付、情報提供をします
○主治医の紹介をします
相談受付　月～金(祝祭日除く)(午前９時～午後４時)
お問い合わせ　TEL 042-377-4964　FAX 042-377-9099（稲城市医師会内）
MAIL inagi-zaitaku.soudan@aurora.ocn.ne.jp

地域連携型認知症疾患医療センター（稲城台病院）

東京都が指定した医療機関です。専門医療相談のほか、地域で関係機関との連携推進活動を行っています。物忘れ 外来（予約制）も受け付けていますので、まずはお問い合わせください。

お問い合わせ　稲城台病院　TEL 042-331-5531

家族を介護している方へ

地域包括支援センターでは、家族等を介護している方への支援を行っています。

家族介護教室　認知症の方との接し方や症状への対処法、介護のポイント、お口の手入れや義歯の扱い方、介護者の健康に関すること等をわかりやすくお話しします。

介護者交流会　介護についての不安や悩みを、介護をしている方同士でお話しします。

認知症サポーター養成講座を実施しています

認知症サポーターとは、認知症について正しい知識をもち、認知症の方や家族を温かい目で見守る「応援者」のことです。講座では、認知症とはどんな病気か、認知症の方への接し方等をわかりやすくお伝えします。

その他の相談窓口

相談の種類・窓口名称	内容等	連絡・予約先	お問い合わせ
消費生活相談	悪質商法など消費者トラブルの相談 相談日 月～金（午前９時30分～正午、午後１時～３時30分）	消費生活センター相談室 相談専用電話 TEL 042-378-3738	稲城市役所 市民部市民協働課 TEL 042-378-2111 内線 632
法律相談	相続、離婚、借金など法律の問題（相談日の２週間前から予約できます） （月８回程度実施）	予約専用電話 TEL 042-378-2286 予約は午前８時30分から午後５時まで（正午から午後１時を除く）	
人権・身の上相談	人権侵害・対人関係のトラブルなど （月２回実施・前日までの予約）		
いなぎ 女性の悩み相談	パートナーからの暴力、結婚・離婚の問題、夫婦・親子関係、仕事・職場での人間関係、子育てや介護の問題（月３回実施・前日までの予約）		
その他の相談	「広報いなぎ」の相談あんないをご覧ください		
日本司法支援センター （法テラス）	無料法律相談・裁判費用の立替など（収入・資産要件を満たす方）	法テラス多摩（立川市曙町） TEL 050-3383-5327 法テラス八王子（八王子市明神町） TEL 050-3383-5310	
リーガルサポート東京支部 （公益社団法人 成年後見センター）	無料法律相談・裁判費用の立替・書類作成代行など	東京都内司法書士 TEL 03-3353-8191	
ぱあとなあ東京 （権利擁護センター）	成年後見制度利用に関する総合相談	東京社会福祉士会 TEL 03-5944-8466	
オアシス （高齢者・障害者総合支援センター）	老後の生活設計の相談や、財産管理などの生活援助相談	東京弁護士会 TEL 03-3581-9110	
しんらい （成年後見センター）	成年後見等の法律相談	第一東京弁護士会 面接相談　TEL 03-3595-8575 電話相談　TEL 03-3581-9110	
女性弁護士による 法律相談	夫婦間・親子間のトラブルなど	日本女性法律家協会 TEL 03-3265-8118（予約制）	

高齢者の権利擁護のしくみ

高齢者の尊厳と権利を守りましょう！

介護保険制度は、利用者本人が自ら選び「契約」に基いてサービスを利用する制度です。介護保険制度によるサービスを利用するためには、施設や事業者との契約が必要です。しかし、認知症や障害などのために判断能力が十分でなく自分でサービスを決めることができなかったり、契約することができない場合に支援する制度があります。



成年後見制度

成年後見制度は、認知症などで判断能力が十分でない人の契約支援をする目的で介護保険制度と同時に始まりました。高齢者や障害者の生活、権利、尊厳、財産を守ります。
申し立て方法や詳細については、地域包括支援センターや稲城市福祉権利擁護センター　「あんしん・いなぎ」にご相談ください。
また、東京家庭裁判所後見サイト　https://www.courts.go.jp/tokyo-f/saiban/seinenkouken/index.htmlからも検索できます。

福祉サービス利用援助事業（地域福祉権利擁護事業）

成年後見制度を利用するほどではないけれど、判断能力に不安がある人が利用できる制度です。
稲城市福祉権利擁護センター「あんしん・いなぎ」へご相談ください。「あんしん・いなぎ」では、本人の意思に基づき、適切な福祉サービス等を利用するうえで必要な相談支援を行っています。

稲城市福祉権利擁護センター「あんしん・いなぎ」（福祉センター内） TEL 042-378-5459　FAX 042-378-4999	
主な内容	①福祉サービスの情報提供や利用の手続き、利用料の支払いなどの援助 ②日常的な金銭管理（税金・保険料、公共料金、家賃支払い、年金の受け取りなど）の支援 ③大切な書類など（預貯金通帳、印鑑、有価証券、年金証書など）の保管 （①が基本サービスで、②・③はオプションサービスです） 本人や家族などが直接 「あんしん・いなぎ」に相談できます。その後、本人の申し込みにより、希望と状況に応じた支援計画が作成され、本人と契約後、援助が提供されます。
費　　用	サービス内容により利用料が異なりますので、直接「あんしん・いなぎ」へお問い合わせください。 **相談は無料**です。

相談事業（費用：無料）	
主な内容	福祉サービス利用に関する相談・情報提供・苦情相談 判断能力が十分でない方の権利擁護相談 成年後見制度の利用に向けた相談・支援
専門相談事業（費用：無料、予約制）	
主な内容	弁護士等による専門的な相談で具体的な解決に向けて支援します。 ●高齢者・障害者のための法律相談 遺産相続、遺言、権利侵害、財産侵害、消費者被害、成年後見制度など
稲城市保健福祉サービス苦情解決委員会の運営	
主な内容	保健福祉サービスについての苦情や不満を受け付け、より良いサービスが受けられるように支援します。客観的かつ公平な立場で第三者性を有する「稲城市保健福祉サービス苦情解決委員会」が、問題解決に向けた調査や事業者との調整などを行います。ただし、介護保険及び医療については、対象としていません。

稲城市高齢者虐待防止ネットワーク

虐待予防○発見○対応○支援

「高齢者虐待防止法」の施行を受け、稲城市と地域包括支援センターは、関係機関と連携し、高齢者虐待防止ネットワークをつくり、予防から自立支援まで切れ目のない支援を行っています。

