

ながいき手帳

令和5年度版

- 1 敬老
- 2 仕事
- 3 生きがい
- 4 介護保険
- 5 介護予防・日常生活支援総合事業
- 6 高齢者保健福祉計画
- 7 福祉サービス
- 8 施設サービス
- 9 住宅
- 10 保健
- 11 国民健康保険
- 12 後期高齢者医療制度
- 13 医療
- 14 国民年金
- 15 相談
- 16 税金
- 17 その他
- 18 施設・問合せ一覧



「朝陽亀図」 岸 竹堂

松戸市教育委員会所蔵

はじめに

本市の高齢化率は25%を超え、まさに超高齢社会を迎えているなか、多くの市民の皆様は、健康で元気に生活されていることと思いますが、いろいろなご事情により、介護や福祉のサービスを必要とされる方も、おられるかと存じます。

市では、令和3年度から令和5年度までの高齢者保健福祉計画及び介護保険事業計画に基づき、様々な施策を講じております。

この「ながいき手帳」は、市内の高齢者の皆様と、そのご家族様にぜひ、知っておいていただきたい高齢者向けの施策を、ご紹介したものですので、広くご活用いただければ幸いです。

今後とも、高齢者福祉施策の着実な遂行に努力してまいりますので、市民の皆様のご協力とご理解をお願いします。

令和5年5月

松戸市長 本郷谷 健次

◆◇目次◇◆

| | |
|--|----|
| 1. 敬老 | 1 |
| ■敬老祝金■ | 1 |
| ■金婚ご夫婦へのお祝い■ | 1 |
| 2. 仕事 | 1 |
| ■無料職業紹介所■ | 1 |
| ■松戸市シルバー人材センター■ | 1 |
| 3. 生きがい | 2 |
| ■老人福祉センター■ | 2 |
| ■市民センター等ながいき室■ | 2 |
| ■シニアクラブ(老人クラブ)■ | 3 |
| ■松戸市はつらつクラブ(シニアクラブ)連合会■ | 3 |
| ■屋内ゲートボール場■ | 3 |
| ■まつど地域活躍塾■ | 4 |
| ■まつど生涯学習大学講座■ | 4 |
| ■千葉県生涯大学校■ | 4 |
| ■シニア交流センター■ | 5 |
| ■いきいきほっとふれあい風呂■ | 6 |
| 4. 介護保険 | 7 |
| ■申請・利用の手順■ | 7 |
| ■介護保険の介護サービスの種類(介護給付)■ | 8 |
| ■介護保険の介護予防サービスの種類(予防給付)■ | 11 |
| ■介護保険料■ | 13 |
| 5. 介護予防 | 14 |
| ■介護予防・日常生活支援総合事業■ | 14 |
| ■介護予防・日常生活支援総合事業のサービス及び事業■ | 15 |
| ■高齢者いきいき安心センターで行う介護予防教室・認知症予防教室■ | 15 |
| ■まつど認知症予防プロジェクト■ | 15 |
| ■高齢者の元気応援キャンペーン■ | 16 |
| ■元気応援くらぶ■ | 16 |
| ■介護予防把握事業■ | 16 |
| ■フレイル予防■ | 16 |
| ■プロボノMATSUDO■ | 16 |
| ■介護支援ボランティア制度■ | 17 |
| ■松戸市在宅医療・介護事業者情報検索システム■ | 17 |
| 6. 高齢者保健福祉計画 | 17 |
| 7. 福祉サービス(介護保険以外のサービス) | 18 |
| ■軽度生活援助■ | 18 |
| ■介護用品(紙おむつ等)支給■ | 18 |
| ■訪問理容出張費の助成■ | 18 |
| ■家族介護慰労金■ | 18 |
| ■緊急通報装置の貸与■ | 19 |
| ■徘徊高齢者探索システム■ | 19 |
| ■高齢者見守りシール■ | 19 |
| ■ふれあい会食会■ | 20 |

| | |
|------------------------|-------------------------|
| ■福祉カーの貸出■ | 20 |
| ■福祉タクシー■ | 20 |
| ■福祉有償運送事業■ | 21 |
| ■家庭ごみ訪問収集事業(ふれあい収集) | 21 |
| ■ふれあいサービス(有償在宅福祉サービス)■ | 22 |
| ■生活福祉資金(療養・介護資金)貸付■ | 23 |
| ■高齢者住宅改修資金助成■ | 23 |
| ■家具転倒防止器具等取付費助成事業■ | 24 |
| ■生活福祉資金(福祉資金)貸付■ | 24 |
| ■生活福祉資金(不動産担保型生活資金)貸付■ | 25 |
| ■生活福祉資金(緊急小口資金)貸付■ | 26 |
| 8. 施設サービス | 27 |
| ■特別養護老人ホーム■ | 27 |
| ■養護老人ホーム■ | 27 |
| ■軽費老人ホーム(ケアハウス)■ | 27 |
| ■老人保健施設(介護老人保健施設)■ | 27 |
| ■介護医療院■ | 所在地等は55ページ 「施設・問合せ一覧」参照 |
| ■有料老人ホーム■ | 27 |
| ■サービス付き高齢者向け住宅■ | 28 |
| 9. 住宅 | 28 |
| ■高齢者世帯・単身高齢者向き市営住宅■ | 28 |
| ■マイホーム借上げ制度■ | 28 |
| 10. 保健 | 28 |
| ■健康相談■ | 28 |
| ■訪問指導■ | 28 |
| ■栄養相談■ | 29 |
| ■禁煙相談■ | 29 |
| ■インフルエンザ予防接種■ | 29 |
| ■高齢者の肺炎球菌感染症予防接種■ | 29 |
| ■高齢者の食生活講座■ | 30 |
| ■特定健康診査■ | 31 |
| ■特定保健指導■ | 31 |
| ■後期高齢者の健康診査■ | 31 |
| ■後期高齢者の歯科口腔健康診査■ | 31 |
| ■人間ドック費用の一部助成■ | 32 |
| ■健康診査費用の一部助成■ | 32 |
| ■がん検診■ | 32 |
| ■成人歯科健康診査■ | 32 |
| ■はり、きゅう、あん摩等施術費の助成制度■ | 健康政策課 TEL704-0055 |
| 11. 国民健康保険 | 33 |
| ■加入、脱退について■ | 33 |
| ■70歳以上の人の医療について■ | 34 |
| ■保険料率、賦課限度額について■ | 34 |
| ■納付方法について■ | 35 |
| ■納付相談について■ | 35 |

| | |
|------------------------------------|--------------|
| ■療養費について■ | 35 |
| ■高額療養費、高額介護合算療養費について■ | 36 |
| ■限度額適用認定証の申請、交付について■ | 37 |
| ■葬祭費について■ | 38 |
| 12. 後期高齢者医療制度 | 39 |
| 13. 医療 | 40 |
| ■老人医療法外援護■ | 40 |
| 14. 国民年金 | 41 |
| 15. 相談 | 42 |
| ■高齢者いきいき安心センター(地域包括支援センター)■ | 42 |
| ■高齢者虐待相談■ | 46 |
| ■松戸市成年後見相談室■ | 46 |
| ■民生委員・児童委員■ | 46 |
| ■生活保護■ | 46 |
| ■福祉まるごと相談窓口(福まる)■ | 47 |
| ■生活困窮者自立相談支援制度■ | 47 |
| ■市民相談■ | 48 |
| ■日常生活自立支援事業■ | 49 |
| ■福祉相談■ | 49 |
| 16. 税金 | 50 |
| ■公的年金等に係る市・県民税の納付方法■ | 51 |
| ■高齢者等のバリアフリー改修工事に伴う固定資産税(家屋)の減額措置■ | 52 |
| ■介護保険認定者の障害者控除■ | 52 |
| ■介護保険サービス利用者の医療費控除■ | 52 |
| 17. その他 | 53 |
| ■避難行動要支援者名簿登録■ | 53 |
| ■自筆証書遺言書保管制度■ | 54 |
| 18. 施設・問い合わせ一覧 | 55～61 |
| ※巻末資料 | |
| ■高齢者の元気を応援します！ | |
| ■認知症カフェ MAP | |
| ■新型コロナウイルス感染症に関するお問い合わせ | |
| ■救急安心カード | |
| ■私のすきなもの・大切なこと | |
| ■フレイル予防に取り組みましょう／オーラルフレイルを予防しましょう | |

1. 敬老

■敬老祝金■ 福祉政策課 地域福祉担当室 Tel366-3019

対象となる年の9月1日現在、市内にお住まいで住民登録をされ、満100歳以上を迎える人にお祝金10,000円を贈呈します。また、満88歳を迎える人には、お祝いのメッセージカードを9月下旬に送付いたします。

●対象となる人

| 年齢 | 令和5年度に対象となる人の生年月日 |
|---------|------------------------------|
| 満88歳 | 昭和10年4月2日から昭和11年4月1日までに生まれた人 |
| 満100歳以上 | 大正13年4月1日以前に生まれた人 |

●贈呈日（祝金） 9月下旬予定（銀行口座に振込みます）

●手続（祝金） 対象となる人には、6月下旬頃に申請書をお送りいたします。

■金婚ご夫婦へのお祝い■ 松戸市社会福祉協議会 Tel710-2341

金婚（結婚50年）を迎えたご夫婦に、記念品をお贈りしています。

●申請方法 広報まつど（4/15号）、まつど社協だより（4/15号）にてお知らせ

●締切 令和5年7月7日（金）まで

●対象 昭和49年8月31日までに結婚された市内在住のご夫婦

2. 仕事

■無料職業紹介所■ 松戸市社会福祉協議会

無料で職業紹介及び生活相談を行っております。お気軽にご相談ください。

●場所 根本387-5 市役所本館1階（対象：65歳以上）Tel 365-4712
市役所本館3階（対象：65歳未満）Tel 366-0077

●開所日時 月～金曜日、午前9時～午後5時（午後12時15分～午後1時を除く）

●休館日 毎週土曜日、日曜日、祝日及び年末年始

■松戸市シルバー人材センター■ Tel330-5005

松戸市シルバー人材センターは、高齢者に働く機会を提供し、生きがいの充実、社会参加を図ることにより、高齢者の経験や能力を活かした、活力ある地域社会づくりに寄与することを目的とした団体です。

●入会できる方 市内に居住する原則として60歳以上の健康で働く意欲があり、センターの趣旨を理解し賛同される人であればどなたでも入会できます。

●仕事の内容

①技術・技能（植木の手入れ、襖・障子張り、大工等）

②事務・管理（毛筆・筆耕、一般事務、駐車場・施設管理等） ③サービス（家事手伝い等）

④一般作業（除草、清掃等） ⑤折衝外交（販売、チラシ配布、営業等）

- **仕事の代金** 従事した仕事に応じて配分金をお渡しします。
- **入会手続き** 入会説明会を午前 10 時から下記のとおり行います。その際に、緊急連絡先（自宅以外）・筆記用具・認印・本人名義の千葉銀行普通口座番号が必要です。
- **会費** 年会費 2,400 円（4 月 1 日から翌年の 3 月 31 日まで）
- **場所** ① 松戸市旭町 1 丁目 174 番地 松戸市シニア交流センター内
3 月を除く毎月 10 日、4～9 月の毎月 25 日
② 松戸市馬橋 2546 すぐやる馬橋（※予約制）
10～2 月の毎月 20 日

※土・日・祝日に当たる場合は、翌日となります。

※入会説明会に参加される方は電話又は松戸市シルバー人材センターHP からお願いします。

- **注意** 会員になったといっても、センターと雇用関係はありません。また、会員の就業保障や所得保障はいたしません。入会したからといっても、すぐに仕事に就けるとは限りません。

3. 生きがい

■老人福祉センター■

市内の各老人福祉センターは、教養娯楽、入浴、集会、機能回復訓練等にご利用できます。また、健康、生活相談も行っています。

- **利用方法** 60 歳以上の松戸市民の人。下記施設に直接お申し込み下さい。
- **利用時間** 午前 9 時～午後 4 時 30 分（入浴は午前 10 時～午後 3 時）
- **休館日** 毎週月曜日、年末年始
- **料金** 無料

| 名称 | 所在 | 電話番号 |
|--------------|----------------------|----------|
| 常盤平老人福祉センター | 常盤平 3-25 | 382-5125 |
| 小金原老人福祉センター | 小金原 6-6-2 小金原市民センター内 | 344-8270 |
| 東部老人福祉センター | 紙敷 953-2 | 392-3701 |
| 六実高柳老人福祉センター | 高柳 1832 | 386-3478 |
| 矢切老人福祉センター | 上矢切 299-1 総合福祉会館内 | 368-1508 |
| 野菊野敬老ホーム | 野菊野 5 | 361-1901 |

■市民センター等ながいき室■

問い合わせ先は 55 ページ 「施設・問合せ一覧」 を参照

市民センター内及び市民会館で教養、娯楽等にご利用できます。

- **利用方法** 市内に居住する 60 歳以上の人。直接施設にお申し込み下さい。
- **料金** 無料

| 施設名 | 利用時間 | 休館日 |
|--------|---------------|-------------------------------|
| 市民センター | 午前 9 時～午後 5 時 | 毎月 1 回月曜日※(センターにより異なります)、年末年始 |
| 市民会館 | 午前 9 時～午後 5 時 | 毎週月曜日※、年末年始 |

※ 月曜休館日が、祝日・振替休日に当たるときは開館します。その場合の休館日は翌日以降に振り替えます。

■シニアクラブ（老人クラブ）■

松戸市はつらつクラブ連合会事務局

Tel343-0571（月～金曜日 午前10時～午後3時）

健康増進、社会奉仕、教養講座、研修旅行、レクリエーション活動を通じて地域社会との交流と老後の生活を豊かにするため、おおむね60歳以上の地域の人たちによって自主的に組織された団体です。

- 入会手続 直接地域のシニアクラブ（老人クラブ）にご相談ください。ご連絡先がわからない場合は、上記松戸市はつらつクラブ連合会事務局へご連絡ください。

■松戸市はつらつクラブ（シニアクラブ）連合会■

松戸市はつらつクラブ連合会事務局

Tel343-0571（月～金曜日 午前10時～午後3時）

市内地域シニアクラブ（老人クラブ）の集まりである松戸市はつらつクラブ（シニアクラブ）連合会は、市内地域はつらつクラブの連絡調整、研修会、研修旅行、ゲートボール大会、グラウンドゴルフ大会、芸能大会などを行っています。

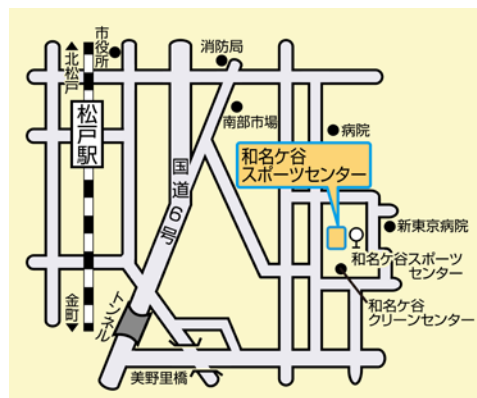
■屋内ゲートボール場■ 和名ヶ谷スポーツセンター Tel391-5990

小体育室は、屋内でゲートボールが楽しめるように設計されており、天候に左右されずにご利用いただけます。また、施設内には、体育室、温水プール、トレーニング室、浴室、多目的ホール、和室、図書館があります。

- 小体育室料金（利用単位：2時間）

| | |
|------|-----------------------|
| 個人利用 | 310円 |
| 団体利用 | 1,040円 (午前9時～午後5時) |
| | 1,570円 (午後5時～午後9時) |

- 休館日 毎月第3月曜日
(祝日にあたる場合は、その翌日)
年末年始
12月29日～1月4日(温水プールは1月5日まで)



■まつど地域活躍塾■ 市民自治課 Tel366-7318

松戸をより暮らしやすい街にするために、自分の経験やスキルを活かして地域で活躍していくキッカケを見つける塾です。1年を通じて、ゲストの講演を聴いたり、関心のある分野で実地体験をしたり、塾生同士のワークショップを行ったりします。地域で実現したいことがある方、是非ご参加ください。

- 対象 地域で活動する意思のある市内在住、在勤、在学の18歳以上の方
- 定員 40名
- 受講料 5,000円
- 申込方法 毎年広報まつどでお知らせします。

■まつど生涯学習大学講座■ 社会教育課 Tel367-7813

60歳以上の人を対象に、一年を通し自らの生活課題や社会的課題に即した内容を基に、地域の主体的な行動者となることを期して開催しています。

- 会場 松戸市民劇場
- 定員 約300名
- 費用 無料
- 申込方法 毎年広報まつどでお知らせします。

■千葉県生涯大学校■ 東葛飾学園 浅間台教室（総合福祉会館内）

Tel368-1796

県内の60歳以上の人を対象に、新しい知識を身につけ、広く仲間づくりを図ることによって、学習の成果を地域活動に役立てるなど社会参加による生きがいの高揚に資すること及び高齢者が福祉施設、学校等におけるボランティア活動、自治会の活動の担い手となることを促進することを目的として設置されています。くわしくは下記までお問合せください。

- 学部 健康・生活学部、造形学部園芸まちづくりコース
- 修業年限 健康・生活学部2年間、造形学部園芸まちづくりコース2年間
- 授業料 健康・生活学部 年額16,400円、
造形学部園芸まちづくりコース 年額33,300円
- 問合せ先 千葉県生涯大学校 事務局 Tel043-266-4705

■シニア交流センター■ 松戸市シニア交流センターTel343-0521

当施設は、高齢者の方々が、住み慣れた地域や家庭において自己の個性や能力を最大限に発揮し、生きがいをもって、生涯を過ごす支援を行うことを目的としています。

センター内に入っている各施設は開所時間がそれぞれ異なりますのでご注意ください。

- 利用申込 センター設置目的のために使用する場合：使用予定日の2カ月前の月の初日から受付（上記以外は1カ月前の月の初日から受付）
- 住所 松戸市旭町1丁目174番地
- 受付時間 午前9時～午後6時まで
- 利用時間 午前9時～午後6時まで（準備・片付等含む）
- 休館日 毎月第4日曜日・年末年始（12月29日～1月3日）

| | 施設名 | 開所時間 | 業務内容 |
|----|--|------------------------------------|--|
| 一階 | 受付・交流サロン Tel343-0521 | 午前9時～午後6時 お休み:毎月第4日曜日、 年末年始 | シニア交流センター施設の管理・会議室の貸出しなどを行っています。交流サロンは申込不要、どなたでも利用できます。 |
| | 公益社団法人 松戸市シルバー人材センター Tel330-5005 | 午前8時半～午後5時 お休み：毎土日曜、祝日、 年末年始 | P.1 参照 社会参加の推進と生きがいの充実を目的に、健康で働く意欲のある高齢者に仕事を提供しています。 |
| 二階 | 松戸市はつらつクラブ 連合会事務局 Tel343-0571 | 午前10時～午後3時 お休み：毎土日曜、祝日、 年末年始 | 各老人クラブの連絡調整、研修会、研修旅行、各種大会を実施しています。 |
| | 大会議室・会議室 | 午前9時～午後6時 お休み：毎月第4日曜日、 年末年始 | ※会議室の利用は次ページを参照ください。 |
| 三階 | おやこ DE 広場旭町 Tel080-3285-7673 | 午前9時半～午後4時半 お休み：水、金、日、年末 年始 | 主に0～3歳児向けに無料開放されている親子の遊び場です。 |

※ 次ページに続く

※会議室の利用について 申込は直接松戸市シニア交流センターへお越しください。

★営利を目的のご利用はできません。

★ダンス用フロア床・防音構造ではありません。

●使用料 センター設置目的のために使用する場合：無料

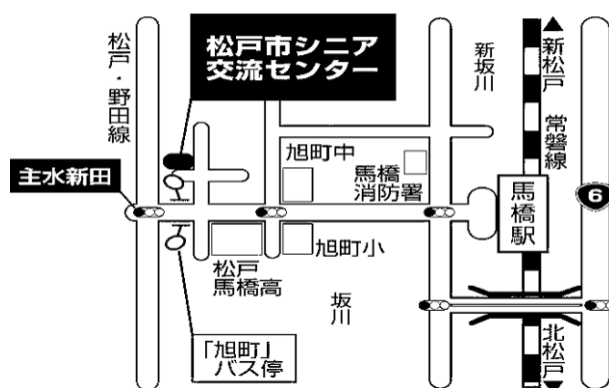
※初めて当施設を利用する場合は、利用活動状況表のご記入をお願いしています。

【一般の使用料は表のとおりです。】

※市外の方の利用は表の使用料の10割に相当する額を加えた額

| 室名・広さ | 1時間 | 定員 |
|-----------------------|------|-----|
| 大会議室 112㎡（※片面利用の場合半額） | 550円 | 70人 |
| 会議室 50㎡ | 270円 | 30人 |

●松戸市シニア交流センターへの行き方



JR馬橋駅西口下車

⇒バス乗車京成バス「松戸駅」行き乗車
「旭町」バス停下車徒歩1分
⇒徒歩の場合 約25分

JR松戸駅西口下車

⇒バス乗車京成バス南流山駅行き乗車
「主水南」バス停下車徒歩5分
又は京成バス馬橋駅行き乗車
「旭町」バス停下車徒歩1分

■いきいきほっとふれあい風呂■ 高齢者支援課 TEL366-7346

松戸公衆浴場組合では、高齢者の方が銭湯で集い楽しみながら健康づくりができるよう、一回200円で入浴できる「いきいきほっとふれあい風呂」を実施しています。また、多世代交流を目的に、孫世代である小学校6年生以下のお子さんをお連れの場合、お子さんは無料で入浴できます。

●実施日 毎週火曜日と第1,第2金曜日(当該浴場が定休日の場合は利用できません。)

●対象の人 市内在住の65歳以上の人

●利用方法 直接浴場に、年齢と住所が証明できる物(コピー可)を持って、ご利用下さい。

●実施場所・対象時間

| 対象時間 | 実施店 | 所在 | 電話番号 |
|-----------|----------|--------------|----------|
| 午後3時～6時まで | 小金バスランド | 小金きよしヶ丘2-9-1 | 341-1126 |
| | 平和湯ランド | 五香西1-12-12 | 387-2044 |
| | 松戸ヘルスランド | 松戸新田580-1 | 366-2467 |
| | 馬橋湯 | 馬橋95 | 341-3247 |
| | 宮前湯 | 松戸1766 | 362-2819 |

4. 介護保険

■申請・利用の手順■ 介護保険課 認定審査班 TEL366-7370

介護が必要になったら、要介護（要支援）認定を受けて介護サービス・介護予防サービスを利用します。

介護（介護予防）サービスを利用するには、市に申請して「要介護（要支援）認定」を受ける必要があります。サービスを利用するまでの手順は、以下のとおりです。

- 1 申請 介護サービスの利用を希望する人は市の介護保険課窓口で「要介護（要支援）認定」の申請をしてください。各支所でも申請できます。

申請に
必要なもの

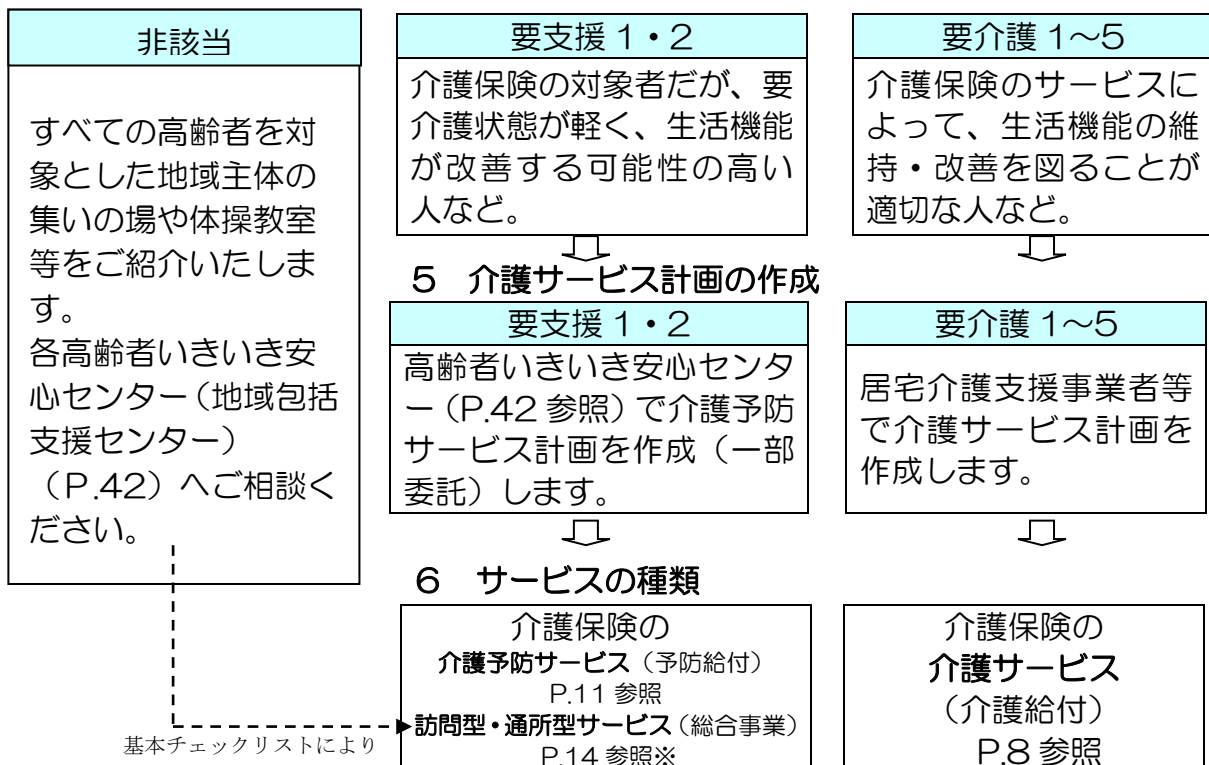
- ① 要介護・要支援認定申請書（窓口にあります）
- ② 介護保険被保険者証
- ③ 健康保険被保険者証

- 2 認定調査・主治医意見書

市の職員等が自宅などを訪問し、心身の状況などについて調査をします。また、本人の主治医に心身の状況についての意見書を作成してもらいます。

- 3 審査・判定 訪問調査等の結果によるコンピュータ判定（一次判定）と、医師の意見書及び調査票の特記事項をもとに「介護認定審査会」で審査し、要介護状態区分を判定します。

- 4 認定・通知 介護認定審査会の審査結果に基づいて「要介護 1～5」「要支援 1・2」「非該当」の区分に分けて認定され、その結果を通知します。



※介護認定審査会で非該当と認定される人も「基本チェックリスト」で生活機能の低下が認められる場合、訪問型サービス、通所型サービスを利用することができます。介護予防・日常生活支援総合事業（P14）を参照。

■介護保険の介護サービスの種類（介護給付）■

介護保険課 給付班 TEL366-7067

<要介護 1～5の方が利用できるサービス>

サービス利用に際しては、「居宅介護支援事業者」等に連絡・契約し、生活機能を維持・改善することを目指したケアプランが作成・提案され、合意の上、サービスを受けることになります。

| | 在宅サービスの種類 | 概要 |
|---------------|-------------------|--|
| 自宅で利用できるサービス | 訪問介護 | ホームヘルパーによる介護や、身の回りの世話や、生活援助が受けられます。通院などを目的とした、「通院等乗降介助」も利用できます。 |
| | 定期巡回・随時対応型訪問介護看護 | 要介護の人を対象に、日中・夜間を通じて定期的な巡回と随時の通報により居宅を訪問してもらい、入浴、排泄、食事などの介護や、日常生活上の緊急時の対応などが受けられます。 |
| | 夜間対応型訪問介護 | 夜間帯に定期的な巡回と随時の通報により居宅を訪問してもらうことで、介護や緊急時の対応などが受けられます。 |
| | 訪問入浴介護 | 介護職員等が居宅を訪問し、持参した浴槽により入浴の介護が受けられます。 |
| | 訪問看護 | 居宅を訪問する看護師等により、療養上の世話や診療の補助が受けられます。 |
| | 訪問リハビリテーション | 理学療法士や作業療法士、言語聴覚士等の訪問によるリハビリテーションが受けられます。 |
| | 居宅療養管理指導 | 医師、歯科医師、薬剤師、管理栄養士、歯科衛生士による療養上の管理や指導が受けられます。 |
| 日帰りで利用できるサービス | 通所介護（デイサービス） | 通所介護事業所で、食事、入浴、日常生活上の支援を日帰りで受けられます。 |
| | 地域密着型通所介護 | （※地域密着型通所介護は、18人以下の定員にて行うものです。） |
| | 通所リハビリテーション（デイケア） | 老人保健施設や医療機関等で食事、入浴などの支援や、リハビリテーションを日帰りで受けられます。 |
| | 認知症対応型通所介護 | 認知症の人を対象に、食事や入浴などの日常生活上の支援や機能訓練、専門的なケアなどを日帰りで受けられる通所介護サービスです。 |

※ 次ページに続く

| | 在宅サービスの種類 | 概要 |
|------------------------------------|-----------------------|--|
| 施設に一時的に宿泊（入所）して介護を受けるサービス（ショートステイ） | 短期入所生活介護 | 介護老人福祉施設等に短期間入所して、日常生活上の支援や、機能訓練などが受けられます。 |
| | 短期入所療養介護 | 老人保健施設や医療施設等に短期間入所して、日常生活上の支援や、機能訓練などが受けられます。 |
| その他のサービス | 福祉用具貸与 | 日常生活の自立を助けるための、福祉用具を貸与します。 ※要介護度により、貸与できない用具があります。 |
| | 特定福祉用具販売 | 入浴や排泄などに使用する福祉用具を購入したとき、購入費が支給されます。 ※同年度で 10 万円を上限に、購入費のうち利用者負担分の割合分（1～3 割）を除いた金額が支給されます。 ※福祉用具販売指定事業者で購入してください。 |
| | 住宅改修費支給 | 手すりの取り付けや段差解消などの住宅改修をしたとき、住宅改修費が支給されます。 ※20万円を上限に、改修費のうち利用者負担分の割合分（1～3 割）を除いた金額が支給されます。 ※工事着工前の「事前申請」が必要です。 |
| | 小規模多機能型居宅介護 | 日中の「通い」サービスを中心に、利用者の選択に応じて「訪問」や「泊まり」のサービスを組み合わせ、在宅生活が続けられるようなサービスです。 |
| | 看護小規模多機能型居宅介護 | 要介護の人を対象に、小規模多機能型居宅介護と訪問看護を組み合わせ、通所・訪問・短期間の宿泊の介護や医療のケアが受けられます。 |
| | 認知症対応型共同生活介護（グループホーム） | 認知症高齢者が、介護スタッフによる食事、入浴、排泄などの介護を受けながら、共同生活をする住宅です。 |
| | 特定施設入居者生活介護 | 有料老人ホーム等の特定施設に入居している高齢者が、日常生活上の世話や、機能訓練の介護サービスを受けられます。 |

※ 次ページに続く

| | 施設の種類 | 概要 |
|----------------|--|---|
| 施設に入所・入院するサービス | 介護老人福祉施設 (特別養護老人ホーム) ※H27.4～ 原則要介護3以上 | 常時介護が必要で居宅での生活が困難な人が入所して、日常生活上の支援や介護が受けられます。 施設の所在地等は、55ページ「施設・問合せ一覧」参照。 |
| | 地域密着型介護老人福祉施設入所者生活介護 原則要介護3以上 | 入所定員が30人未満の、小規模な介護老人福祉施設に入所する人が、日常生活上の世話や機能訓練などの介護サービスが受けられます。 |
| | 介護老人保健施設 (老人保健施設) | 状態が安定している人が在宅復帰できるよう、リハビリテーションを中心としたケアが受けられます。 施設の所在地等は、55ページ「施設・問合せ一覧」参照。 |
| | 介護療養型医療施設 | 急性期の治療を終え、長期の療養を必要とする人のための医療施設です。(市内に該当施設はありません。) |
| | 介護医療院 | 要介護の方に対し、長期療養のための医療と日常生活上の介護を一体的に行う施設です。 施設の所在地等は、55ページ「施設・問合せ一覧」参照。 |

●介護サービスを動画でわかりやすく紹介しています

松戸市協働事業の一環として、NPO法人 SmileResource (スマイルリソース) と介護保険課が連携し、介護保険制度のプロモーションビデオを制作しています。介護保険制度を動画でわかりやすく説明しています。



介護保険課まつど DE 介護ちゃんねる

■介護保険の介護予防サービスの種類（予防給付）■

<要支援 1・2の人が利用できるサービス>

サービス利用に際しては、「高齢者いきいき安心センター（地域包括支援センター）」（P 42 参照）に連絡・契約し、生活機能を改善することを目指したケアプランが、作成・提案され、合意の上、サービスを受けることとなります（一部は居宅介護支援事業者がケアプランを作成します）。

| | 介護予防サービスの種類 | 概 要 |
|--------------------------------------|-----------------------|---|
| 自宅で利用できるサービス | 介護予防訪問入浴介護 | 疾病その他やむを得ない理由により入浴介護が必要な場合に、訪問による入浴介護が受けられます。 |
| | 介護予防訪問リハビリテーション | 居宅での生活行為を向上させる訓練が必要な場合に、訪問で理学療法士や作業療法士、言語聴覚士等によるリハビリテーションが受けられます。 |
| | 介護予防訪問看護 | 訪問で看護師等による、介護予防のための療養上の世話や、診療の補助が受けられます。 |
| | 介護予防居宅療養管理指導 | 医師、歯科医師、薬剤師、管理栄養士などの訪問で、介護予防などを目的とした療養上の管理や、指導が受けられます。 |
| 日帰りで利用できるサービス | 介護予防通所リハビリテーション（デイケア） | 老人保健施設や医療機関等で、食事などの基本的サービスや、生活行為向上のためのサービスのほか、運動機能向上・口腔機能向上・栄養改善などのサービスが受けられます。 |
| | 介護予防認知症対応型通所介護 | 軽度の認知症の人を対象に、専門的なケアが受けられる通所介護です。 |
| 施設に一時的に宿泊（入所）して介護予防を受けるサービス（ショートステイ） | 介護予防短期入所生活介護 | 介護老人福祉施設等に短期間入所して、介護予防を目的とした日常生活上の支援や、機能訓練などが受けられます。 |
| | 介護予防短期入所療養介護 | 老人保健施設や、医療施設等に短期間入所して、介護予防を目的とした日常生活上の支援や、機能訓練などが受けられます。 |

※ 次ページに続く

| | 介護予防サービスの種類 | 概要 |
|----------|---------------------------|--|
| その他のサービス | 介護予防福祉用具貸与 | 日常生活の自立を助けるための、福祉用具を貸与します。 ※要介護度により貸与できない用具があります。 |
| | 特定介護予防福祉用具販売 | 入浴や排泄などに使用する福祉用具のうち介護予防に役立つ用具を購入したとき、購入費が支給されます。 ※同年度で10万円を上限に、購入費のうち利用者負担分の割合分(1~3割)を除いた金額が支給されます。 ※福祉用具販売指定事業者で購入してください。 |
| | 介護予防住宅改修費支給 | 介護予防に役立つ、手すりの取り付けや段差解消などの住宅改修をしたとき、住宅改修費が支給されます。 ※20万円を上限に、改修費のうち利用者負担分の割合分(1~3割)を除いた金額が支給されます。 ※工事着工前の「事前申請」が必要です。 |
| | 介護予防小規模多機能型居宅介護 | 日中の「通い」サービスを中心に、利用者の選択に応じて「訪問」や「泊まり」のサービスを組み合わせ、在宅生活が継続できるようなサービスです。 |
| | 介護予防認知症対応型共同生活介護(グループホーム) | 軽度の認知症高齢者が介護スタッフによる食事、入浴、排泄などの介護を受けながら、共同生活をする住宅です。 ※要支援2の人のみが利用できます。 |
| | 介護予防特定施設入居者生活介護 | 有料老人ホーム等に入所している高齢者が、介護予防を目的とした日常生活上の支援や、介護が受けられます。 |

※自宅でホームヘルパー等の支援を受ける「訪問型サービス」と日帰りで事業所に通う「通所型サービス」は介護予防・日常生活支援総合事業(P14参照)の利用になります。

■介護保険料■ 介護保険課 資格保険料班 Tel366-7370

年齢 65 歳以上の方の介護保険料は、3 年ごとに定められる「介護保険事業計画」の介護サービス総給付費を推計して算出します。

令和 3 年度から令和 5 年度までの保険料基準額は月額 5,600 円(年額 67,200 円)で、所得等に応じてご負担いただくよう、次の 18 段階に細分化しております。令和 2 年度に引き続き、令和 3 年度から令和 5 年度まで低所得者軽減措置により、第 1 段階から第 3 段階までの基準額を軽減しています。保険料の納め方は、年金の受給額によって、年金からの天引き(特別徴収)と納付書あるいは口座振替による納付(普通徴収)の 2 種類に分かれます。

※災害や失業など、やむを得ない理由で保険料を納められないときは、申請により減免や執行猶予を受けられることがありますのでご相談ください。

| 段階 | 所得区分 | 保険料の調整率 | 介護保険料 | |
|---------|---|----------|--------|---------|
| | | | 月額 | 年額 |
| 第 1 段階 | ・ 老齢福祉年金受給者で、本人及び世帯全員が市民税非課税の方 ・ 生活保護受給者の方 ・ 本人及び世帯全員が市民税非課税で、本人の課税年金収入額と合計所得金額の合計が 80 万円以下の方 | 基準額×0.28 | 1,570 | 18,840 |
| 第 2 段階 | 本人及び世帯全員が市民税非課税で、本人の課税年金収入額と合計所得金額の合計が 120 万円以下の方 | 基準額×0.43 | 2,410 | 28,920 |
| 第 3 段階 | 本人及び世帯全員が市民税非課税で、第 1 段階・第 2 段階に該当しない方 | 基準額×0.67 | 3,750 | 45,000 |
| 第 4 段階 | 本人が市民税非課税で、同じ世帯に市民税課税者がいて、本人の課税年金収入額と合計所得金額の合計が 80 万円以下の方 | 基準額×0.90 | 5,040 | 60,480 |
| 第 5 段階 | 本人が市民税非課税で、同じ世帯に市民税課税者がいて、第 4 段階に該当しない方 | 基準額×1.0 | 5,600 | 67,200 |
| 第 6 段階 | 本人が市民税課税で、合計所得金額が 120 万円未満の方 | 基準額×1.10 | 6,160 | 73,920 |
| 第 7 段階 | 本人が市民税課税で、合計所得金額が 120 万円以上 200 万円未満の方 | 基準額×1.25 | 7,000 | 84,000 |
| 第 8 段階 | 本人が市民税課税で、合計所得金額が 200 万円以上 300 万円未満の方 | 基準額×1.5 | 8,400 | 100,800 |
| 第 9 段階 | 本人が市民税課税で、合計所得金額が 300 万円以上 400 万円未満の方 | 基準額×1.6 | 8,960 | 107,520 |
| 第 10 段階 | 本人が市民税課税で、合計所得金額が 400 万円以上 500 万円未満の方 | 基準額×1.7 | 9,520 | 114,240 |
| 第 11 段階 | 本人が市民税課税で、合計所得金額が 500 万円以上 600 万円未満の方 | 基準額×1.9 | 10,640 | 127,680 |
| 第 12 段階 | 本人が市民税課税で、合計所得金額が 600 万円以上 700 万円未満の方 | 基準額×2.05 | 11,480 | 137,760 |
| 第 13 段階 | 本人が市民税課税で、合計所得金額が 700 万円以上 800 万円未満の方 | 基準額×2.15 | 12,040 | 144,480 |
| 第 14 段階 | 本人が市民税課税で、合計所得金額が 800 万円以上 900 万円未満の方 | 基準額×2.25 | 12,600 | 151,200 |
| 第 15 段階 | 本人が市民税課税で、合計所得金額が 900 万円以上 1000 万円未満の方 | 基準額×2.35 | 13,160 | 157,920 |
| 第 16 段階 | 本人が市民税課税で、合計所得金額が 1000 万円以上 1500 万円未満の方 | 基準額×2.45 | 13,720 | 164,640 |
| 第 17 段階 | 本人が市民税課税で、合計所得金額が 1500 万円以上 2000 万円未満の方 | 基準額×2.55 | 14,280 | 171,360 |
| 第 18 段階 | 本人が市民税課税で、合計所得金額が 2000 万円以上の方 | 基準額×2.75 | 15,400 | 184,800 |

合計所得金額とは、収入から必要経費に相当する金額(公的年金控除や給与所得控除など)を控除した金額をいい、扶養控除、医療費控除、社会保険料控除などの所得控除や損失の繰越控除をする前の金額をいいます。土地売却等に係る特別控除額がある場合は、長期譲渡所得及び短期譲渡所得に係る特別控除額を控除した金額を用います。

5. 介護予防

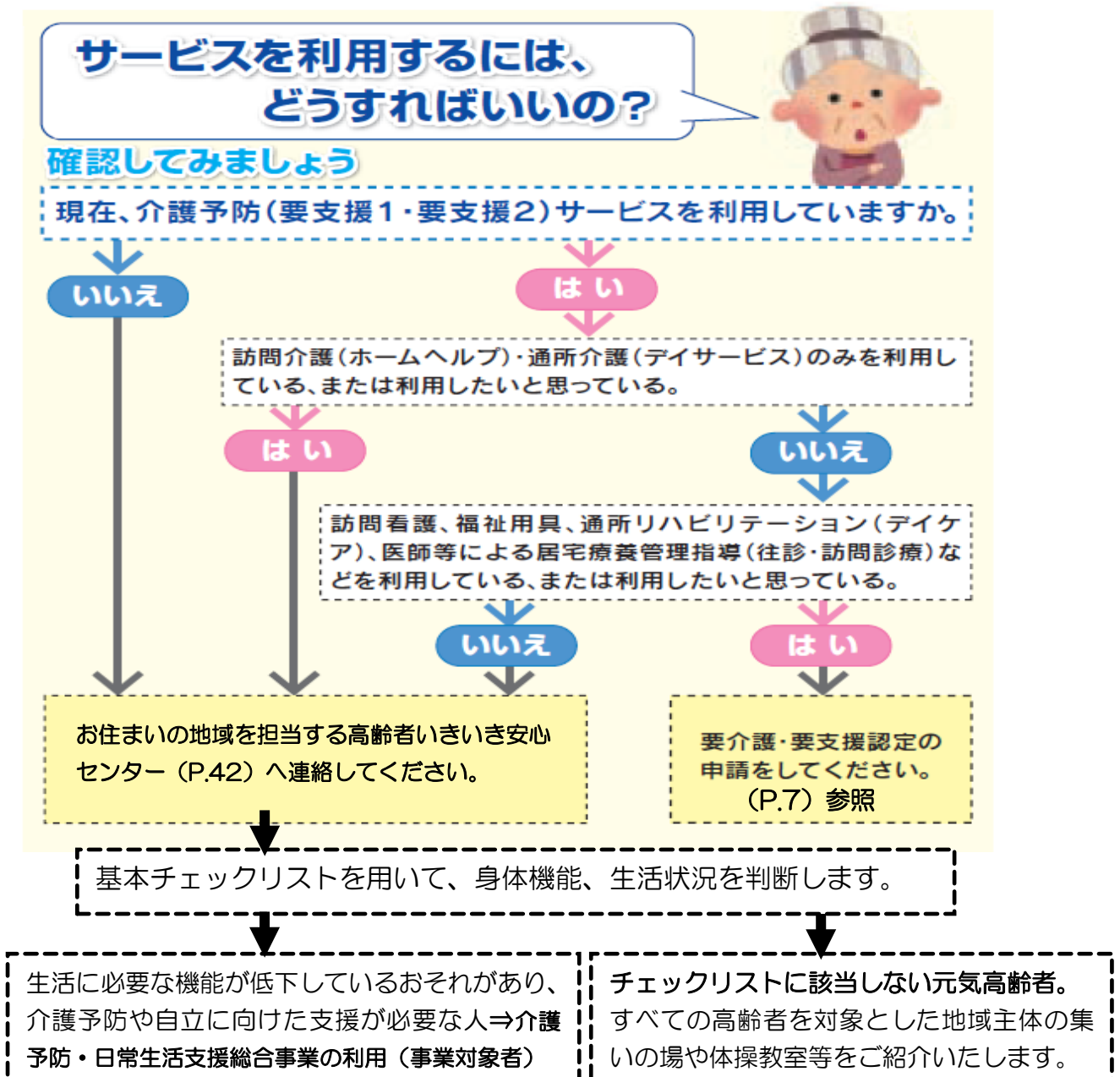
■介護予防・日常生活支援総合事業■

高齢者支援課 TEL366-7346

65歳以上の方を対象とした介護予防や自立に向けた生活支援を総合的に提供する松戸市の事業です。

要支援認定を受けた方と基本チェックリストにより「事業対象者」に特定された方は、「訪問型サービス」や「通所型サービス」により、利用者の状態や地域の実情に合わせた支援を受けることができます。このサービスのみを希望する方は、要介護（支援）認定を受けなくても、基本チェックリストにより生活機能の低下が認められる場合、迅速にサービスを利用することができます。基本チェックリストはお住まいの地域を担当する高齢者いきいき安心センターで行うことができますのでご相談ください。

※「事業対象者」については下記参照



■介護予防・日常生活支援総合事業のサービス及び事業■

介護保険課 TEL366-7067

高齢者支援課 TEL366-7346

| | 介護予防サービスの種類 | 概要 |
|---------------|------------------------|--|
| 自宅で利用できるサービス | 訪問型サービス | 利用者が自力で困難な行為について、同居家族や地域の支援が受けられない場合に、ホームヘルパーによるサービスが受けられます。(身体介護+生活援助) |
| | 訪問型元気応援サービス | 利用者が自力で困難な行為について、同居家族や地域の支援が受けられない場合に、市が認める研修を受けた人によるサービスが受けられます。また、病院等への付き添い支援サービスも受けられます。(生活援助+付き添い支援) |
| 日帰りで利用できるサービス | 通所型サービス(デイサービス) | 通所介護施設で、食事などの基本的サービスや、生活行為向上のためのサービスのほか、運動機能向上・口腔機能向上・栄養改善などのサービスが受けられます。 |
| | 短期集中予防サービス(いきいきトレーニング) | 生活機能の低下がみられる高齢者に対し、3か月から6か月の短期間、リハビリの専門職が実施するプログラムを週1回で受けるサービスです。利用者本人で体調管理を行うための助言を行い、サービス終了後も目標を持って望む暮らしを続けていただくことを目指します。4つのプログラム(運動・栄養・口腔・認知)のうち1つを実施する単一型コースと、訪問とセットで4つのプログラムを組み合わせで実施する機能強化型コースがあります。 |

■高齢者いきいき安心センターで行う介護予防教室・認知症予防教室■

高齢者支援課 TEL366-7346

市内に15カ所ある高齢者いきいき安心センターで、介護予防や認知症予防の教室を実施しています。日時・場所については各高齢者いきいき安心センターにお問い合わせください。

●料金 無料

■まつど認知症予防プロジェクト■

高齢者支援課 TEL366-7346

もの忘れや認知機能の変化をチェックし、専門職のサポートのもと自立した生活の維持を目指したセルフケアや生活習慣を考えます。

また、必要な方には介護サービスの利用や受診の支援を行います。お気軽にご連絡ください。お近くの実施機関をご紹介します。

■高齢者の元気応援キャンペーン■ 高齢者支援課 Tel366-7346

高齢者の元気を応援する独自のサービスや通いの場の活動で利用できるコンテンツの提供等を行っている企業・団体等を募り、キャンペーン協賛団体として、そのサービスを市のホームページ等で紹介しています。

キャンペーンの協賛団体は市から配布したデザインのポスター、ステッカー、車両用マグネット、のぼり旗を掲示していますので、目印にして、お気軽にご利用ください。

■元気応援くらぶ■ 高齢者支援課 Tel366-7346

介護予防の推進を目的にした、公募による住民主体型の地域活動です。市内 80 ヶ所を超えるグループが、高齢者の「通いの場」を開設し、元気づくり(介護予防)に関するさまざまな活動をしています。各グループの実施日時、活動場所については、ホームページ等をご参照ください。

●料金 グループにより異なりますが、無料または1回ワンコイン程度(100円から500円)で参加できます。

■介護予防把握事業■ 高齢者支援課 Tel366-7346

●65歳

要介護認定を受けていない65歳到達者に対して実態把握のためのアンケートを実施しています。このアンケートにより、介護予防の普及や地域包括支援センターの周知等を図っています。

●75歳(閉じこもり高齢者把握)

心身や生活状況の実態を把握するために、要介護認定等を受けていない75歳到達者に対してアンケートを実施しています。このアンケートにより閉じこもりリスクのある方等を把握し、関係機関につなぎます。

■フレイル予防■ 健康推進課 Tel712-2403

保健師・管理栄養士・歯科衛生士などの専門職が「元気応援くらぶ」などに出向いて、フレイル^(※)状態のチェックやアドバイスを行います。

※フレイル…加齢により心身の機能が低下した状態のこと。

■プロボノ MATSUDO■ 高齢者支援課 Tel366-7346

仕事や学業で培った経験やスキルを持ったボランティア(プロボノワーカー)が、地域で活動する団体を支援する取り組み「プロボノ MATSUDO」を実施しています。

通いの場などの地域団体やNPO等に対して総務、経理、広報、運営などの分野で支援を行い、現在団体が抱えている課題の解決や、団体の活動を更に発展させるお手伝いをします。

●対象者

- ・ボランティアの支援を受けたいと考えている通いの場などの地域団体
- ・市内の地域活動をボランティア(プロボノワーカー)として支援したい人

■介護支援ボランティア制度■ 高齢者支援課 TEL366-7346

介護予防と社会参加を目的として、高齢者施設や障害者施設、子ども関連施設などの受け入れ機関で所定のボランティア活動を行い、実績に応じ交付金や障害者就労施設の商品を受け取ることができる制度です。受入機関として特別養護老人ホームのほか、平成29年度より障害者関連施設、放課後児童クラブも新たな活動場所として加わり、市内在住の65歳以上で、管理機関が実施する介護支援ボランティア登録説明会に参加でき、ボランティア活動を自力でできる方なら、どなたでも介護支援ボランティアとして活躍できるようになりました。

●参加方法 毎月開催される説明会に参加し、登録することが必要です。登録説明会の日程・会場は松戸市社会福祉協議会（TEL：362-5963）にお問合せください。

■松戸市在宅医療・介護事業者情報検索システム■

介護保険課 TEL366-4101

市内の在宅医療や介護サービス・地域活動などの情報をインターネットシステムで探すことができます。ぜひご利用ください。

●検索できる内容

- ・介護についての相談窓口
- ・ケアマネジャーや介護施設などの介護サービス事業者、体操教室やサロンなど地域で行われている高齢者向けのサービス
- ・居宅介護支援事業所（ケアマネジャー）の空き状況や利用できる事業者

●システムQRコード



6. 高齢者保健福祉計画（介護保険事業計画を含む）

高齢者保健福祉計画と、介護保険事業計画の一体的な計画として、令和3年度から令和5年度までの、「いきいき安心プランⅦまつど（第9期松戸市高齢者保健福祉計画・第8期松戸市介護保険事業計画）」を策定し、高齢者施策の一層の推進を図っています。

計画書は市役所内行政資料センターTEL366-7107において閲覧できます。また、松戸市のホームページ<http://www.city.matsudo.chiba.jp/>から、「ライフシーン」→「高齢・介護」でご覧になれます。

7. 福祉サービス (介護保険以外のサービス)

在宅でおおむね 65 歳以上の介護を必要とする人、および、日常生活に何らかの支援を必要とする人、またはその介護者に対してサービスを提供しています。

■軽度生活援助■ 介護保険課 給付班 TEL366-7067

在宅で 75 歳以上の単身世帯・高齢者世帯、介護保険法による要介護・要支援の認定または、要支援相当の特定を受けた 40 歳以上の単身世帯の人に対して、清掃や草むしりなどをシルバー人材センターに依頼できる「ミニ援助券」を月 1 枚（1 時間分）支給します。

●料 金 1 枚（1 時間あたり）100 円

■介護用品（紙おむつ等）支給■ 介護保険課 給付班 TEL366-7067

在宅で、紙おむつ等を使用している要介護高齢者を介護している家族に対して、紙おむつ等を支給します。介護保険法による要介護認定で、要介護 3～5 と認定された高齢者を介護している家族が対象です。入所中、入院中は対象になりません。（要介護高齢者、家族ともに市内在住であること）

| | | |
|-------|----------------------|----------------|
| ●支給内容 | 要介護 3 の場合 | 市の指定した品目から 1 組 |
| | 要介護 4～5 の場合で市民税課税世帯 | 市の指定した品目から 1 組 |
| | 要介護 4～5 の場合で市民税非課税世帯 | 市の指定した品目から 2 組 |

■訪問理容出張費の助成■ 介護保険課 給付班 TEL366-7067

外出が困難な在宅の重度要介護者（要介護 4 または 5 の認定を受けている）に対し、理容師が自宅を訪問し、理容サービスを提供する際の出張費（1,200 円以内）を助成します。

●支給内容 助成券を 1 年度につき最大 4 枚発行します。

■家族介護慰労金■ 介護保険課 給付班 TEL366-7067

介護保険法による要介護認定が要介護 4、または 5 と認定され、過去 1 年間介護保険のサービスを受けておらず（ショートステイの利用は 7 日以内までは可）、入院期間が 90 日以内であった高齢者等を在宅で介護している、市民税非課税世帯の同居家族等に、介護を行っていることの慰労として 10 万円を支給します。

■緊急通報装置の貸与■ 介護保険課 給付班 Tel366-7067

65歳以上のひとり暮らしで、市民税非課税の人に対し、急病等の緊急時にボタンを押すとコールセンターへ通報できる装置をお貸しします。一般の固定電話回線が必要です。

- 料 金 無料（通話料金、電気料金は自己負担となります。）
※固定電話回線がない場合は、警備会社の専用回線を使用することで月1,100円（税込）を3カ月ごとに前納にて利用可能です。
（別途、電気料金は自己負担となります。）
- 申請方法 地区の民生委員を通しての申請となります。

■徘徊高齢者探索システム■ 高齢者支援課 Tel366-7346

介護保険の認定を受けていて認知症による徘徊行動のある松戸市在住の人、または、40歳以上の、初老期の認知症等を原因とする徘徊行動のある松戸市在住の人の介護者に対し、その徘徊のある人が行方不明になったとき、位置探索システムを使い、利用者の所在地を特定し早期発見するための情報機器の初期費用・月額費用の一部を助成します。要件等詳細はお問合せ下さい。

- 助成額 初期費用及び月額費用のうち市民税非課税世帯9割助成、課税世帯4.5割助成（それぞれ上限あり）
- 申請に必要なもの 申請書・同意書・対象者及び申請者の身分証明書のコピー（運転免許証、健康保険証など）

■高齢者見守りシール■ 高齢者支援課 Tel366-7346

家族や介護者が登録した注意事項などの情報をスマートフォンなどで読み取ることのできるQRコードが印字されたシールで、高齢者の衣服やカバンなどの持ち物に貼って使用します。行方不明となった高齢者の発見者がQRコードを読み取ることで、高齢者の介護者とインターネット上の伝言板を通じてやり取りを行うことができます。

- 対象者 ①認知症などによって行方不明となり、防災行政用無線により探索されたことがある松戸市在住の高齢者 ②道に迷った、家が分からなくなってしまったなどにより警察に連絡または保護されたことがある松戸市在住の高齢者
③：①②に該当しないものの認知症などにより行方不明になる可能性が高い方
- 申請に必要なもの ①対象者及び申請者の印鑑 ②対象者及び申請者の身分証明書
③携帯電話（スマートフォン等のQRコードの読み取り機能があり、インターネットに接続されているもの）

■ふれあい会食会■ 松戸市社会福祉協議会 Tel710-2341

原則、70歳以上の一人暮らしで、一人で会場まで来られる人を対象に、ふれあい会食会を実施しています。

- 料 金 1回 300円～400円
- 会 場 市内の市民センター等
- 申込・問合せ 民生委員、または各地区社会福祉協議会にお問い合わせください。

■福祉カーの貸出■ 松戸市社会福祉協議会 Tel710-2341

市内在住で歩行困難な人に、車椅子に乗ったまま乗降できる福祉カーを貸出します。

- 料 金 ガソリン代等の実費
- 利用限度 1回2日間まで、月2回まで
- 利用方法 利用希望日の3カ月前から3営業日前までに電話または窓口で予約のうえ、申請書等を提出してください。（初回は窓口来会）

■福祉タクシー■ 障害福祉課 Tel366-7348

●対象者 ①身体障害者手帳の交付を受けた方で、障害の個別等級が1・2級の方（ただし、視覚障害・下肢・体幹障害の方は1～3級） ②療育手帳の交付を受けた方で障害の程度が重度と判定された方（A2以上） ③精神障害者保健福祉手帳の交付を受けた方で障害の程度が1級の方

※介護タクシーも予約により利用できます。利用できる事業者については、お問い合わせください。

- 申請手続 ①申請書 ②身体障害者手帳、療育手帳、精神障害者保健福祉手帳
- 利用方法 指定タクシー事業者を利用したときに、利用券1枚で運賃の一部（上限720円）が助成されます。
- 交付枚数 年間60枚（常時通院の方は、必要に応じ150枚を限度に追加）

■福祉有償運送事業■ 福祉政策課 地域福祉担当室 Tel366-3019

NPO法人等の非営利法人がボランティア活動として、自家用自動車を有償で運送しています。

- 料 金 おおむね一般タクシー料金の半値
- 対象者
 - ①身体障害者手帳の交付を受けた方
 - ②精神障害者保健福祉手帳等の交付要件である医師の診断書又は精神障害を支給事由とする給付を現に受けている方
 - ③知的障害者判定機関により知的障害があると判定された方
 - ④介護保険法における要介護、要支援の認定を受けた方
 - ⑤要支援相当の特定を受けた人のうち、他人の介助によらずに移動することや単独で公共交通機関を利用することが困難な方
 - ⑥肢体不自由、内部障害、知的障害、精神障害その他の障害を有する方
- 手 続 事前に各事業者への会員登録が必要となります。利用できる事業者については、お問合わせください。
事業所等は 55 ページ「施設・問合せ一覧」をご覧ください。

■家庭ごみ訪問収集事業（ふれあい収集）

環境業務課 松戸市家庭ごみ相談コールセンター Tel0120-264-057

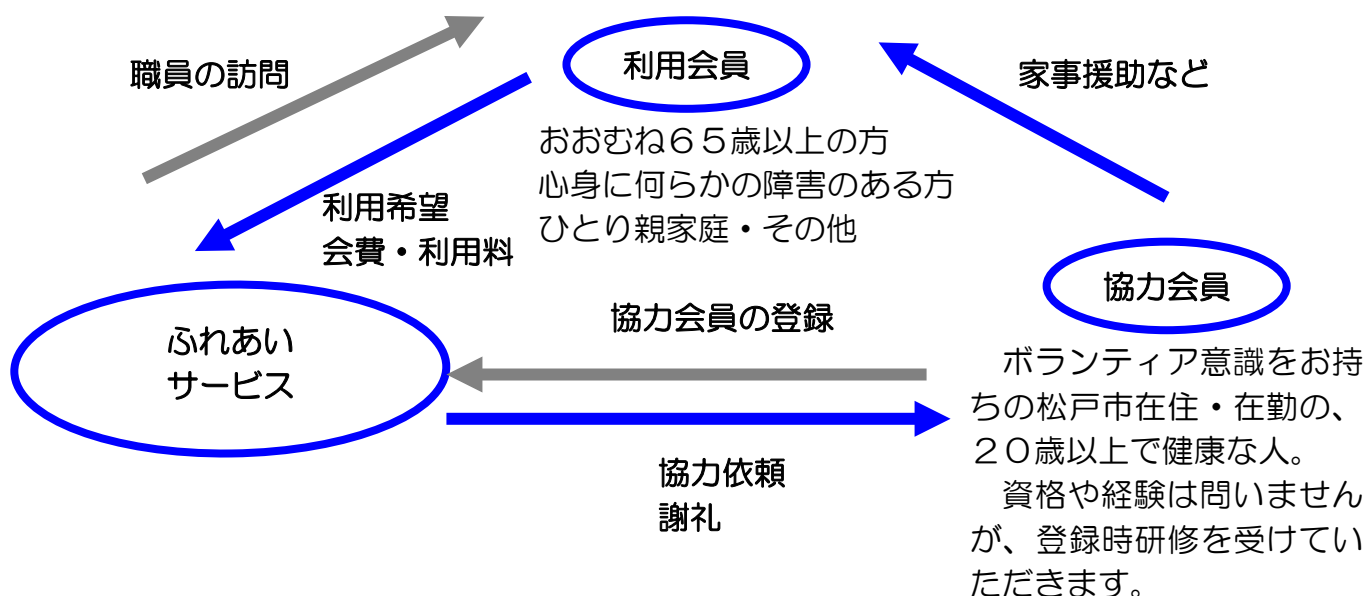
家庭ごみをごみ集積所に自ら又は他の者の協力を得て出すことが困難な世帯に対し、週に1回決められた曜日に、職員が戸別に訪問してごみを収集する事業です。

- 料 金 無料
- 対象者
 - ①松戸市に住んでいる方
 - ②自らごみを出すことが困難な要介護者もしくは障害者（身体障害者手帳1・2級）で構成されている世帯
 - ③ごみを出すことについて、他者からの支援を受けることができない世帯
- 申請に必要な書類
ケアマネジャーや相談支援専門員等の専門家から提出していただく必要があります。
申請書等は松戸市ホームページからダウンロードできます。
 - ①松戸市家庭ごみ訪問収集事業利用申請書
 - ②意見書
 - ③要介護者の場合、介護保険被保険者証の写し
 - ④障害者の場合、身体障害者手帳1級もしくは2級の写し
 - ⑤自宅の敷地内でごみ集積所を設置する場所の位置図等（写真可）

■ふれあいサービス（有償在宅福祉サービス）■

松戸市社会福祉協議会ふれあいサービス TEL368-2941

高齢者や心身に何らかの障害のある方が、住みなれた地域で安心して暮らせるように、地域の方々の参加と協力で、家事・介護援助等の在宅福祉サービスを有償で提供します。



賛助会員

社会福祉協議会のふれあいサービス事業に賛同する個人・団体または法人

(個人) 入会金 1,000円 年会費 1,000円

(法人) 入会金 10,000円 年会費 10,000円

●サービスの内容

- ・家事援助、簡単な介護援助サービス
- ・24時間あんしん電話サービス
- ・相談助言に関するサービス

●申込 ふれあいサービスに電話をして訪問相談日を予約する。

●所在地 〒271-0094 松戸市上矢切 299番地の1 松戸市総合福祉会館内

●電話番号 368-2941 (FAX368-2977) ●料金 下記料金表参照

【料金表】

| | | | | | |
|--------------------------------------|------|----------------|--------------------------|------------|------------|
| 入会金 | | 1,000円（登録時のみ） | | | |
| 月会費 | | 1,000円/月 | | | |
| 家事・介護援助サービス | 派遣時間 | 月～金曜日 | | 土・日・祝日 | |
| | | 9:00～17:00 | 8:00～9:00 17:00～20:00 | 8:00～20:00 | |
| | 利用料 | 家事 | 1時間 900円 | 1時間 1,100円 | 1時間 1,100円 |
| | | 介護 | 1時間 1,100円 | 1時間 1,300円 | 1時間 1,300円 |
| 派遣経費 | | 派遣1日につき300円 | | | |
| 24時間あんしん電話サービス (通報装置・設置・賃貸・相談料込み) | | 月 3,240円（消費税別） | | | |

■生活福祉資金（療養・介護資金）貸付■

松戸市社会福祉協議会 TEL368-0912

日常生活上、介護を要する65歳以上の高齢者のいる世帯に対して、下記の用途に必要な資金をお貸しします。

- ①療養期間が1年以内（最長1年6カ月）の病気・けがの療養に必要な経費
- ②介護保険法および障害者自立支援法によるサービスを受けるために必要な経費
- **貸付金額** 170万円～230万円（連帯保証人をたてる場合は無利子）
- **償還方法** 6カ月以内の据え置き後5年以内の償還
- **申請書類** ①借入申込書 ②借入申込人・連帯借受人・連帯保証人の所得証明書
- ③借入申込人・連帯借受人の住民票謄本 ④借入申込人・連帯借受人・連帯保証人の身分証明書（顔写真付） ⑤経費の見積書 ⑥医師の診断書 ⑦民生委員調査書 等

■高齢者住宅改修資金助成■ 介護保険課 給付班 TEL366-7067

介護保険法による要介護または要支援認定を受けた65歳以上の方で、かつ松戸市に2年以上居住し、市税の滞納がない方に対し、介助に適した住環境づくりや自立の促進のために住宅改修を行う場合に、資金の一部を助成します。工事着工前に「事前申請」を行い、市の審査を受ける必要があります。

※介護保険の住宅改修費利用が優先になります。

● 増改築の種類及び助成額

介護保険の対象工事内容に準じた手すりの取り付けや、段差解消等の工事が助成対象です。

- ①世帯の生計中心者の市民税が非課税の場合は、上限30万円（工事費用の7～9割を助成）
 - ②世帯の生計中心者の市民税が課税の場合は、上限15万円（工事費用の7～9割を助成）
- ※助成額は、工事費用から介護保険制度の負担割合（1～3割）の金額を控除した額となります。

■家具転倒防止器具等取付費助成事業■

介護保険課 給付班 Tel366-7067

地震による家具等の転倒等の被害から、高齢者及び障害者の身体の安全を確保するため、家具転倒防止器具等の購入または取り付けを行う世帯主に対し、費用を助成します。

- 対象となる方 市内在住で住民登録をしている、次の①～③の人のみで構成される市民税非課税世帯の世帯主 ①65歳以上の方（障がい者含む） ②65歳未満で要介護認定または要支援認定を受けた方 ③65歳未満の障がい者（身体障害者手帳（1，2級）・療育手帳・精神障害者保健福祉手帳（1級））ただし、③のみの世帯は障害福祉課が窓口となります。
- 対象となるもの たんす、食器棚、本棚その他これらに類する床置き型の家具並びにテレビ、冷蔵庫及びつり下げ型照明器具の転倒または落下を防止するために有効な器具及びガラスの飛散を防止するために有効なフィルム。
- 助成額 10,000円を上限に、9割を助成

■生活福祉資金（福祉資金）貸付■ 松戸市社会福祉協議会 Tel368-0912

所得の少ない世帯に対し、下記の用途等の資金をお貸しします。

- ①転居に必要な経費 ②葬祭等に必要な経費 ③機能回復の訓練機器、日常生活用の便宜を図るための用具の購入費 ④日常生活の便宜上必要な、小規模な住居の改修等に必要な経費 ⑤水道・下水・排水路の整備、電気設備、暖房設備等の設置に必要な経費 ⑥日常生活用の便宜を図るための高額な福祉機器の購入費 ⑦住宅の増改築等経費
- 貸付金額 貸付目的によって上限が異なりますので、ご相談ください。連帯保証人をたてる場合は無利子です。
- 償還方法 6カ月以内の据え置き後、資金の用途により償還期間の設定有り。
- 申請書類 ①借入申込書 ②借入申込人・連帯借受人・連帯保証人の所得証明書 ③借入申込人・連帯借受人の住民票謄本 ④借入申込人・連帯借受人・連帯保証人の身分証明書（顔写真付）⑤経費の見積書 ⑥民生委員の調査書 等

■生活福祉資金（不動産担保型生活資金）貸付■

松戸市社会福祉協議会 Tel368-0912

一定の居住用不動産を有し、今後も継続してその住居に住み続けることを希望する、低所得の高齢者世帯に対して、当該不動産を担保として生活資金をお貸しします。

●貸付対象 次のいずれにも該当する世帯

- (1) 借入申込者が単独で所有している不動産に居住している世帯であること
 - ①借入申込者の所有であること（借地・借家・マンションは不可）
 - ②他に共有者がいないこと（同居する配偶者と共有している場合は、配偶者が連帯借受人となる場合に限り対象となります。）
 - ③当該地に借入申込世帯が現に住んでいること
 - ④居住地以外に不動産を所有している場合は、その土地の活用により生計の維持ができないと認められること
- (2) 借入申込者が居住している不動産（土地・建物）に賃借権等の利用権及び抵当権等の担保権が設定されていないこと。
- (3) 借入申込者に配偶者又は借入申込者もしくは配偶者の親以外の同居人がいないこと。
- (4) 借入申込者の属する世帯の構成員が原則として65歳以上であること。
- (5) 借入申込者の属する世帯が市町村民税非課税程度の低所得世帯であること。
- (6) 居住地（土地のみ）の評価額が1,000万円以上であること。

●貸付金額 1カ月30万円以内（初期費用又は、中途での医療費等に対応するための臨時増額可能）とし、貸付元利金が限度額（土地の評価のおおむね7割）に達するまで。

（金利年3%または銀行の長期プライムレートの低い方）

●償還方法 契約終了（借受人・連帯借受人の死亡、解約等）後、不動産の処分代金及び相続人などからの一括償還

- ### ●申請書類
- ①借入申込書
 - ②戸籍謄本（推定相続人の範囲）
 - ③住民票謄本
 - ④世帯全員の市町村民税非課税証明又は住民税均等割課税証明書
 - ⑤居住している不動産（土地・建物）の登記簿謄本
 - ⑥当該不動産の公図・位置図（動態図）
 - ⑦地籍図・測量図・建物平面図（申込者が保有している場合のみ）
 - ⑧土地・建物の固定資産課税台帳価格
 - ⑨推定相続人の同意書
 - ⑩不動産鑑定評価依頼書 等

※居住地の評価額が1,000万円に満たない場合、要保護世帯向け不動産担保型生活資金を利用できる場合があるためご相談下さい。

■生活福祉資金（緊急小口資金）貸付■

松戸市社会福祉協議会 Tel368-0912

所得の少ない世帯に対し、緊急的かつ一時的に生計の維持が困難になった場合に、小口資金をお貸しします。

●貸付対象

- (1) 市民税非課税程度の低所得世帯であること
- (2) 市内に概ね6か月以上（単身世帯は1年以上）住んでいること
- (3) 以下のいずれかの要件に該当していること
 - ①医療費または介護費の支払いなど、臨時の生活費が必要なとき
 - ②給料などの盗難により生活費が必要なとき
 - ③年金・保険・公的給付などの支給開始までの生活費が必要なとき
 - ④火災等被災によって生活費が必要なとき
 - ⑤会社からの解雇、休業等による収入減
 - ⑥滞納していた税金、国保、年金保険料、公共料金の支払による支出増
 - ⑦事故等により損害を受けた場合による支出増（ただし、日常生活に支障をきたす場合に限る）
 - ⑧社会福祉施設等からの退出時、賃貸住宅入居に伴う支払による支出増

※③の要件を除き収入のある世帯が対象となります。

※ただし、あくまでも緊急・一時的な不足に対応する資金であり、慢性的に生活費が不足している場合や、貸付を行っても生活再建が困難と見込まれる場合には、貸付できません。

●貸付金額 10万円まで（無利子）

●償還方法 2カ月以内の据置き後、12カ月以内の月賦償還

●申請書類 ①借入申込書 ②借用書 ③印鑑証明書 ④住民票謄本

- ⑤健康保険証の写し ⑥口座振替依頼書
- ⑦貸付要件に該当することを証明する書類
- ⑧本人の確認ができる書類

（運転免許証、パスポート、社員証の写し、公的機関の発行する明細等）

8. 施設サービス

所在地等は55ページ

「施設・問合せ一覧」参照

●**申込手続** 特別養護老人ホーム、軽費老人ホーム（ケアハウス）、老人保健施設、介護医療院、有料老人ホーム、サービス付き高齢者向け住宅への入所を希望される人は、直接施設へ申し込んで下さい。施設の所在地等は55ページ「施設・問合せ一覧」をご覧ください。どうか、介護保険課へお問い合わせ下さい。

■特別養護老人ホーム■

所在地等は55ページ

「施設・問合せ一覧」参照

介護保険で要介護3～5の認定を受けた人で、常時介護が必要であり、在宅での生活が困難な人、及び要介護1または2の認定を受けた人で、在宅での生活が困難なことについてのやむを得ない事由があるため、特例的な入所が認められる人が入所して、日常生活上の支援や介護が受けられる施設です。

■養護老人ホーム■

高齢者支援課 Tel366-7346

おおむね65歳以上で、比較的健康だが経済的、家庭環境などの理由で家庭生活が困難な人が対象となります。ただし、世帯中心者の市民税が、均等割以下の人に限りません。

●**入所相談** 高齢者支援課に相談して下さい。直接ホームへは申し込めません。

●**費用** 世帯の所得状況、本人の収入によって負担金が異なります。

■軽費老人ホーム（ケアハウス）■

所在地等は55ページ

「施設・問合せ一覧」参照

60歳以上(夫婦で入所する場合はどちらかが60歳以上)で、自炊ができない程度の身体機能の低下があるか、または独立した生活に不安があって、家族と一緒に暮らせないなどの事情のある人が、食事などのお世話を受けられる施設です。

■老人保健施設（介護老人保健施設）■

所在地等は55ページ

「施設・問合せ一覧」参照

介護保険で要介護1～5の認定を受けた人で、リハビリ等を必要とする人に、介護や、機能訓練などの医療サービスを行う施設です。

■介護医療院■

所在地等は55ページ

「施設・問合せ一覧」参照

介護保険で要介護1～5の認定を受けた人で、長期の療養を必要とする人に、医療と日常生活上の介護を一体的に行う施設です。

■有料老人ホーム■

所在地等は55ページ

「施設・問合せ一覧」参照

ご自分で全額費用を負担して、食事などの日常生活のお世話を受けられる施設です。

介護が必要となった場合は、ホームが「特定施設入居者生活介護」の指定を受けていれば、介護保険サービスがご利用できます。

■サービス付き高齢者向け住宅■

所在地等は55ページ「施設・問合せ一覧」参照

高齢者単身・夫婦世帯が安心して居住できる賃貸等の住まいです。状況把握サービス、生活相談サービス等の福祉サービスを提供します。住宅部分とサービスの利用契約を別に契約するのが一般的です。介護が必要となった場合、別の契約・費用が必要になります。

9. 住 宅

■高齢者世帯・単身高齢者向き市営住宅■ 住宅政策課 TEL366-7366

住宅に困っている高齢者世帯や単身高齢者に、市営住宅入居(空き家)の募集を年3回(6・10・2月)実施しています。応募方法や資格などは、住宅政策課までお問合せ下さい。

■マイホーム借上げ制度■ 住宅政策課 空家活用推進室 TEL366-7366

松戸市が連携している一般社団法人 移住住みかえ支援機構が、50歳以上のシニアの方を対象にマイホームを借上げ、賃貸住宅として転貸する制度です。この制度は、安定した賃料収入を保証するもので、自宅を売却することなく住みかえや老後の資金として活用することができます。ご利用には一定の条件がございますので、住宅政策課空家活用推進室までお問合せ下さい。

10. 保 健

■健康相談■ 健康推進課 TEL366-7481

健康についての相談を保健師がお受けします。

- 利用方法 電話または来庁(中央保健福祉センター3階)のうえご相談ください。
- 費用 無料
- 場 所 中央保健福祉センター ※所在地は30ページ参照
または、本庁・各支所の市民健康相談室

■訪問指導■ 健康推進課 TEL366-7481

原則として介護保険に該当しない人に対し、相談内容に応じて、保健師・栄養士・歯科衛生士の専門職が訪問し、助言を行います。

- 利用方法 電話または来庁(中央保健福祉センター3階)のうえお問合せください。
※所在地は30ページ参照
- 費用 無料

■栄養相談■ 健康推進課 Tel366-7481

健康に過ごすための食生活や栄養についての相談を行っています。

- 利用方法 電話または来庁（中央保健福祉センター3階）のうえご相談ください。
- 費用 無料
- 場所 中央保健福祉センター ※所在地は30ページ参照

■禁煙相談■ 健康推進課 Tel366-7481

松戸市では、禁煙したい方を対象に禁煙相談を実施しています。

- 対象者 禁煙したい方
- 費用 無料
- 日時 要予約（平日8:30～17:00）
- 場所 中央保健福祉センター ※所在地は30ページ参照

■インフルエンザ予防接種■ 予防衛生課 Tel366-7483

松戸市では、接種を希望する高齢者等に対して、インフルエンザ予防接種を実施しています。

- 対象者 松戸市に住民登録をしている下記の①②に該当する人
 - ①接種当日、満65歳以上の方（昭和33年12月31日生まれまで）
※昭和34年1月1日～1月31日生まれの方は、対象となりません。
 - ②令和5年12月31日までに、満60歳以上65歳未満の人で、心臓・じん臓・呼吸器の機能の障害、又はヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能の障害があり、この4つのいずれかで、1級の身体障害者手帳をもっている人
- 接種場所 市内の医療機関
※やむを得ない事情で、市内の医療機関で受けられない人は令和5年12月31日までは千葉県内定期予防接種相互乗り入れ事業に参加している県内の医療機関でも接種できます。詳細は、広報まつど、市のホームページ等でお知らせします。
- 自己負担 1,000円（生活保護受給世帯に属する人は無料）
- 助成回数 1人につき1回
- 実施期間 10月～翌年1月31日まで

■高齢者の肺炎球菌感染症予防接種■ 予防衛生課 Tel366-7483

松戸市では、接種を希望する高齢者等に対して、肺炎球菌感染症予防接種を実施しています。

- 対象者 松戸市に住民登録があり、初めて肺炎球菌ワクチン（ニューモバックスNP）の予防接種を受ける下記の①②に該当する人
 - ①65歳以上の方（昭和34年4月1日以前に生まれた方）
※令和5年度中に65・70・75・80・85・90・95・100歳になる方は国の定期予防接種になります。

②満60歳以上65歳未満の方で、心臓・腎臓・呼吸器の機能の障害又はヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能の障害があり、この4つのいずれかで1級の身体障害者手帳をお持ちの方

●接種場所 市内の医療機関

※やむを得ない事情で市外の医療機関での接種を希望される場合は、事前に予防衛生課までお問い合わせください。

●自己負担 2,500円（生活保護受給世帯に属する人は無料）

●助成回数 1回限り

●実施期間 令和5年4月1日～令和6年3月31日まで

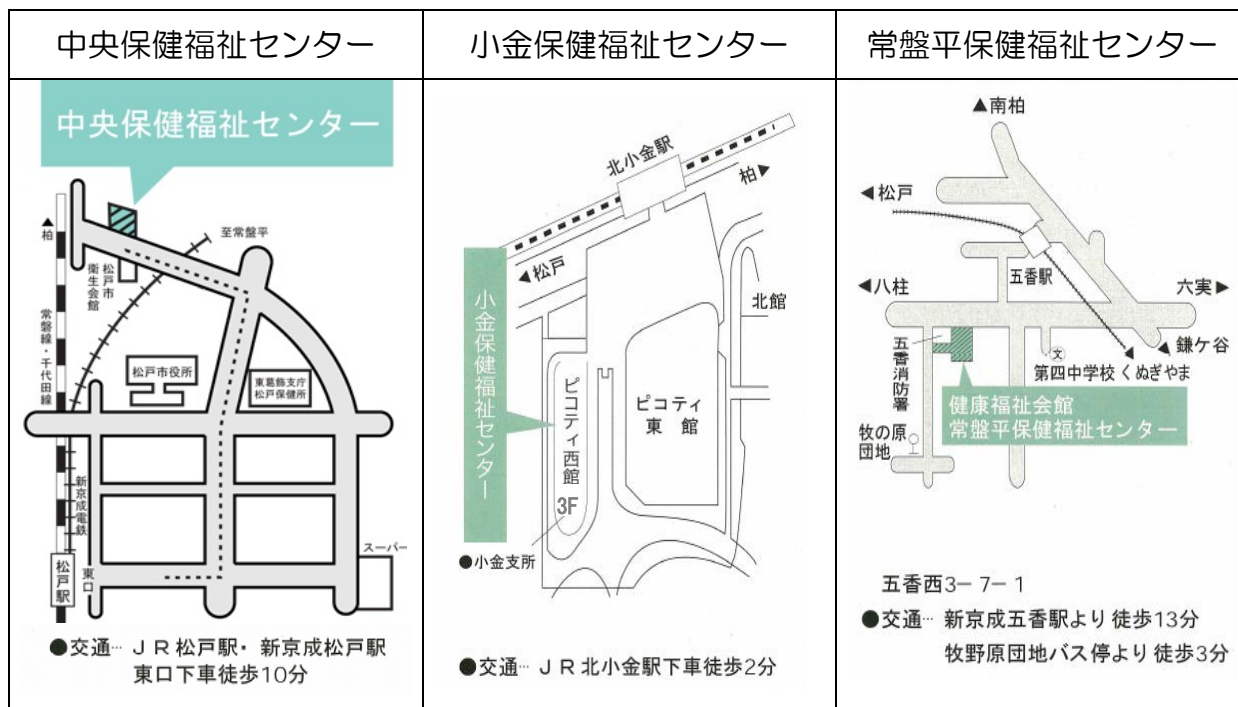
■高齢者の食生活講座■ 健康推進課 Tel366-7481

低栄養を予防し、健康長寿のための食生活を実践するために、自分の食生活を見直してみましょ。開催日時等については、健康推進課へお問合せください。

【高齢者の食生活講座】

| 対象 | 内容 | 会場 | 費用 |
|--------------|-------------------------------|---|----|
| おおむね60歳以上の市民 | 健康長寿の食事について学ぼう 【講話と試食（予定）】 | 中央保健福祉センター 小金保健福祉センター 常盤平保健福祉センター | 無料 |

<保健福祉センター地図>



■特定健康診査■ 国保年金課（国民健康保険コールセンター） TEL712-0141

40歳から75歳誕生日前日までの全ての人を対象に、加入している医療保険者（健康保険証を発行している機関）が特定健康診査を実施します。この健診を受けることで、生活習慣病を予防するための生活習慣改善の手がかりとなります。

●内容【健診項目】 身体計測・問診・尿検査・血圧測定・診察・心電図検査・血液検査

※医師が必要と判断した場合、眼底検査を実施

●申込・問合せ 詳細は、ご自身が加入している医療保険者（健康保険証を発行している機関）にご確認ください。なお、松戸市国民健康保険に加入している人には、国保年金課から無料で健診を受けられる受診券を送付します。

■特定保健指導■ 国保年金課（国民健康保険コールセンター） TEL712-0141

特定健康診査を受診した人の中で、生活習慣病発症リスクの高い人には、食事や運動などの生活改善について、医師、保健師、管理栄養士がお話します。

●申込・問合せ 詳細は、ご自身が加入している医療保険者（健康保険証を発行している機関）にご確認ください。なお、松戸市国民健康保険に加入している対象の人には、無料で保健指導を受けられる利用券を送付します。

■後期高齢者の健康診査■

国保年金課（国民健康保険コールセンター） TEL712-0141

糖尿病等の生活習慣病を早期に発見し、早期治療に結びつけるための健康診査です。加齢に伴い心身が弱くなる「フレイル」の状態を、問診票で確認することもできます。千葉県後期高齢者医療制度に加入している人には、国保年金課から無料で健診を受けられる受診券を送付します。

■後期高齢者の歯科口腔健康診査■

国保年金課（国民健康保険コールセンター） TEL712-0141

千葉県後期高齢者医療被保険者で、令和5年度に76歳になる人（昭和22年4月2日～昭和23年4月1日生）に対して、歯科口腔健康診査を実施します。

対象者には受診票と協力医療機関一覧表が郵送されますので、直接予約をして受診してください。費用は無料です。

●実施期間 令和5年6月1日～12月28日

●持ちもの 受診票・被保険者証

■人間ドック費用の一部助成■

国保年金課（国民健康保険コールセンター） TEL712-0141

松戸市国民健康保険に加入している40歳以上の人、千葉県後期高齢者医療制度に加入している人が、条件を満たした人間ドックを受診した場合に、費用の一部助成制度があります。詳細は、受診券に同封されているお知らせをご覧ください。国保年金課にお問い合わせください。

■健康診査費用の一部助成■

国保年金課（国民健康保険コールセンター） TEL712-0141

松戸市国民健康保険に加入の40歳から75歳誕生日前日までの人が、医療機関等で特定健康診査相当の健康診査を受診した場合に、受診費用の一部を助成いたします。詳細は、受診券に同封されているお知らせをご覧ください。国保年金課にお問い合わせください。

■がん検診■ 健康推進課 TEL366-7487

がん検診は、胃がん・肺がん・大腸がん（40歳以上）、乳がん（30歳以上女性）、子宮頸がん（20歳以上女性）・前立腺がん（50歳以上偶数年齢男性）を実施しています。

- 申込方法 「がん検診」の受診には共通受診券が必要です。お持ちでない方は「登録申請書」を最寄りの市民健康相談室（本庁及び支所内）に提出または、健康推進課にお電話下さい。

■成人歯科健康診査■ 健康推進課 TEL366-7481

20歳以上の人を対象に、1年に1回委託医療機関で成人歯科健康診査を実施しています。また、75歳以上の後期高齢者医療被保険者のうち在宅の要介護認定（要介護3～5）を受けている方は在宅で成人歯科健康診査が受けられます。詳細は健康推進課までお問い合わせ下さい。

■はり、きゅう、あん摩等施術費の助成制度■ 健康政策課 TEL704-0055

市内に居住し、住民登録がされている65歳以上の人、もしくは障害者手帳、療育手帳等の交付を受けている18歳以上の人、市へ登録した施術所で、はり・きゅう・あん摩などの施術を受ける場合に、施術費の一部（1回800円）を助成するための、助成券の交付をしています。ただし、各種保険診療による（保険証を使った）施術の場合には、利用できませんのでご注意ください。

利用を希望される方は、住所、氏名、生年月日が確認できる身分証明書（被保険者証等）を持って、健康政策課又は各支所にてお申し込みください（助成券は申し込みをした月から3月までの月数に2を乗じた枚数を交付します。）助成券の申請はオンラインでも行うことができます。オンラインにて申請をした場合、助成券は後日郵送いたします。

11. 国民健康保険

病気やけがをしたとき、経済的負担ができるだけ軽くなるように、各自の収入に応じてお金（保険料）を出し合い、医療費に充てていこうという助け合いの制度です。

国民健康保険には、職場の健康保険に加入している人と、その扶養家族の人、後期高齢者医療制度に加入している人、生活保護を受けている人以外の人は、必ず加入しなければなりません。

■加入、脱退について■

国保年金課（国民健康保険コールセンター） TEL712-0141

国民健康保険では、家族一人ひとりが被保険者ですが、加入は世帯ごとになります。

下記に主な手続きの方法を紹介しますので、「こんなとき」から14日以内に、世帯主が国保年金課または各支所の窓口へ届け出る必要があります。

| | こんなとき | 必要な書類 |
|----|--|-------------------------|
| 加入 | 他の市区町村から転入してきたとき (他の健康保険に加入していない場合) | 転出証明書 |
| | 他の健康保険をやめたとき | 健康保険の資格喪失証明書 |
| | 生活保護を受けなくなったとき | 生活保護停止（廃止）決定通知書 |
| 脱退 | 他の市区町村へ転出するとき | 保険証 |
| | 他の健康保険に加入したとき | 国民健康保険と加入した健康保険の、両方の保険証 |
| | 死亡したとき | 保険証 |
| | 生活保護を受けるようになったとき | 保険証、生活保護受給証明書 |

※届け出るときは、以下の書類もお持ちください。

- ①届出人と該当者の個人番号（マイナンバー）が確認できる書類
- ②届出人の本人確認書類（運転免許証、パスポート、マイナンバーカード等）

■ 70歳以上の人の医療について ■

国保年金課（国民健康保険コールセンター） TEL712-0141

国保に加入している人が70歳になると、高齢受給者証を兼ねた新しい「被保険者証」が交付されます。医療機関等を受診するときは、保険証を窓口に提示してください。

また、75歳（一定の障害がある人は65歳^{*}）になると後期高齢者医療制度で医療を受けることとなります。

※千葉県後期高齢者医療広域連合から認定を受ける必要があります。

● 70歳～74歳の人

窓口負担は、収入状況により2割または3割となります。

● 75歳になったら

75歳の誕生日当日から、後期高齢者医療制度で医療を受けることになり、「後期高齢者医療被保険者証」が交付されます。

■ 保険料率、賦課限度額について ■

国保年金課（国民健康保険コールセンター） TEL712-0141

令和5年度の国民健康保険料の料率及び賦課限度額等は、下記のとおりです。

| | 項目 | 令和5年度 |
|-----|-----------------|----------|
| 医療分 | 所得割（料率） | 7.52% |
| | 均等割額（被保険者1人あたり） | 19,500円 |
| | 平等割額（1世帯あたり） | 18,000円 |
| | 賦課限度額（1世帯あたり） | 650,000円 |
| 支援分 | 所得割（料率） | 2.24% |
| | 均等割額（被保険者1人あたり） | 8,000円 |
| | 賦課限度額（1世帯あたり） | 220,000円 |
| 介護分 | 所得割（料率） | 1.61% |
| | 均等割額（被保険者1人あたり） | 12,900円 |
| | 賦課限度額（1世帯あたり） | 170,000円 |

■納付方法について■ 国保年金課（国民健康保険コールセンター） TEL712-0141

国民健康保険の納入通知書は、毎年6月に世帯主宛てに発送します。国民健康保険料を納めるのは、各世帯の世帯主です（世帯主が他の健康保険に加入していても、世帯の中に国民健康保険の加入者がいる場合は、その加入者の保険料は世帯主が納めることになります）。また、年度の途中で新たに加入や脱退、申告内容の変更があった場合は、届出月の翌月に、納入通知書または変更通知書を世帯主宛てに発送します。

1 普通徴収（口座振替または納付書による納付）

国民健康保険料は、毎年6月から翌年3月までの10回払いです。普通徴収の世帯は、原則として口座振替で納付してください。

申込方法は3つあります。

①ペイジー口座振替受付サービス：市役所または各支所の窓口に、口座名義人本人がキャッシュカードと本人確認書類（運転免許証等）を持参して申し込み

②Web 口座振替受付サービス：松戸市ホームページから申し込み

※対象の金融機関や手続き方法などの詳細は、国保年金課にお問い合わせください。

③口座振替依頼書による申し込み：市内に支店のある金融機関で申し込み（ゆうちょ銀行または郵便局での口座振替を希望する人は、市内のゆうちょ銀行や郵便局に備え付けの用紙にてお申し込みください）

2 特別徴収（年金から差し引く納付方法）

65歳以上75歳未満の人のみで構成される世帯で、年金年額18万円以上の受給者であり、かつ国民健康保険料と介護保険料の合算額が年金額の2分の1を超えない世帯が対象です。ただし、口座振替を希望する場合は、手続きすることで、口座振替に変更することができます。

※年度途中で75歳になることで後期高齢者医療制度に移行する世帯主については、その年度の特別徴収は行いません。

■納付相談について■ 国保年金課（国民健康保険コールセンター） TEL712-0141

国民健康保険料の納付が困難なときは、国保年金課の窓口で納付計画等の相談に応じています。納付義務者の生活状況や事情に応じて、徴収猶予、減免などの制度があります。お早めにご相談ください。

■療養費について■ 国保年金課（国民健康保険コールセンター） TEL712-0141

急な病気やけがなどで保険証を使わないで医療を受けたときは、一旦医療費の全額を負担し、後日国保年金課または各支所の窓口で申請、または郵送にて申請することにより、保険で認められた部分が払い戻されます。

■高額療養費、高額介護合算療養費について■

国保年金課（国民健康保険コールセンター） TEL712-0141

1 高額療養費について

高額療養費に該当している世帯には、申請書を同封した通知を送付します。お手元に届きましたら、国保年金課または各支所の窓口で申請、または郵送にて申請してください（通知の発送は診療月から約3～4カ月後です）。

| | |
|------|---|
| 必要書類 | <ul style="list-style-type: none">・送付された申請書・世帯主の認め印・世帯主の振込先が分かるもの |
|------|---|

※70歳以上75歳未満の所得区分『一般』の個人が前年の8月1日から7月31日までの1年間に外来診療で支払った自己負担額が年間上限（144,000円）を超えた場合、月間の高額療養費通知とは別に申請書を同封した通知を送付します。お手元に届きましたら、国保年金課の窓口で申請、または郵送にて申請してください（支所では手続きができません）。

2 高額介護合算療養費について

世帯内で国民健康保険・介護保険の両保険から給付を受けてもなお自己負担額が高額になったときは、両保険を通じた自己負担限度額（年額：毎年8月～翌年7月）が、適用されます。

該当している世帯には、申請書を同封した通知を送付しますので、お手元に届きましたら、国保年金課の窓口で申請、または郵送にて申請してください（支所では手続きができません）。

| | |
|------|---|
| 必要書類 | <ul style="list-style-type: none">・送付された申請書・世帯主の認め印・世帯主の振込先が分かるもの |
|------|---|

■限度額適用認定証の申請、交付について■

国保年金課（国民健康保険コールセンター） TEL712-0141

医療機関等に「限度額適用認定証」を提示すると、医療機関等の窓口での支払いが自己負担限度額までとなります。申請及び交付は国保年金課の窓口で行います。

※ 「限度額適用認定証」を医療機関等に提示しない場合は、自己負担限度額を超える分も一旦窓口負担となりますが、その分は後から高額療養費として払い戻されます（前述「高額療養費、高額介護合算療養費について」を参照）。

1 申請書類 ※支所では手続きができません。

- (1) 認定対象者の保険証 (2) 世帯主の認め印（代理人の場合は不要）
 (3) 窓口に来る人の本人確認書類（代理人の場合） (4) 委任状（代理人の場合）

2 交付の条件

- (1) 申請日の前日分までの保険料が完納であること。
 未納分がある場合は国保年金課にご相談ください。
 (2) 世帯全員の所得申告（前年分）を終えていること。

3 医療費の自己負担限度額

(1) 70歳未満の人の場合

| 区分 | 所得要件 | 自己負担限度額（月額） | 限度額 （4回目以降） |
|----|-------------------|-----------------------------------|----------------|
| ア | 901万円超 | 252,600円＋ （医療費の総額－842,000円）×1% | 140,100円 |
| イ | 600万円超 901万円以下 | 167,400円＋ （医療費の総額－558,000円）×1% | 93,000円 |
| ウ | 210万円超 600万円以下 | 80,100円＋ （医療費の総額－267,000円）×1% | 44,400円 |
| エ | 210万円以下 | 57,600円 | 44,400円 |
| オ | 住民税非課税 | 35,400円 | 24,600円 |

※ 住民税非課税 世帯の世帯主と全ての被保険者が、住民税非課税である世帯に属する人

※ 世帯内に所得を申告していない人がいる場合はアの区分として取り扱います。

※ 過去12カ月間に同一世帯で高額療養費の該当が3回以上あった場合は、4回目以降の自己負担限度額は上記の表のとおりです。

※ 同一世帯で1カ月につき各医療機関に21,000円以上の自己負担額が複数あった場合は、それらを合算して自己負担限度額を超えた分が後から払い戻されます。

※ 次ページに続く

(2) 70歳以上75歳未満の人の場合

| 所得区分 | | 自己負担限度額（月額） | |
|---------|-----------------|--|---|
| | | 外来（個人単位） | 外来＋入院（世帯単位） |
| 現役並み所得者 | 課税所得 690万円以上 | 252,600円＋（医療費の総額－842,000円）×1% ●過去12カ月間に世帯単位の高額療養費の該当が3回以上あった場合、4回目以降は140,100円 | |
| | 課税所得 380万円以上 | 167,400円＋（医療費の総額－558,000円）×1% ●過去12カ月間に世帯単位の高額療養費の該当が3回以上あった場合、4回目以降は93,000円 | |
| | 課税所得 145万円以上 | 80,100円＋（医療費の総額－267,000円）×1% ●過去12カ月間に世帯単位の高額療養費の該当が3回以上あった場合、4回目以降は44,400円 | |
| 一般 | | 18,000円 （年間上限 144,000円） | 57,600円 ●過去12カ月間に世帯単位の高額療養費の該当が3回以上あった場合、4回目以降は44,400円 |
| 低所得者Ⅱ | | 8,000円 | 24,600円 |
| 低所得者Ⅰ | | 8,000円 | 15,000円 |

- ※ 現役並み所得者 負担割合が3割の人
 - ※ 一般 負担割合が2割で住民税が課税されている人
 - ※ 低所得者Ⅱ 世帯主と国民健康保険被保険者が住民税非課税である人
 - ※ 低所得者Ⅰ 世帯主と国民健康保険被保険者が住民税非課税であって、その世帯の各所得が必要経費・控除（年金所得は控除額を80万円として、給与所得がある場合は給与所得から10万円を控除して計算）を差し引いたときにいずれも0円となる人
- ※課税所得690万円以上の人と一般に該当する人は「限度額適用認定証」は必要ありません。

■葬祭費について■ 国保年金課（国民健康保険コールセンター） TEL712-0141

国民健康保険に加入している人が死亡したとき、葬儀を行った人に5万円が支給されます。国保年金課または各支所の窓口で申請、または郵送にて申請してください。

| | |
|------|---|
| 必要書類 | <ul style="list-style-type: none"> ・葬儀費用の領収書（写）または会葬礼状 ・亡くなった人の保険証 ・喪主の認め印 ・喪主の口座番号と口座名義人が分かるもの |
|------|---|

※葬儀の翌日から起算して2年を経過すると、時効により申請できなくなりますので、ご注意ください。

12. 後期高齢者医療制度

千葉県後期高齢者医療広域連合 TEL043-308-6768
 国保年金課（国民健康保険コールセンター）TEL712-0141

後期高齢者医療制度の被保険者は、「後期高齢者医療被保険者証」を提示して医療を受けることになります。

- 対象となる人** ①75歳以上の人 ②65歳以上75歳未満の人のうち、一定の障害がある人（千葉県後期高齢者医療広域連合から認定された人）
- 窓口で支払う自己負担** 病院等の窓口で支払う自己負担の割合は、収入の状況により1割、2割または3割になります。
- 医療費が高額になったら** 1カ月の医療費が高額になり、自己負担限度額を超えた場合は、超えた額が高額療養費として支給されます。
 支給の対象となる人には、千葉県後期高齢者医療広域連合から通知書が送られます。

●月ごとの自己負担限度額

| 自己負担割合 | 所得区分 | 外来（個人単位） | 外来＋入院（世帯単位） |
|--------|----------------------------|---|---|
| 3割 | 課税所得 690万円以上 | 252,600円＋（医療費－842,000円）×1% ●過去12ヶ月以内に世帯単位の限度額を超えた支給が3回以上あった場合、4回目以降は140,100円 | |
| | 課税所得 380万円以上 | 167,400円＋（医療費－558,000円）×1% ●過去12ヶ月以内に世帯単位の限度額を超えた支給が3回以上あった場合、4回目以降は93,000円 | |
| | 課税所得 145万円以上 | 80,100円＋（医療費－267,000円）×1% ●過去12ヶ月以内に世帯単位の限度額を超えた支給が3回以上あった場合、4回目以降は44,400円 | |
| 2割 | 課税所得 28万円以上 ※住民税課税世帯 | 18,000円または、（6,000円＋（医療費－30,000円×10%）の低い方を適用（年間上限144,000円） | 57,600円 ●過去12ヶ月以内に世帯単位の限度額を超えた支給が3回以上あった場合、4回目以降は44,400円 |
| 1割 | 課税所得 28万円未満 ※住民税課税世帯 | 18,000円 （年間上限144,000円） | |
| | 低所得者Ⅱ | 8,000円 | 24,600円 |
| | 低所得者Ⅰ | 8,000円 | 15,000円 |

※低所得者Ⅱ：世帯主及び世帯全員が市民税非課税の人

※低所得者Ⅰ：世帯主及び世帯全員が市民税非課税でその世帯全員の個々の所得（年金収入は控除額80万円で計算）が0円となる被保険者

※ 次ページに続く

●保険料の納付方法

後期高齢者医療の保険料は、保険に加入する人一人ひとりの所得に対して計算され、介護保険と同様に、公的年金から差し引かれます（特別徴収）。

ただし、特別徴収対象の年金額が18万円未満の場合、または介護保険料の特別徴収額との合算額が特別徴収対象の年金額の2分の1を超える場合などは、納付書などでの納付となります（普通徴収）。

※特別徴収が対象の人で口座振替を希望する人は、申請し認められた場合、口座振替に変更できます。

●葬祭費について

後期高齢者医療被保険者が亡くなったとき、葬儀を行った人に5万円が支給されます。国保年金課後期高齢者医療班または各支所の窓口で申請してください。

| | |
|------|---|
| 必要書類 | ・葬儀費用の領収書（写）または会葬礼状（写） ・亡くなった人の保険証 ・喪主の口座番号と口座名義人が分かるもの |
|------|---|

※葬儀の翌日から起算して2年を経過すると、時効により申請できなくなりますので、ご注意ください。

13. 医療

■老人医療法外援護■ 福祉政策課 地域福祉担当室 Tel366-3019

後期高齢者医療の被保険者が、一部負担金を支払ったとき、次の要件を満たす人にその額を助成しています。

●助成対象 一部負担金の額（前年度収入額が生活保護基準額の1.2倍以内の世帯の人）

●申請に必要なもの ①保険証 ②世帯収入のわかる書類 ③領収書またはその証拠書類
④印鑑 ⑤振込口座 ⑥賃貸住宅の場合は、家賃額がわかるもの

14. 国民年金

国保年金課 国民年金班 Tel366-7352

| | | |
|---------------------|--|---------------|
| ● 年金をもらう | | 窓口は国保年金課国民年金班 |
| 老齢基礎年金 | 国民年金第1号被保険者期間だけであった人 | |
| 障害基礎年金 | 初診日が第1号被保険者期間中にある人 又は、初診日が20歳前にある人、若しくは60歳から65歳前までの間で、繰上げして年金をもらっていない人 | |
| ● 年金をもらっている人が死亡 | | |
| 未支給年金 | 遺族が亡くなった月までの年金を請求できる | |
| ● 被保険者が死亡 | | |
| 遺族基礎年金 | 保険料を一定期間納付した人の死亡で、その人に生計を維持されていた18歳になった年度の3月31日までの間にある子（障害等級1・2級の障害の状態にある場合は20歳未満まで）がいる夫または妻 | |
| 寡婦年金 | 年金受給資格期間ある人の死亡で、婚姻期間が、10年以上ある妻 | |
| 死亡一時金 | 保険料を3年以上納付した人の遺族 | |
| ● 60歳を過ぎてから国民年金にはいる | | |
| 任意加入 | 60歳から70歳まで任意で加入できる ただし65歳以降加入できる人は、老齢年金の受給資格が無い人 | |

※ 厚生年金期間がある人やその人の配偶者（専業主婦であった人）が年金請求する窓口は、松戸年金事務所（旧社会保険事務所）になります。また、厚生年金受給者が死亡したときの手続きも松戸年金事務所になります。 松戸年金事務所 Tel345-5517

15. 相 談

■高齢者いきいき安心センター（地域包括支援センター）■




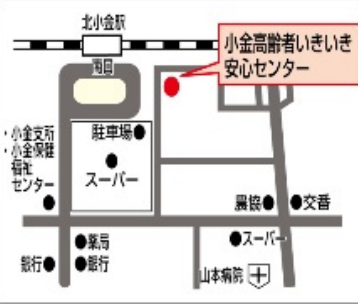
社会福祉士、保健師、地域支援経験のある看護師、主任ケアマネジャーなどが中心になって、高齢者が住み慣れた地域で尊厳を保ち、安定した生活が送れるよう個人の状態に合わせた支援プランを提案し、適切なサービスや制度の利用につなげています。

高齢者の権利擁護も含め、多様な相談のワンストップサービスの拠点として、活動しています。

| 高齢者いきいき安心センターの主な業務内容 | | | |
|-------------------------------|--|--|-----------------------|
| 事業所名 | 所在地 | 担当地域 | 連絡先 |
| <p>明第1 高齢者いきいき安心センター</p> | <p>穂台7の13の2 第3山田マンション 101-A</p>  | <p>根本・吉井町・小根本・緑ケ丘1～2丁目・松戸新田・仲井町1～3丁目・穂台・穂台1～8丁目・岩瀬・野菊野・胡録台</p> | <p>☎ 700-5881</p> |
| <p>明第2西 高齢者いきいき安心センター</p> | <p>栄町西3の991の15</p>  | <p>栄町1～8丁目・栄町西1～5丁目・樋野口・古ケ崎・古ケ崎1～4丁目</p> | <p>☎ 382-5707</p> |
| <p>明第2東 高齢者いきいき安心センター</p> | <p>上本郷 3196 パインツリーコート1階</p>  | <p>上本郷・北松戸1～3丁目・竹ケ花・竹ケ花西町・南花島・南花島1～4丁目・南花島中町・南花島向町</p> | <p>☎ 382-6294</p> |

| 事業所名 | 所在地 | 担当地域 | 連絡先 |
|--|---|---|-----------------------|
| <p>本庁 高齢者いき いき安心セ ンター</p> | <p>松戸 1292 の 1 シティハイツ 1 階</p>  | <p>本町・松戸・小山・二十世紀が 丘美野里町</p> | <p>☎ 363-6823</p> |
| <p>矢切 高齢者いき いき安心セ ンター</p> | <p>上矢切 299 の 1 総合福祉会館内</p>  | <p>上矢切・中矢切・下矢切・三矢 小台 1～5 丁目・二十世紀が丘 柿の木町・二十世紀が丘菟町・ 大橋〔旧有料道路（県道松戸・ 原木線）西側〕・栗山</p> | <p>☎ 710-6025</p> |
| <p>東部 高齢者いき いき安心セ ンター</p> | <p>紙敷 1186 の 8 第二南花園内</p>  | <p>河原塚・田中新田・紙敷・紙 敷 1～3 丁目・東松戸 1～4 丁目・秋山・秋山 1～3 丁目・ 高塚新田・和名ヶ谷・ 大橋〔旧有料道路（県道松戸・ 原木線）東側〕・二十世紀が丘丸 山町・二十世紀が丘中松町・二 十世紀が丘戸山町・二十世紀が 丘梨元町</p> | <p>☎ 330-8866</p> |
| <p>常盤平 高齢者いき いき安心セ ンター</p> | <p>常盤平 3 の 1 1 の 1 西友常盤平店 5 階</p>  | <p>金ヶ作・千駄堀・常盤平 1 ～7 丁目〔常盤平団地の担 当地域を除く〕・常盤平双葉 町・常盤平西窪町・常盤平 陣屋前・常盤平柳町・常盤平 松葉町・牧の原・牧の原 1～ 2 丁目・日暮・日暮 1～8 丁 目</p> | <p>☎ 330-6150</p> |

※ 次ページに続く

| 事業所名 | 所在地 | 担当地域 | 連絡先 |
|--------------------------------|---|---|-----------------------|
| <p>常盤平団地 高齢者いきいき安心センター</p> | <p>常盤平2の24の2 常盤平団地中央商店街 C-5</p>  | <p>常盤平1丁目のうち駅上市街地住宅・常盤平2丁目のうち1街区・常盤平3丁目のうち3街区、中央市街地住宅、駅前市街地住宅、セントラルハイツ・常盤平4丁目のうちE街区・常盤平7丁目のうち2街区、けやき通り住宅</p> | <p>☎ 382-6535</p> |
| <p>五香松飛台 高齢者いきいき安心センター</p> | <p>五香西2の35の8 斉藤ビル1階</p>  | <p>串崎南町・串崎新田・松飛台・五香1～8丁目・五香西1～6丁目・五香南1～3丁目・五香六実</p> | <p>☎ 385-3957</p> |
| <p>六実六高台 高齢者いきいき安心センター</p> | <p>六高台2の6の5 リバティベル1階</p>  | <p>高柳・高柳新田・六実1～7丁目・六高台西・六高台1～9丁目</p> | <p>☎ 383-0100</p> |
| <p>小金 高齢者いきいき安心センター</p> | <p>小金3 高橋ビル4階</p>  | <p>幸田・幸田1～5丁目・中金杉1～5丁目・平賀・東平賀・殿平賀・久保平賀・大金平1～5丁目・大谷口・小金・小金きよしヶ丘1～5丁目・小金上総町・小金清志町1～3丁目・二ツ木・二ツ木二葉町・根本内（国道6号西側）</p> | <p>☎ 374-5221</p> |

※ 次ページに続く

| 事業所名 | 所在地 | 担当地域 | 連絡先 |
|--|---|---|-----------------------|
| <p>小金原 高齢者いき いき安心セ ンター</p> | <p>栗ヶ沢 789 の 22</p>  | <p>根木内（国道 6 号東側）・小金 原 1～9 丁目・栗ヶ沢・八ヶ崎 1 丁目・小金 1700 番台</p> | <p>☎ 383-3111</p> |
| <p>新松戸 高齢者いき いき安心セ ンター</p> | <p>新松戸 1 の 414 大清堂ビル 1 階</p>  | <p>横須賀 1～2 丁目・新松戸 1 ～7 丁目・新松戸東・新松戸 北 1～2 丁目・小金 1100 ～1300 番台</p> | <p>☎ 346-2500</p> |
| <p>馬橋西 高齢者いき いき安心セ ンター</p> | <p>西馬橋広手町 40 の 1 秀栄ビル 101</p>  | <p>旭町 1～4 丁目・外河原・七右 衛門新田・主水新田・新松戸 南 1～3 丁目・西馬橋 1～5 丁目・西馬橋相川町・西馬橋 蔵元町・西馬橋幸町・西馬橋広 手町・馬橋（JR 線西側）</p> | <p>☎ 711-9430</p> |
| <p>馬橋 高齢者いき いき安心セ ンター</p> | <p>中和倉 130 第 1 コーポオング 1 階</p>  | <p>馬橋（JR 線東側）・三ヶ月・ 幸谷・八ヶ崎・八ヶ崎緑町・八 ヶ崎 2～8 丁目・中根・新作・中 根長津町・中和倉</p> | <p>☎ 374-5533</p> |

■高齢者虐待相談■ 高齢者いきいき安心センター（地域包括支援センター）

高齢者虐待とは、高齢者を養護する人によって高齢者の権利が侵害されることです。自宅や介護施設における①身体的 ②心理的 ③介護等放棄 ④性的 ⑤経済的な虐待の防止・早期発見・早期対応と養護者の支援等を行っています。虐待を受けている疑いがある方を見かけた場合は、お近くの高齢者いきいき安心センターにご相談ください。

■松戸市成年後見相談室■ NPO 法人成年後見センターしくなるあいず Tel702-3033

成年後見制度は、認知症高齢者等精神上的の障害によって、判断能力が不十分な人について、本人に代わって契約の締結等を行ったり、本人が誤った判断で契約を締結した場合に、それを取り消すなどの権限を、家庭裁判所が選任した成年後見人等（補助人、保佐人、成年後見人、任意後見人）に与え、本人を保護するための制度です。

松戸市成年後見相談室では、成年後見制度に関する一般的な相談を受け付け、必要に応じて制度等についてご案内します。また、親族後見人や支援者の方からの相談も受け付けておりますのでご相談ください。

●相談受付 （月）～（金）午前9時～午後5時（土日祝日・12/29～1/4を除く）

■民生委員・児童委員■ 福祉政策課 地域福祉担当室 Tel366-3019

民生委員児童委員は、担当区域内において地域住民の生活状況等を的確に把握し、支援を必要としている方に対し、地域で自立して生活を営めるよう必要な自立支援を行うこと、関係機関と連携して地域住民の福祉活動を推進することとなっています。

各種の福祉サービスが拡大・充実されるなか、「制度や内容、相談先等がわからない」という方も少なくありません。そんなとき、地域の民生委員が、身近な相談役として相談を受けたり、市民の皆さんの要望を行政につなぐパイプ役となったりしています。担当民生委員児童委員がわからない時は、地域福祉担当室へお問い合わせ下さい。

■生活保護■ 生活支援課 Tel366-7349

生活保護制度は、生活に困窮するすべての国民に対して最低生活を保障するとされるもので、自己の利用できる資産、能力その他あらゆるものを生活のために活用しても、なお生活維持が困難である場合、その足りない部分を援助することにより、生活の向上を図りつつ自立を助長することを目的とする制度です。保護の決定は、国が定めた保護の基準と保護を受けようとする家庭が得ている収入の対比によって決められます。なお、生活保護の相談は、生活支援課、または住んでいる地区の民生委員・児童委員にご相談下さい。

■福祉まるごと相談窓口(福まる)■

福祉に関する困り事（サービスや制度を知りたい、どこに相談して良いかわからない等）の相談窓口です。専門職と一緒に考え、必要なサービスをご紹介したり、担当の課におつなぎします。

●場所 市役所本館 1階 地域包括ケア推進課内 Tel366-1100

市役所地域包括ケア推進課の他、中央・小金・常盤平の各圏域に1カ所ずつ設置しています。お近くの福まるへお問い合わせください。

| | | |
|--|---|---|
| 福まる 中央圏域 | 福まる 小金圏域 | 福まる 常盤平圏域 |
| 明第1・明第2西・明第2東・ 本庁・矢切・東部 ☎080-3315-9158 | 小金・小金原・新松戸・ 馬橋・馬橋西 ☎080-3314-7334 | 常盤平・常盤平団地・ 五香松飛台・六実六高台 ☎080-3315-9185 |

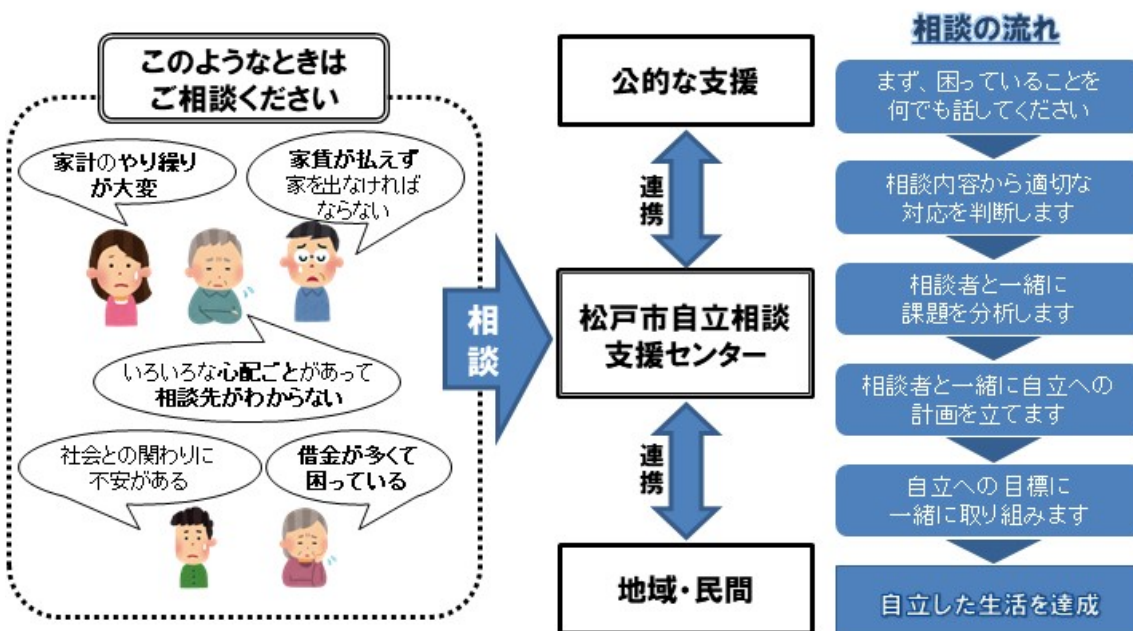
●相談日時 (月)～(金) 9時～16時30分(祝日、年末年始はお休みです)

■生活困窮者自立支援制度■ 松戸市自立相談支援センター Tel366-0077

働きたくても働けない、住むところがない、生活が苦しいなど経済的に困窮し、最低限度の生活を維持することができなくなるおそれのある方に対して、個々の状況に応じた支援を行う制度です。

松戸市では「松戸市自立相談支援センター」において、一人ひとりの状況に合わせた支援プラン（本制度の各種事業・他制度・地域資源の利用等）を作成し、専門の支援員が相談者に寄り添いながら、他の専門機関と連携して問題解決に向けた支援を行っています。

なお、本制度の各種事業として、家計簿を作成し家計を管理する力を養う家計改善支援事業、一時的に住居や食事等を提供する一時生活支援事業、他の人とコミュニケーションがうまくとれないなど、すぐに求職活動を行うことが難しい方の就労に向けた支援を行う就労準備支援事業等を実施しています。



Tel366-7319（一般民事相談電話専用）

お気軽にご相談下さい。※相談はすべて無料です。（相談は開庁日のみ）★昼休みを除く

| 相談名 | 内容 | 相談員 | 実施日・時間 |
|--------------------|---|-----------------|--|
| 市政相談 （電話相談可能） | 市に対する要望及び意見等 | 市職員 | ★毎週月～金 午前8時30分～午後5時 |
| 一般民事相談 （電話相談可能） | 金銭、相続、離婚、借地借家、身上等簡単な法解釈を要するもの | 専門相談員 担当職員 | ★毎週月～金 午前8時30分～午後5時 |
| 法律相談 （予約制） | 専門的な法解釈を要するもの | 弁護士 | 毎月第1～第4月・火・木 午後1時～午後5時 ただし、毎月第1月は 午前9時～正午 |
| 交通事故相談 （電話相談可能） | 交通事故に伴う加害者、被害者間の示談、損害賠償等 | 専門相談員 | ★毎週 月・火・木 午前9時～正午、 午後1時～午後5時 |
| 不動産相談 （☆予約制） | 不動産売買、借地借家及び業者との紛争等 | 宅地建物取引士 | 毎週 水 午後1時～午後5時 |
| 税務相談 （☆予約制） | 所得税、相続税及び贈与税等 | 税理士 | 毎月 第2金 午後1時～午後5時 |
| 登記相談 （☆予約制） | 各種登記、手続方法や必要書類の準備、登記の法的効果 | 司法書士 土地家屋調査士 | 毎月 第3金 午後1時から午後4時30分 |
| 外国人相談 | 日常生活における諸問題 （英語、中国語、フィリピン語） ※タブレット通訳（モバイル端末）を活用し多言語による相談対応ができます。 （対応言語：英語・中国語・韓国語・ベトナム語・ネパール語・インドネシア語・フィリピン語・タイ語・ポルトガル語・スペイン語・他） 利用可能言語についてはお問い合わせください。 | 専門相談員 | 【英語】毎週 月・火・水 午後1時～午後4時 毎週 木・金 午前10時～午後1時 【中国語】毎週 月・火・水 午前10時～午後1時 毎週 木・金 午後1時～午後4時 【フィリピン語】 毎週 火 午後1時～午後4時 毎週 金 午前10時～午後1時 |
| 行政相談 | 国や特殊法人等の仕事に対する要望、苦情及び意見等 | 行政相談委員 | 毎月 第2・4月 午前9時30分～正午 |
| 行政書士相談 （予約制） | 遺言、相続、成年後見、契約などの法律相談 ※予約先：行政書士相談事務局 月曜日から金曜日 午前9時～午後5時 事務局 Tel 316-1950 | 行政書士 | 毎月 第2木 午前9時～正午 |

※最終の面談受付時間は、各相談（法律相談を除く）の終了時間の概ね30分前です。

★税務相談は、相談日の1カ月前から前々日の17時まで電話（366-1162）、
不動産・登記相談は、相談日の1カ月前から前日の17時まで電話（366-1162）、又は、直接、広報広聴課広聴担当室相談コーナー（市役所本館2階）へ

■日常生活自立支援事業■

松戸市社会福祉協議会 Tel368-0349

判断能力が十分でない方や体の自由がきかない方が、住み慣れた地域で自立した生活を送れるように、福祉サービスの利用や、日常生活における預貯金の預入れや払戻し手続きについて相談に応じています。

- 福祉サービス利用援助 福祉サービスについて情報提供したり、一緒に考えながら手続きします。
- 財産管理サービス 通帳から生活に必要なお金を払い戻したり、公共料金などの支払いのお手伝いをします。
- 財産保全サービス 年金証書・預金通帳などの大切な書類や印鑑等をお預かりします。
※財産保全サービスのみの利用ができません。また、宝石・骨董品・株券・有価証券などお預かりできない物があります。

●利用料

| | | |
|--------------------------|--------------------------------|----------|
| 年会費 | 年間3,600円(月額300円) | |
| ●福祉サービス利用援助 ●財産管理サービス | 1カ月の合計時間 | 料 金 |
| | 1時間30分未満 | 1,000円 |
| | 1時間30分～2時間未満 以降30分ごとに500円加算 | 1,500円 |
| 交通費 | 1回の往復時間 | 料 金 |
| | 30分未満 | 無料 |
| | 30分以上1時間未満 | 500円 |
| | 1時間以上 | 一律1,000円 |
| ●財産保全サービス | 年間3,000円(月額250円) | |

- 相談受付 (月)～(金)午前8時30分～午後5時(土日祝日・年末年始を除く)

■福祉相談■ 松戸市社会福祉協議会 Tel368-1333

日常生活上の心配ごとと悩みごとについてご相談ください。

| 場 所 | 実施日・時間 ※祝日を除く |
|---|-----------------------------|
| 上矢切299の1 松戸市総合福祉会館内1階 松戸市社会福祉協議会 相談コーナー ※電話相談受付 Tel368-1333 | 毎週(水)・第1、4(金) 午前10時～午後3時 |
| 六高台3-7-1 六実支所内第2コミュニティー室 | 毎月第1(火) 午前10時～午後3時 |
| 小金原6-6-2 小金原市民センター内会議室 | 毎月第1(木) 午前10時～午後3時 |

16. 税金

市民税課 TEL366-7322 松戸税務署 TEL363-1171

下の表のとおり、高齢者及び高齢者を扶養している人の税負担が軽減されます。
 ※所得金額から控除を受けることができる額で、税額から控除を受けることができる額ではありませんのでご注意ください。

| 控除の種類 | 対象者 | 所得税 | 市県民税 |
|-----------|--|-----------------------------|-----------------------|
| 老人扶養控除 | 70歳以上の高齢者を扶養している人 | 480,000円 | 380,000円 |
| | 上記のうち、納税義務者又は納税義務者の配偶者の直系尊属で同居している人 | 580,000円 | 450,000円 |
| 配偶者控除(老人) | 納税義務者本人の所得が1千万円以下で、70歳以上の配偶者の所得が480,000円以下である人 | 扶養している人の所得により、金額が異なります。 | |
| | | 480,000円 ～160,000円 | 380,000円 ～130,000円 |
| 配偶者特別控除 | 納税義務者本人の所得が1千万円以下で、配偶者の所得が480,001円以上1,330,000円以下の人 | 扶養している人・配偶者の所得により、金額が異なります。 | |
| | | 380,000円 ～10,000円 | 330,000円 ～10,000円 |
| 障害者控除 | 療育手帳の軽度と中度、身体障害者手帳の3級から6級の高齢者、また、その高齢者を扶養している人 | 270,000円 | 260,000円 |
| 特別障害者控除 | 療育手帳の重度、身体障害者手帳の1級及び2級の高齢者、または6カ月以上ねたきりの高齢者で、介護保険課の証明書のある人、またその高齢者を扶養している人 | 400,000円 | 300,000円 |
| 同居特別障害者控除 | 同居している特別障害者を扶養している人 | 750,000円 | 530,000円 |
| 医療費控除 | 納税義務者本人やその家族が病気やけがなどにより、10万円を超える額か、所得が200万円未満の人は所得の5%を超える額の医療費等を負担した場合。 (おむつの購入費用については、寝たきり状態にある人でおむつの使用が必要であると医師が証明した場合に控除の対象となります。) | ※下記参照 | |

※医療費控除額の算出

$$\{(\text{支払った医療費の総額}) - (\text{保険金等で補填される金額})\} - \{10\text{万円、又は所得} \times 5\% \text{を比較した金額のいずれか少ない方の金額}\} = \text{医療費控除額 (200万円限度)}$$

■公的年金等に係る市・県民税の納付方法■ 市民税課 TEL366-7322

公的年金等に係る個人市・県民税については、老齢基礎年金等から直接引き落とし（特別徴収）になります。

- 対象となる人** 前年中に公的年金等の支払いを受けた人で、特別徴収する年度の初日（4月1日）において老齢基礎年金等の支払いを受けている65歳以上の人が対象となります。ただし、次の場合には引き落とし（特別徴収）の対象となりません。

- ① 老齢基礎年金等の給付額の年額が18万円未満の人
- ② 当該年度の特別徴収税額が所得税、介護保険料、国民健康保険料および後期高齢者医療保険料を控除した後の老齢基礎年金等の給付額を超える人
- ③ 松戸市の介護保険の特別徴収対象被保険者でない人

●公的年金等に係る市・県民税の納付方法

【公的年金等に係る年税額が12,000円の場合】

| ◆特別徴収の対象税額と徴収方法（特別徴収を開始する年度） | | | | | | |
|------------------------------|----------------|-------|-------|--------------------------|-------|-------|
| 徴収方法 | 普通徴収（自分で納付） | | | 特別徴収（引き落とし） | | |
| 徴収月 | — | 6月 | 8月 | 10月 | 12月 | 2月 |
| 税額（円） | — | 3,000 | 3,000 | 2,000 | 2,000 | 2,000 |
| | 年税額の4分の1ずつ | | | 年税額の6分の1ずつ | | |
| ◆前年度が特別徴収だった人（通常年度） | | | | | | |
| 徴収方法 | 特別徴収（仮徴収） | | | 特別徴収（本徴収） | | |
| 徴収月 | 4月 | 6月 | 8月 | 10月 | 12月 | 2月 |
| 税額（円） | 2,000 | 2,000 | 2,000 | 2,000 | 2,000 | 2,000 |
| | 前年度の年税額の6分の1ずつ | | | 年税額から仮徴収した額を控除した額の3分の1ずつ | | |

- 対象となる税額** 65歳以上の方の、公的年金等に係る所得に対する個人市・県民税の、所得割額および均等割額です。公的年金等以外の所得に係る個人市・県民税については、従来どおりの方法により納めていただくことになります。

※ 地方税法等の改正により、内容に一部変更が生じる場合もあります。

■高齢者等のバリアフリー改修工事に伴う固定資産税（家屋）の減額措置■

固定資産税課 家屋班 Tel366-7324

新築後10年以上経過した住宅で、高齢者等が居住している住宅のうち、令和6年3月31日までに一定の要件に適合するバリアフリーの改修工事を行った場合、その住宅の翌年度の固定資産税額（一戸当たり100平方メートル分まで）の3分の1を減額します。

●減額を受けられる要件

- (1) 次のいずれかの方が居住する住宅であること（賃貸住宅を除く）。
 - ①65歳以上の方
 - ②要介護認定又は要支援認定を受けている方
 - ③障害のある方
- (2) 次のいずれかに該当する工事で改修工事後の床面積が50平方メートル以上280平方メートル以下であり、自己負担額が50万円を超えるものであること。

※自己負担額は、補助金等を除く。

 - ①廊下の拡幅
 - ②階段の勾配の緩和
 - ③浴室の改良
 - ④便所の改良
 - ⑤手すりの取付け
 - ⑥床の段差の解消
 - ⑦引き戸への取替え
 - ⑧床表面の滑り止め化

●申告場所 市役所新館2階 固定資産税課

●申告方法 下記の必要書類を改修工事完了後3ヶ月以内に市役所固定資産税課に提出してください。

- (1) 要介護認定又は要支援認定を受けている方の被保険者証の写し（該当者のみ）
- (2) 障害者であることを証する書類の写し（該当者のみ）
- (3) 改修工事に係る明細書、写真（改修前・改修後）、領収書等
- (4) 国又は地方公共団体からの補助金等の交付又は給付を受けた場合、その交付決定、給付決定を受けた事を確認できる書類

※申告書は、固定資産税課窓口、又は松戸市ホームページ（固定資産税課）からダウンロードできます。

※省エネ改修工事に伴う固定資産税の減額措置は併用して適用ができません。

■介護保険認定者の障害者控除■ 介護保険課 認定審査班 Tel366-7370

65歳以上で介護認定を受けていれば障害者控除及び特別障害者控除を受けられる場合があります。

■介護保険サービス利用者の医療費控除■ 松戸税務署 Tel363-1171

介護保険サービスを利用していれば医療費控除を受けられる場合があります。詳しくは松戸税務署にお問い合わせください。

17. その他

■避難行動要支援者名簿登録■

◆登録申請に関すること 福祉政策課 TEL701-5272

◆その他防災全般に関すること 危機管理課 TEL366-7309

●松戸市避難行動要支援者名簿登録とは？

災害が発生したときに、高齢の方や障がいをお持ちの方（避難行動要支援者）で、一人で避難することが困難な方に、ご本人の希望に基づき、普段から市の名簿に登録していただくものです。

●対象者は？

- ・介護認定者（要介護3・4・5）
 - ・障がいのある方（身体障害者手帳1・2級、他）
 - ・一人暮らしの65歳以上の高齢者の方
 - ・上記以外で、事情により支援が必要な方
- ※施設に入所されている方は対象となりません

●名簿の使い方

市の名簿に登録した情報は、災害時に地域の中で速やかに避難や安否確認が行われるよう、普段から町会・自治会など避難を支援する方々と共有します。

災害時だけでなく、普段からの見守り活動や避難訓練等にも活用されます。

●登録するには？

登録申請書をご提出いただく必要があります。登録をご希望の方には申請書を郵送いたしますので、福祉政策課までお問合せ下さい。なお申請書は松戸市ホームページからもダウンロードが可能です。

自筆証書遺言に係る遺言書を法務局（遺言書保管所）でお預かりし、その原本及びデータを長期間適正に管理します。

保管の際は、法務局職員（遺言書保管官）が民法の定める自筆証書遺言の方式について、外形的な確認（全文、日付及び氏名の自署、押印の有無等）を行います。

※遺言の内容について、法務局職員（遺言書保管官）が相談に応じることはできません。


※本制度は、保管された遺言書の有効性を保証するものではありません。

相続開始後は、相続人等に遺言書の内容が確実に伝わるよう、証明書の交付や遺言書の閲覧等に対応します。

本制度で保管されている遺言書は、家庭裁判所の検認が不要となります。

相続人等が遺言書情報証明書の交付を受けたり、遺言書の閲覧をした場合には、その他の全ての相続人等へ遺言書が保管されている旨の通知をします。

●制度の利用にあたって

| | |
|--|--|
| 保管できる遺言書 | 自筆証書遺言に係る遺言書で、かつ、本制度において定められた様式に従って作成されたもの（A4サイズ、片面のみ記載等） |
| 代理人不可 | 遺言者本人が、法務局（遺言書保管所）にお越しただいて手続を行う必要があります。 |
| 必要書類 | <ul style="list-style-type: none"> ・遺言書 （ホチキス止め不要、封筒不要） ・保管申請書 ・添付書類 （本籍と戸籍の筆頭者の記載のある住民票の写し等（マイナンバーや住民票コードの記載のない作成後3か月以内のもの）） ・顔写真付きの官公署から発行された身分証明書 （マイナンバーカード、運転免許証、運転経歴証明書、旅券等） ・手数料（3,900円（収入印紙で納付）） |
| 申込方法 （予約サービス専用ページ）  | 申請にあたっては、事前に法務局（遺言書保管所）への予約が必要です。 <ul style="list-style-type: none"> ・法務局手続案内予約サービスの専用HPにおける予約 （https://www.legal-ab.moj.go.jp/houmu.home-t/） 又は ・法務局（遺言書保管所）窓口又は電話における予約 |
| その他 | <ul style="list-style-type: none"> ・手続終了後、遺言者の氏名、出生年月日、遺言書保管所の名称及び保管番号が記載された保管証を交付します。 ・遺言者及び相続人等が保管申請後の各種手続をされる際は、保管番号があると便利です。大切に保管してください。 ・遺言書を法務局（遺言書保管所）に預けていることをご家族にお伝えになる場合は、保管証を利用されると便利です。 |

18. 施設・問合せ一覧

| 名 称 | 所 在 地 | 電話番号 |
|---|----------------------|------------------------------------|
| ○松戸市役所 | 根本387-5 | 366-1111 (代表) |
| 危機管理課 | 根本387-5 別館1階 | 366-7309 |
| 広報広聴課 (広聴担当室) | 根本387-5 本館2階 相談コーナー | 【一般民事相談専用】 366-7319 |
| | | 【相談予約】 366-1162 |
| | | 【外国人相談専用】 366-9151 |
| 市民税課 | 根本387-5 新館2階 | 366-7322 |
| 固定資産税課 | 根本387-5 新館2階 | 366-7323 |
| 環境業務課 | 根本387-5 新館6階 | 0120-264-057 (松戸市家庭ごみ相談コールセンター) |
| 健康政策課 | 小根本7-8 京葉ガスF松戸第2ビル6階 | 704-0055 |
| 健康推進課 | 竹ヶ花74-3 | 366-7481 |
| 予防衛生課 | 中央保健福祉センター内 | 366-7487 |
| 高齢者支援課 | 根本387-5 本館1階 | 366-7483 |
| 地域包括ケア推進課 | 根本387-5 本館1階 | 366-7346 |
| 国保年金課 | 根本387-5 本館1階 | 366-7343 |
| (健診班) | 根本387-5 本館2階 | 712-0141 (国民健康保険コールセンター) |
| (国民年金班) | 根本387-5 新館3階 | 366-7352 |
| 介護保険課(資格保険料班・認定審査班・総務企画班) | 根本387-5 本館1階 | 366-7370 |
| (給付班) | 根本387-5 本館1階 | 366-7067 |
| (事業者班) | 根本387-5 本館1階 | 366-4101 |
| 福祉政策課 | 根本387-5 本館3階 | 701-5272 |
| 福祉政策課 地域福祉担当室 | 根本387-5 本館3階 | 366-3019 |
| 生活支援課 | 根本387-5 新館3階 | 366-7349 |
| 松戸市自立相談支援センター | 根本387-5 本館3階 | 366-0077 |
| 障害福祉課 | 根本387-5 新館3階 | 366-7348 |
| 住宅政策課 | 根本387-5 新館8階 | 366-7366 |
| 社会教育課 | 松戸1307-1 松戸ビルヂング4階 | 367-7813 |
| ○市内各市民センター・市民会館 (な) は、ながいき室がある施設です | | |
| 常盤平市民センター | 常盤平3-30 (支所となり) | 387-2529 |
| 稔台市民センター (な) | 稔台7-1-5 | 367-6420 |
| 東部市民センター (な) | 高塚新田494-9 | 391-3701 |
| 小金原市民センター | 小金原6-6-2 (支所内) | 344-8268 |
| 馬橋市民センター (な) | 西馬橋蔵元町177 | 342-9690 |
| 古ヶ崎市民センター (な) | 古ヶ崎4-3490 | 367-7700 |
| 五香市民センター (な) | 五香2-35-5 | 386-8300 |
| 小金市民センター (な) | 小金きよしヶ丘3-1-1 | 343-8641 |
| 明市民センター (な) | 上本郷3018-1 | 368-6700 |
| 六実市民センター | 六高台3-71 (支所内) | 385-0116 |
| 二十世紀が丘市民センター (な) | 二十世紀が丘中松町2 | 392-7021 |
| 新松戸市民センター (な) | 新松戸3-27 (支所内) | 343-6500 |
| 馬橋東市民センター (な) | 馬橋1854-3 | 346-2055 |
| 小金北市民センター (な) | 中金杉2-159-2 | 343-3191 |
| 松飛台市民センター (な) | 松飛台210-2 | 386-6000 |
| 八柱市民センター (な) | 牧の原1-193-6 | 388-3570 |
| 八ヶ崎市民センター (な) | 八ヶ崎5-15-1 | 348-6667 |
| 市民会館 (な) | 松戸1389-1 | 368-1237 |

| 名 称 | 所 在 地 | 電話番号 |
|----------------------------|---------------------|--------------|
| ○老人福祉センター | | |
| 常盤平老人福祉センター | 常盤平3-25 | 382-5125 |
| 小金原老人福祉センター | 小金原6-6-2 小金原市民センター内 | 344-8270 |
| 東部老人福祉センター | 紙敷953-2 | 392-3701 |
| 六実高柳老人福祉センター | 高柳1832 | 386-3478 |
| 矢切老人福祉センター | 上矢切299-1 総合福祉会館内 | 368-1508 |
| 野菊野敬老ホーム | 野菊野5 | 361-1901 |
| ○その他の施設 | | |
| 総合福祉会館 | 上矢切299-1 | 368-1241 |
| 和名ケ谷スポーツセンター | 和名ケ谷1360 | 391-5990 |
| 松戸市シニア交流センター | 旭町1丁目174番地 | 343-0521 |
| (公社) 松戸市シルバー人材センター | 旭町1丁目174番地 | 330-5005 |
| 千葉県生涯大学校東葛飾学園浅間台教室 | 上矢切299-1 総合福祉会館内 | 368-1796 |
| 千葉県高齢者福祉課 | 千葉市中央区市場町1-1 本庁舎12階 | 043-223-2328 |
| ○特別養護老人ホーム | | |
| リョクフウエン 緑風園 | 和名ケ谷1484 | 392-2900 |
| ショウジョエン 松寿園 | 六高台2-19-2 | 386-6357 |
| ミナミハナエン 南花園 | 河原塚102-8 | 392-0881 |
| マーセイヒル | 根木内677-2 | 348-8787 |
| やわら ^{ギエン} 木苑 | 金ケ作277 | 386-0213 |
| ヨウコウエン 陽光苑 | 旭町2-238 | 348-1866 |
| ひまわりの ^{オカ} 丘 | 五香西5-19-8 | 311-2100 |
| マツドアイコウエン 松戸愛光園 | 高塚新田128-8 | 330-8125 |
| まんさくの ^{サト} 里 | 八ヶ崎2-15-1 | 348-8352 |
| ミョウジンエン 明尽苑 | 金ケ作296-1 | 385-2220 |
| コスモス 秋桜 | 栄町西3-1036-2 | 703-1275 |
| あすなる | 金ケ作139-10 | 311-7001 |
| ショウホウエン 松峰苑 (地域密着型) | 高塚新田488-9 | 391-8100 |
| フヨウ エン 芙蓉園 (地域密着型) | 幸田153 | 711-5565 |
| マツド ヒ 松戸陽だまり館 | 幸田111 | 374-6311 |
| なでしこ | 中矢切259-1 | 312-3033 |
| ダイニ ミナミハナエン 第二南花園 | 紙敷1186-8 | 392-3336 |
| リバーサイド・ヴィラ (地域密着型) | 根木内149 | 701-7330 |
| シンアイ ^{オカ} 親愛の丘 | 和名ケ谷1258-1 | 712-1200 |
| ヒガシマツド 東松戸ヒルズ | 紙敷1065-4 | 312-8633 |
| ヒガシ マツド プレミア東松戸 | 紙敷297-2 | 712-1165 |
| マツド セイワ松戸 | 大橋89 | 382-6161 |
| オオガネダイラ アウル大金平 | 大金平3-155 | 382-6011 |
| ○軽費老人ホーム (ケアハウス) | | |
| サンセットホーム | 日暮4-7-7 | 392-6681 |
| リバーサイド・ヴィラ | 根木内161 | 342-0017 |
| サンシャイン | 旭町2-270-1 | 374-6211 |
| なでしこ | 馬橋1435-8 | 309-8883 |
| あすなる | 金ケ作138 | 311-6000 |

| 名 称 | 所在地 | 電話番号 |
|--|--------------|----------|
| ○介護老人保健施設 | | |
| リコウエン 梨香苑 | 高塚新田123-13 | 391-5500 |
| カイラクエン 偕楽園 | 西馬橋幸町23 | 340-1300 |
| セン ホシ マツド 千の星・松戸 | 串崎新田189-4 | 394-7811 |
| トクシユウエン まつど徳洲苑 | 幸田180-1 | 309-7172 |
| マツド シルバーケア松戸 | 串崎新田172-1 | 311-0303 |
| トウキョウ 東京おりーぶ苑 | 金ケ作276-28 | 311-0777 |
| マツド エスポワール松戸 | 五香西4-26-10 | 311-3166 |
| トキワダイラ シルバーケア常盤平 | 五香西5-28 | 386-4551 |
| シマムラセンシンエン 島村洗心苑 | 和名ケ谷660 | 392-3946 |
| アオイ ソノ マツド 葵の園・松戸 | 千駄堀1103-1 | 312-1122 |
| アオイ ソノ マツド ヒガシ 葵の園・松戸東 | 千駄堀1091-1 | 340-5500 |
| ○介護医療院 | | |
| サト あきやまの郷 | 高塚新田484-1 | 312-8121 |
| ○有料老人ホーム（千葉県に届出済の施設） | | |
| マツド ソノ カイゴ ツキ 松戸ニッセイエデンの園（介護付） | 高塚新田123-1 | 330-8270 |
| ヨウシュンカン カイゴ ツキ パークヴィラ陽春館（介護付） | 金ケ作115-1 | 388-8211 |
| ホーム カイゴ ツキ サンセット豊夢（介護付） | 河原塚146-1 | 391-1881 |
| マツド カイゴ ツキ グレースメイト松戸（介護付） | 旭町1-193 | 330-5557 |
| マツド カイゴ ツキ ベストライフ松戸（介護付） | 八ヶ崎7-30-3 | 312-1601 |
| マツド カイゴ ツキ メディクスケアホーム松戸（介護付） | 松戸1063-1 | 366-0072 |
| イエマツドゴウ カイゴ ツキ そんぼの家松戸五香（介護付） | 五香3-25-4 | 704-6101 |
| マツド ウンドウコウエン ジュウタクガタ めいと松戸運動公園（住宅型） | 上本郷4450 | 312-2250 |
| マツド カゼ カイゴ ツキ 松戸ナーシングヴィラそよ風（介護付） | 常盤平5-24-2 | 311-2734 |
| マツド カイゴ ツキ グランドめいと松戸（介護付） | 上本郷3906 | 331-7000 |
| シンアイ カン カイゴ ツキ 親愛カトリア館（介護付） | 紙敷3-10-1 | 383-1852 |
| マツド カイゴ ツキ シーハーツ松戸（介護付） | 河原塚101-3 | 391-1465 |
| マツド カイゴ ツキ ハーモニー松戸（介護付） | 五香西5-3-14 | 311-2666 |
| マツド カイゴ ツキ イリーゼまつど（介護付） | 日暮3-25-1 | 312-8500 |
| カミ ホシゴウ ジュウタクガタ エルダーホーム上本郷（住宅型） | 上本郷1464 | 309-7900 |
| マツド ジュウタクガタ エルダーホーム松戸（住宅型） | 樋野口699 | 331-8300 |
| シンマツド ジュウタクガタ エルダーホーム新松戸（住宅型） | 三ヶ月1234 | 330-5801 |
| マブシ ジュウタクガタ エルダーホーム馬橋（住宅型） | 馬橋3251 | 309-3900 |
| カキ キ ジュウタクガタ シルバーホーム柿の木（住宅型） | 二十世紀が丘柿の木町80 | 360-5151 |
| エン トキワダイラ カイゴ ツキ あずみ苑 グランデ常盤平（介護付） | 金ケ作237-3 | 311-1165 |
| コガネ カイゴ ツキ アイホームまつど小金（介護付） | 大金平2-71 | 316-1503 |
| アキヤマ ジュウタクガタ シルバーホーム秋山（住宅型） | 秋山3-20-4 | 312-8668 |
| キタコガネ ジュウタクガタ めいと北小金Ⅰ（住宅型） | 殿平賀95 | 346-6211 |
| マツド ジュウタクガタ めいと松戸（住宅型） | 上本郷4466 | 367-3900 |
| キタコガネ ジュウタクガタ めいと北小金Ⅱ（住宅型） | 小金上総町10-11 | 312-0112 |
| ナカカナスギ ジュウタクガタ めいと中金杉（住宅型） | 中金杉2-72 | 309-3636 |
| オウエンカブク マツド カイゴ ツキ 応援家族 松戸（介護付） | 五香4-22-116 | 384-7088 |
| マツド カイゴツキ あさひガーデン松戸（介護付） | 栄町西3-1066 | 331-6541 |

| 名 称 | 所在地 | 電話番号 |
|--|-------------|---------------|
| ○有料老人ホーム（千葉県に届出済の施設） | | |
| ユーカリ <small>コガネハラ カイゴ ツキ</small> 小金原（介護付） | 小金原4-3-4 | 312-1165 |
| エルダーホーム <small>シンマツド ニバンカン ジュウタクガタ</small> 新松戸式番館（住宅型） | 二ツ木1468-1 | 330-5500 |
| ときわ苑 <small>エン カイゴ ツキ</small> （介護付） | 五香西5-30-3 | 394-6880 |
| シーハーツ <small>コガネハラ コウエン カイゴ ツキ</small> 小金原公園（介護付） | 小金原3-6-3 | 374-6511 |
| ハルトリー <small>マツド カイゴ ツキ</small> ゲル松戸（介護付） | 和名ケ谷1009-33 | 360-4165 |
| グランド <small>キタコガネ カイゴ ツキ</small> めいと北小金（介護付） | 殿平賀56-1 | 312-1234 |
| SOMPO <small>マツド カイゴ ツキ</small> ケアラヴィーレ松戸（介護付） | 馬橋312-1 | 347-4165 |
| リアン <small>マツド カイゴ ツキ</small> レーヴ松戸（介護付） | 六高台2-42-1 | 311-6151 |
| アイホーム <small>チュウオウ カイゴ ツキ</small> まつど中央（介護付） | 岩瀬595-1 | 367-0088 |
| めいと <small>コガネハラ ジュウタクガタ</small> 小金原（住宅型） | 小金原4-26-14 | 312-1110 |
| めいと <small>コガネハラ シンカン ジュウタクガタ</small> 小金原 新館（住宅型） | 小金原4-26-6 | 312-0002 |
| セント <small>マツド ジュウタクガタ</small> ビラ松戸（住宅型） | 八ヶ崎6-13-1 | 346-1235 |
| ハーモニー <small>ロウコウダイ カイゴ ツキ</small> 六高台（介護付） | 六高台9-56-3 | 702-7178 |
| 松戸 <small>マツド カイゴ ツキ</small> めいせい（介護付） | 河原塚258-13 | 312-7080 |
| SOMPO <small>ヒガシマツド カイゴ ツキ</small> ケアラヴィーレ東松戸（介護付） | 東松戸3-15-10 | 392-7310 |
| サニー <small>マツド ジュウタクガタ</small> ライフ松戸（住宅型） | 八ヶ崎2-45-10 | 394-3600 |
| ディア <small>シンアイ ジュウタクガタ</small> コート信合（住宅型） | 高塚新田156-2 | 702-7924 |
| スコヤカ・ハウス <small>コガネ ハラ ジュウタクガタ</small> 小金原（住宅型） | 小金原1-5-5 | 382-6881 |
| リハビリ <small>キタマツド ジュウタク ガタ</small> ホーム ボンセジュール北松戸（住宅型） | 上本郷2106-1 | 308-2501 |
| きづな <small>ジュウタクガタ</small> （住宅型） | 五香1-5-30A | 080-5497-9964 |
| かぜ <small>ジュウタクガタ</small> のおと（住宅型） | 中和倉161-7 | 718-1852 |
| フクロウ <small>カミホンゴウ ジュウタクガタ</small> 福老ハウス上本郷（住宅型） | 上本郷3194 | 070-2817-7513 |
| よか <small>ロウ キタコガネ ジュウタクガタ</small> 老ホーム北小金（住宅型） | 小金清志町3-53-3 | 713-7398 |
| かぜ <small>タカツカシンデン ジュウタクガタ</small> のおと高塚新田（住宅型） | 高塚新田201-3 | 718-1870 |
| ディア <small>コガネハラ ジュウタクガタ</small> マンテ小金原（住宅型） | 小金原8-8-10 | 369-7520 |
| かぜ <small>キタコガネ ジュウタクガタ</small> のおと北小金（住宅型） | 東平賀141-4 | 718-3967 |
| いろ <small>トキワダイラ ジュウタクガタ</small> は常盤平（住宅型） | 常盤平3-17-2 | 369-7520 |
| シモン <small>ハチガザキ ジュウタクガタ</small> 八ヶ崎（住宅型） | 八ヶ崎4-9-8 | 369-7520 |
| かぜ <small>ハチガザキ ジュウタクガタ</small> のおと八ヶ崎（住宅型） | 八ヶ崎3-38-25 | 710-9026 |
| めいと <small>ヒガシマツド ジュウタクガタ</small> 東松戸（住宅型） | 串崎南町266-1 | 312-1234 |
| アッ <small>ハレコガネハラ ジュウタクガタ</small> ハレコガネハラ天晴小金原（住宅型） | 小金原7-5-11 | 713-9526 |
| ジャン <small>マツド ジュウタクガタ</small> ティエス松戸（住宅型） | 樋野口771 | 360-8383 |
| ケア <small>マツド ジュウタクガタ</small> レジデンス松戸（住宅型） | 樋野口756 | 711-7485 |
| めいと <small>コガネハラ ヒガシカン</small> 小金原東館 | 小金原4-26-9 | 312-1234 |
| ○認知症対応型共同生活介護（グループホーム） | | |
| 新松戸 <small>シンマツド</small> グループホーム | 新松戸北1-3-3 | 309-8118 |
| グループホームなかよし | 小山97-8 | 360-3008 |
| グループホームマーガレット | 八ヶ崎5-29-16 | 344-0972 |
| グループホームワカバまつど | 胡録台284-51 | 363-3136 |
| 松戸 <small>マツド カゼ</small> ナーシングヴィラそよ風 | 常盤平5-24-2 | 311-2734 |
| グループホームさざんか | 幸田2-140 | 374-5315 |
| 松戸 <small>マツド カゼ</small> グループホームそよ風 | 馬橋530-2 | 340-1800 |
| グループホーム <small>トキワダイラ</small> ガーデンコート常盤平 | 常盤平1-13-7 | 394-0520 |
| グループホーム <small>ナカナスギ</small> めいと中金杉 | 中金杉2-72 | 309-5255 |
| 愛 <small>アイ イエ ヒガシマツド</small> の家グループホーム東松戸 | 高塚新田391-6 | 312-7032 |

| 名 称 | 所 在 地 | 電話番号 |
|------------------------|-------------|--------------|
| ○認知症対応型共同生活介護（グループホーム） | | |
| グループホームひなたぼっこ | 金ケ作199-2 | 388-5708 |
| グループホームかがやき新松戸 | 旭町4丁目1150-3 | 710-7773 |
| グループホームみくに松戸の園 | 栄町西5-1324 | 710-0639 |
| グループホームあいあい松戸 | 松戸896-3 | 364-1117 |
| グループホームあおぞら | 秋山48-5 | 312-8864 |
| グループホーム蒼生 | 松戸新田265-2 | 703-5566 |
| マザアスホームだんらん松戸 | 小金原4-29-17 | 316-2361 |
| グループホームさくら草 | 千駄堀1766-1 | 323-6770 |
| グループホームガーデンコート矢切 | 下矢切99-10 | 330-1363 |
| グループホームユーカリ新松戸 | 新松戸6-186 | 369-6631 |
| グループホームむつみ | 六実1-47-2 | 383-0700 |
| グループホームあじさい | 五香西5-3-14 | 311-2666 |
| グループホームたんぽぼの家 | 六高台7-9 | 311-7011 |
| 愛の家グループホーム松戸上本郷 | 上本郷2818 | 308-5720 |
| セントケアホーム矢切 | 下矢切99-11 | 365-1122 |
| ニチイケアセンター河原塚 | 和名ケ谷9-2 | 703-5451 |
| グループホームみくに栄の園 | 栄町西5-1397 | 710-3272 |
| グループホームたんぽぼの小道 | 五香4-54-20 | 700-5331 |
| コーサングループホーム | 五香1-9-21 | 384-2171 |
| 愛の家グループホーム松戸小金原 | 小金原8-13-1 | 312-1260 |
| エスケアホーム松戸 | 馬橋2844 | 312-1550 |
| 元気ホーム北松戸 | 中和倉468-2 | 710-8888 |
| グループホームいきいきの家松戸 | 根木内119-1 | 703-9341 |
| せらび小金原公園 | 小金原4-38-6 | 330-4165 |
| 認知症対応型共同生活介護サンパティオ | 旭町2-271-2 | 710-4186 |
| 和名ケ谷ほたるの里 | 和名ケ谷664-1 | 712-1012 |
| グループホームユーカリ新松戸式番館 | 新松戸6-191 | 702-7881 |
| ミモザ新松戸 | 新松戸4-119-2 | 343-8161 |
| グループホームあゆみ | 大金平5-365-1 | 710-3571 |
| ○サービス付き高齢者向け住宅 | | |
| イハナハウス | 常盤平陣屋前6-6 | 387-2030 |
| ホームステーションらいふ松戸八柱 | 日暮7-8 | 710-0546 |
| サボテン六高台 | 六高台3-77 | 393-8934 |
| 秋桜ヴィレッジ大金平 | 大金平5-353-1 | 345-2220 |
| そんぼの家S五香南 | 五香南2-14-1 | 330-6070 |
| アイリスガーデン松戸稔台 | 稔台7-56-1 | 03-3291-8965 |
| ウェルガーデン松戸 | 五香4-34-3 | 385-7177 |
| ココファン松戸五香 | 五香2-19-3 | 330-6008 |
| アイカーサ東松戸 | 東松戸2-19-1 | 361-7722 |
| なごやかレジデンス矢切 | 下矢切41-17 | 368-2092 |
| まごころレジデンス大金平 | 大金平5-347 | 382-5868 |
| ルポゼ東松戸 | 東松戸3-15-16 | 392-0001 |
| グリーンヒル小金原 | 小金原6-1-2 | 341-1161 |
| 秋桜ヴィレッジ | 栄町西3-1045 | 331-4310 |
| 輝きホーム稔台 | 稔台7-12-17 | 710-5445 |

| 名 称 | 所在地 | 電話番号 |
|---|---------------------------|---------------|
| ○サービス付き高齢者向け住宅 | | |
| オガールむつみ <small>ジョウシュエツン マツドムツミ</small> | 六実4-12-6 | 711-5550 |
| 松寿園エミシア松戸六実 <small>マツド コロクタイ</small> | 六実2-10-13 | 710-0602 |
| なごやかレジデンス松戸胡録台 <small>サト</small> | 胡録台115-1 | 368-0681 |
| えがおの郷 <small>クラブ</small> | 串崎新田158 | 385-0516 |
| ソレイユ倶楽部まつど <small>チヨウジュ マツド ハチガサキ</small> | 千駄堀1489-35 | 710-2601 |
| ご長寿くらぶ 松戸八ヶ崎 <small>コスモス コガサキ</small> | 八ヶ崎5-3-1 | 702-3077 |
| 秋桜ヴィレッジ古ヶ崎 <small>マツド ヤバシラ</small> | 古ヶ崎3-3294 | 710-6766 |
| グランドマストやさしえ松戸八柱 <small>マツド</small> | 日暮4-3-3 | 312-7555 |
| ニューソフィアコート松戸 <small>ジュエツン</small> | 八ヶ崎7-7-3 | 029-835-3003 |
| まつど寿苑 <small>マツド キタコガネ</small> | 小山762-2 | 710-3021 |
| エイジフリーハウス松戸北小金 <small>チヨウジュ マツド ココウ</small> | 中金杉1-75 | 06-6900-9831 |
| ご長寿くらぶ・松戸・五香 <small>キボウ タイヨウ オオガネタイラ</small> | 五香西6-8-3 | 029-276-0660 |
| 希望の太陽大金平 <small>コガサキ</small> | 大金平2-73 | 712-0780 |
| ニューソフィアコート古ヶ崎 <small>サト マツド</small> | 古ヶ崎2-3167 | 029-835-3003 |
| アミカの郷松戸 <small>マツド</small> | 大谷口43 | 03-3568-1171 |
| エクラシア松戸 <small>キボウ タイヨウ</small> | 六高台8-92-2 | 050-6861-5201 |
| 希望の太陽あじさい <small>ハチガサキ</small> | 平賀5-1 | 711-5669 |
| ニューソフィアコート八ヶ崎 <small>マツド ココウ</small> | 八ヶ崎2-41-1 | 029-835-3003 |
| エクラシア松戸五香 <small>ジュエツン ツバキ</small> | 五香2-23-4 | 050-6861-5201 |
| まつど寿苑 椿 <small>コガネハラ</small> | 小山762-1 | 710-3021 |
| juju小金原 <small>マツドムツミ</small> | 小金原4-40-8 | 03-5909-2003 |
| にじいろるばる松戸六実 <small>チヨウジュ キタマツド</small> | 六実2-5-1 | 047-420-2600 |
| ご長寿くらぶ北松戸 <small>テンガ マツド</small> | 新作214-1 | 029-276-0660 |
| 天賀松戸 | 平賀5-2 | 047-345-0869 |
| ○社会福祉法人 松戸市社会福祉協議会 | | |
| 事務局 | 上矢切299-1 松戸市総合福祉会館内 | 368-0503 (代表) |
| ①地域福祉推進課 | | ①710-2341 |
| ②ボランティア推進課 | | ②362-5963 |
| ③生活相談課 | | ③368-0912 |
| ④日常生活自立支援事業 | | ④368-0349 |
| ⑤無料職業紹介所 | 根本387-5 松戸市役所本館1階 | ⑤365-4712 |
| 常盤平団地地区社会福祉協議会 | 常盤平3-30 常盤平市民センター内 | 387-1561 |
| 馬橋地区社会福祉協議会 | 馬橋1854-3 馬橋東市民センター内 | 346-2758 |
| 小金原地区社会福祉協議会 | 小金原6-6-2 小金原市民センター内 | 348-7115 |
| 常盤平地区社会福祉協議会 | 常盤平3-30 常盤平市民センター内 | 387-2723 |
| 東部地区社会福祉協議会 | 高塚新田494-9 東部市民センター内 | 391-6581 |
| 小金地区社会福祉協議会 | 小金きよしヶ丘3-1-1 小金市民センター内 | 343-8690 |
| 新松戸地区社会福祉協議会 | 新松戸3-27 新松戸市民センター内 | 341-9211 |
| 矢切地区社会福祉協議会 | 上矢切299-1 松戸市総合福祉会館内 | 368-0560 |
| 明第1地区社会福祉協議会 | 上本郷3018-1 明市民センター内 | 368-0517 |
| 本庁地区社会福祉協議会 | 松戸1307-1 松戸ビル4階 松戸市文化ホール内 | 368-0547 |
| 馬橋西地区社会福祉協議会 | 西馬橋蔵元町177 馬橋市民センター内 | 342-9692 |
| 明第2東地区社会福祉協議会 | 南花島4-63-5 | 360-2122 |
| 明第2西地区社会福祉協議会 | 古ヶ崎4-3490 古ヶ崎市民センター内 | 367-7727 |
| 五香松飛台地区社会福祉協議会 | 五香2-35-5 五香市民センター内 | 386-3411 |
| 六実六高台地区社会福祉協議会 | 六高台3-70-1 六実市民センター別館内 | 385-5122 |
| 常盤平団地地区高齢者支援連絡会 | 常盤平3-30 常盤平市民センター内 | 387-1561 |
| 小金地区高齢者支援連絡会 | 小金きよしヶ丘3-1-1 小金市民センター内 | 343-8691 |
| 常盤平地区高齢者支援連絡会 | 常盤平3-30 常盤平市民センター内 | 387-1234 |

| 名 称 | 所 在 地 | 電話番号 |
|--|--------------------------------------|----------|
| ○福祉有償運送 登録事業者 | | |
| (認定特非) たすけあいの会 ^{カイ} ふれあいネットまつど | 金ケ作99-6 | 710-7450 |
| (特非) かたつむりの ^イ 家 | 六高台6-2-3 | 387-5215 |
| (福) 聖心会 ^{セイシンカイ} 明 ^{メイ} 尽 ^{ジン} 苑 ^{エン} ヘルパーステーション | 金ケ作296-1 | 384-7500 |
| (特非) ディープデモクラシー・センター | 常盤平陣屋前7-8 富士マンション305 | 701-5350 |
| (公財) 松戸市 ^{マツドシ} シルバー人材 ^{ジンザイ} センター | 旭町1-174 | 330-5005 |
| (一社) インナーピース ケアステーションやしの | 六実5-12-8 ヒロハイム平和台101号 | 389-7688 |
| (特非) LIFACT ホームヘルプてとて | 新松戸4-65-1 ア化 ^ス 新松戸ビル201号室 | 702-7080 |
| (福) 六高台福祉会 ^{ショウジエン} 松 ^{マツ} 寿 ^{ムツミ} 園 ^{エン} エミシア松戸六実 | 六実2-10-13 | 710-0602 |

卷末資料

高齢者の元気を応援します！

高齢者の皆さんが、毎日をいきいき過ごし、健康でながいきするために活用できる事業を紹介します。ながいき手帳に記載があるものについては、該当するページをご覧ください。また、下記アドレスのホームページには高齢者に役立つさまざまな情報を掲載しています。

松戸市高齢者の元気応援・介護情報サイト「まつどDEいきいき高齢者」
(<https://www.city.matsudo.chiba.jp/matsudodeikiiki/>)

<就労支援>

●無料職業紹介所・・・P1

無料で職業紹介及び生活相談を行っています。

問い合わせ先：松戸市社会福祉協議会 Tel 365-4712 (65歳以上)
Tel 366-0077 (65歳未満)

●松戸市シルバー人材センター・・・P.1

経験や知識・技能を生かした様々な仕事を紹介します。

問い合わせ先：松戸市シルバー人材センター Tel330-5005

<健康づくり>

●まつど健康マイレージ

健診やがん検診を受けたり、対象の健康づくり事業・イベントに参加してマイル（ポイント）をためると、すてきな特典が抽選で当たります。

問い合わせ先：健康推進課 Tel 366-7486

●介護予防教室、認知症予防教室・・・P.15

介護予防や認知症予防のための講座や体操教室等を行っています。

問い合わせ先：高齢者支援課 Tel366-7346

●フレイル予防・・・巻末付録参照

健康長寿のためにフレイル・オーラルフレイル予防を推進しています。

問い合わせ先：健康推進課 Tel712-2403

★コラム ～自分自身を見つめなおしてみませんか？～

「どんなことをしたらいいのかわからない。」「何も興味を持てるものがない」といった場合には、自分自身を見つめなおしてみましょう！

新たな発見や興味を持てるものが見つかるかもしれません！

巻末資料の「救急安心カード」「私の好きなもの・大切なこと」をご覧ください。

<場の提供、活動の活性化>

●オレンジ協力員

認知症について正しく理解し、認知症の方や家族の支援を行うボランティアです。

問い合わせ先：高齢者支援課 Tel.366-7346

●シニアクラブ（老人クラブ）・・・P.3

お近くの地域にお住まいの方々が集まって、社会奉仕やレクリエーション活動等を行います。

問い合わせ先：はつらつクラブ連合会事務局 Tel.343-0571

●まつど地域活躍塾・・・P.4

市内の様々な活動を知る講義やボランティアの実地体験等を通じて、地域の担い手として活躍するために必要な知識が得られます。

問い合わせ先：市民自治課 Tel.366-7318

●まつど生涯学習大学講座・・・P.4

一年を通じ、「松戸」に関することや暮らしに身近な問題について学習します。

問い合わせ先：社会教育課 Tel.367-7813

●千葉県生涯大学校・・・P.4

様々なコースがあり、健康づくりや社会参加に役立つ内容を学習できます。

問い合わせ先：東葛飾学園 浅間台教室 Tel.368-1796

●高齢者の元気応援キャンペーン・・・P.16

高齢者の元気づくりを応援するために活動場所やコンテンツの提供など様々なキャンペーンを行っています。

問い合わせ先：高齢者支援課 Tel.366-7346

●元気応援くらぶ・・・P.16

住民の方々が主体的に運営する「通いの場」です。誰でも参加でき、無料かワンコイン程度で活動できます。

問い合わせ先：高齢者支援課 Tel.366-7346

●高齢者の食生活講座・・・P.30

自分の食生活を振り返り、健康長寿のための食生活について学びます。

問い合わせ先：健康推進課 Tel.366-7481

認知症カフェ（オレンジ・カフェ）とは

認知症カフェ（オレンジ・カフェ）は、認知症の人やご家族、子どもから大人まで地域の誰もが気軽に参加し、出会い、交流できる場として、市内23か所で開催されています。

カフェにより開催内容はさまざまですが、リラックスした雰囲気の中、創作活動をしたりおしゃべりをするなど、楽しい時間を過ごしています。散歩気分でお気軽にお立ち寄りください。

詳細は、次ページをご覧ください。

松戸市認知症カフェ（オレンジ・カフェ）MAP



マップ内の番号は、一覧表のカフェ番号を示しています。

松戸市認知症カフェ（オレンジ・カフェ）一覧



| | カフェ名 | 住所 | 開催日時 | 問合せ先 |
|----|-------------------------------------|--|---|-------------------------------------|
| 1 | カフェ・ド・来居所(カフェ・どっこいしょ) | 松戸市旭町1丁目174番地 シニア交流センター内 | 不定期（お問い合わせください） | 電話:047-711-9430(馬橋西高齢者いきいき安心センター) |
| 2 | 花モモカフェ | 松戸市新松戸3-27 新松戸市民センターまたは新松戸1-380 新松戸中央総合病院 | 不定期（お問い合わせください） | 電話:047-346-2500(新松戸高齢者いきいき安心センター) |
| 3 | 街カフェ～絆～ | 松戸市久保平賀241番地の8 デイサービス絆内 | 第4日曜 午後2時から午後4時 | 電話:047-343-8690(小金地区社会福祉協議会) |
| 4 | ぬくもりカフェ | 松戸市小金原4丁目38番地の6 せらび小金原公園内 | 毎週水曜 午後1時から午後3時 | 電話:047-330-4165(せらび小金原公園 松原) |
| 5 | くつろぎカフェグリーンウィズ | 松戸市八ヶ崎8丁目16番地の1 デイサービスグリーンウィズ内 | 第3土曜 午前10時から正午、午後1時30分から午後4時 | 電話:047-374-5533(馬橋高齢者いきいき安心センター) |
| 6 | くつろぎカフェふじ | 松戸市馬橋1854の3 馬橋東市民センター内 | 第1月曜および不定期 午前10時から午後12時 | 電話:080-3125-7701 |
| 7 | 栗カフェ | 松戸市栗ヶ沢789番地の22 小金原高齢者いきいき安心センター内 | 毎週水曜 午後1時から午後3時 | 電話:047-383-3111(小金原高齢者いきいき安心センター) |
| 8 | 認知症家族サポートサロン(まつど暮らしの保健室@みんなんち) | 松戸市金ヶ作99-6 | 第4木曜 午後1時～午後3時(祝日の場合、第5木曜へ振替) | 電話:080-1099-9447(まつど暮らしの保健室代表 松村) |
| 9 | カフェゆうかり | 松戸市常盤平6丁目1番地の14 ミニコープ常盤平店2階 | 第1・第4火曜 午後1時から午後3時 | 電話:047-330-6150(常盤平高齢者いきいき安心センター) |
| 10 | カフェ・ド・オランジュ松寿園 | 松戸市六高台2丁目19番地の2 特別養護老人ホーム松寿園 | 第2火曜 午後1時30分から午後3時 | 電話:047-386-6357(社会福祉法人六高台福祉会) |
| 11 | いきいき喫茶 | 松戸市五香西2丁目35番地の8 斎藤ビル1階 五香松飛台高齢者いきいき安心センター隣 | 第4水曜 午後2時から午後3時 | 電話:047-385-3957(五香松飛台高齢者いきいき安心センター) |
| 12 | Cafe de ひまわり | 松戸市牧の原2丁目312番地 ひまわりの丘デイホーム | 第2日曜 午後2時から午後4時 | 電話:090-2471-6389(梶原)(社会福祉法人 松栄会) |
| 13 | 梨の実 | 松戸市紙敷297番地の2 特別養護老人ホーム プレミア東松戸内 | 第2日曜 午後2時から午後4時 | 電話:047-712-1165(特別養護老人ホーム プレミア東松戸) |
| 14 | オレンジカフェ みのり台 | 松戸市稔台7丁目12番地の17 輝きホーム稔台内 | 第4金曜 午後2時から午後3時30分 | 電話:047-700-5881(明第1高齢者いきいき安心センター) |
| 15 | みのり台オレンジサロン | 松戸市稔台7丁目1番地の5 稔台市民センター | 第2金曜 午後1時30分から午後3時 会場の予約状況により第1・第3金曜になることもあります。 | 電話:047-700-5881(明第1高齢者いきいき安心センター) |
| 16 | しゃべりば・カフェ | 松戸市上本郷2679番地 風早会館 | 毎週水曜 午後1時から午後4時 | 電話:047-382-6294(明第2東高齢者いきいき安心センター) |
| 17 | ワカバカフェ | 松戸市胡録台358番地の9 デイサービスワカバ胡録台内 | 第4土曜 午後1時から午後3時 | 電話:047-365-3885(デイサービスワカバ胡録台 畠山) |
| 18 | サロンわたし | 松戸市上矢切299番地の1 総合福祉会館2階 | 第1月曜(祝日の場合は第2月曜) 午後2時から午後4時 | 電話:047-710-6025(矢切高齢者いきいき安心センター) |
| 19 | コミュニティカフェ「えんがわ」 | 松戸市上矢切293 第2町会集会所 | 第1木曜 午後1時30分から3時30分 | 電話:090-9848-8231 |
| 20 | くるみ(Curumi)の会(若年性認知症・高次脳機能障害をお持ちの方) | 松戸市根本393番地の8 根本第二京葉ハイツ101号 | 毎週木曜 午後2時から4時 | 電話:080-6631-0662 |
| 21 | ほっとカフェ | 松戸市栄町6丁目443番地の9 デイサービスふらわーはうす内 | 木曜(月1回)※開催日についてはお問い合わせください 午前11時30分から午後3時30分 | 電話:047-382-5707(明第2西高齢者いきいき安心センター) |
| 22 | 認知症カフェ「おれんじ・あい」 | 松戸市栄町8丁目729番地の4 エールあい介護サービス事業所2階 | 月曜から金曜 午前10時から3時30分 | 電話:047-308-6400(エールあい介護サービス) |
| 23 | 珈琲Cafeぶらり※「e」はアクセント記号がついた「e」です | 松戸市栄町西3丁目1048番地の2 笑顔のおうちクリニック松戸内 | 第4土曜 午後1時から3時30分 ※7月、8月は夏季休業 | 電話:047-703-1275(特別養護老人ホーム秋桜) |

休止中のカフェがあります。
詳細は、事前にお問い合わせください。

新型コロナウイルス感染症に関するお問い合わせ

新型コロナウイルス感染症については下記へお問い合わせください。

なお、ナビダイヤルは変更する場合がございますので、予めご了承ください。

<新型コロナウイルス感染症全般のお問い合わせ>

① 松戸市新型コロナウイルス感染症相談専用ダイヤル

電話番号：0120-415-111

時間：平日8時30分～17時

ナビダイヤル番号

1. 症状、受診、検査に関すること
2. 事業者支援に関すること
3. 保育、教育に関すること（1.保育に関すること、2.学校に関すること）
4. 非課税世帯等への給付金に関すること
5. 生活に困っているなど総合的な相談に関すること（②へ）（平日9時～16時）
6. ワクチン接種に関すること
9. その他

② 新型コロナウイルス感染症総合相談窓口

時間：平日9時～16時（市役所開庁日のみ）

電話で松戸市新型コロナウイルス感染症相談ダイヤル 0120-415-111

（音声ダイヤルで「5」を選択）

メール相談：mccoronasoudan@city.matsudo.chiba.jp

※対面相談をご希望の場合は、あらかじめお電話でご予約ください。

<新型コロナワクチン全般のお問い合わせ>

① 松戸市ワクチン接種コールセンター

電話：0120-684-389

※上記フリーダイヤルが利用できない場合は☎050-5526-1081（有料）へ

対応時間：8時30分～17時

② 厚生労働省新型コロナワクチンコールセンター

電話：0120-761770

対応時間：9時～21時（土・日曜、祝・休日も含む）

救急安心カード

あなたについて

ふりがな

氏名 _____ (男・女)

生年月日 明・大・昭 年 月 日

住所 松戸市 _____

電話番号 047- _____

血液型 _____ 型

かかりつけ医

病院名 _____ 担当医 _____ 電話 _____

病院名 _____ 担当医 _____ 電話 _____

病院名 _____ 担当医 _____ 電話 _____

緊急連絡先

氏名 _____ 続柄 _____ 電話 _____

氏名 _____ 続柄 _____ 電話 _____

キリトリ

安心カード（携帯用）おもて

名前 _____

住所 _____

生まれ（明・大・昭） 年 月 日

電話 047- _____ 血液型 _____ 型

キリトリ

安心カード（携帯用）うら

かかっている病気

常用している薬・アレルギー等

その他伝えたいこと

キリトリ

キリトリ（※ 冷蔵庫などの目立つ所に張って下さい。下のカードは携帯用です。）

キリトリ

私の好きなもの・大切なこと

あなたが好きなものや大切にしていること、得意なことなどをご記入ください。

好きな食べもの

好きな歌

好きな本

好きな場所

好きな言葉

好きな季節

好きな色

好きなテレビ・ラジオ番組

好きな動物

得意なこと

大切にしていること

尊敬している人

(ご自身の)好きなところ

「フレイル」予防に取り組みましょう

自立した生活を長く続けるためには食事・運動・社会参加をバランスよく行うことが大切です。

「フレイル」とは加齢により心身の機能が低下した状態

まっどフレイル予防キャッチフレーズ

- ① **ま** まずは確認、健康診査
- ② **つ** つみかさね 食事・運動・お口のチェック
- ③ **ど** どこよりも フレイル予防で健康に

※声に出して読むとお口の体操になります

④ **フ** ふだんから 三食・体操・良い睡眠



⑤ **レ** 練習で 口腔体操 くちスツキリ

楽しくできる パタカラ体操や早口言葉。口やのどまわりの唾液の分泌を促す。優しいマッサージも有効です。しっかり噛んで、しっかり食べるのが大切です。



⑥ **イ** いつでも声掛け 社会のつながり

外気浴は、からだの栄養、挨拶・会話は、こころの栄養になります。電話や手紙、メールやFAXを活用しましょう。



⑦ **ル** ルックス(体型)は、体重計で確認を

太りすぎず、痩せすぎずが大切です。定期的に体重を測定する習慣をつけましょう。



◎オーラルフレイル※を予防しましょう

※加齢によるお口の機能低下を表す言葉です

口腔ケアを行いましょ！

オーラルフレイルを予防するには、主に口の中の手入れと食べる、話す、表情を豊かにするなどの機能を高める口腔体操を行いましょ。



【口の中の手入れ】



【口腔体操】

- ・はみがき
- ・歯間ブラシ・フロス
- ・舌みがき
- ・洗口剤（マウスウォッシュ）
- ・入れ歯の清掃・調整 など

- ・口や口の周りの動きをよくする体操
- ・飲み込み力を高める体操
- ・唾液の分泌をよくするマッサージ
- ・早口言葉や歌を歌う など

【**パタカラ体操**】 パタカラと声を出すことで、口の周りの筋肉や舌の動きを維持出来ます。

- パ** → 口をしっかりと閉じて空気をためた後、一気に吐き出すように発音します。
口の周りの筋肉を鍛えることが出来る。
食べ物が口からこぼれにくくなる。
- タ** → 上あごと舌の前の方をぴったりとくっつけて発音します。
舌の筋肉のトレーニングになる。
食べ物を押しつぶす・飲み込む（嚥下）機能の維持に効果がある。
- カ** → のどの奥に力を入れてのどを閉めることで発音します。
食べ物を飲み込んだ後、誤嚥せずに食道に送り込む練習になる。
- ラ** → 舌を丸め舌先を前歯の裏につけて発音します。
食べ物をのどの奥へと運ぶための舌のトレーニングが出来ます。



ながいき手帳

令和5年5月発行

編集／発行 松戸市高齢者支援課

〒271-8588 松戸市根本387-5

電話 047(366)1111 (代表)

047(366)7346 (高齢者支援課)

松戸市ホームページ

<http://www.city.matsudo.chiba.jp/>