



訪問・通い・泊まりを一体的に受けられるサービス

小規模多機能型居宅介護

1か所の施設で、「通い」の利用を中心にして、「訪問」のサービスや「泊まり」のサービスを組み合わせて利用できるサービスです。

	No.	名称	電話番号	所在地	地図ページ
東金子	41	杜の家 あい	04-2960-6276	森坂4-12	35
藤沢	42	杜の家 あい 藤沢 (サテライト)	04-2966-5111	上藤沢330-3	41
西武	43	まごころの家* あゆみ入間	04-2935-3801	大字野田583-1	43

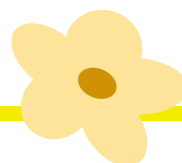
看護小規模多機能型居宅介護

小規模多機能型居宅介護の機能に、「訪問看護」を組み合わせたサービスです。要介護以上の方が利用できます。

	No.	名称	電話番号	所在地	地図ページ
宮・二	44	ホスピタリティハウス青い鳥	04-2934-3000	二本木下狭山88-5	39



施設で受けられるサービス (通い)



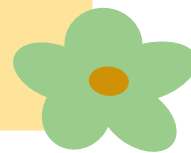
短期入所生活介護(ショートステイ)

短期入所療養介護(医療系ショートステイ)

短期間入所して、日常生活の支援が受けられるサービスです。医療系の短期入所(ショートステイ)はリハビリテーションなど受けることができます。また、介護者の用事や休息のためにも利用できます。

	No.	名称	電話番号	所在地	医療系
豊岡	1	特別養護老人ホーム鍵山苑 1号館、2号館ショートステイ	04-2963-8877	鍵山3-11-2	
東金子	2	介護老人保健施設 ケアセンター なごみ	04-2934-5077	小谷田1258-1	○
金子	3	入間ショートステイ	04-2963-4801	小谷田1656-1	
金子	4	扇揚苑ショートステイ	04-2935-0123	中神853-1	
宮・二	5	ショートステイ入間つつじの園	04-2934-6800	宮寺2467	
	6	介護老人保健施設 ゆりの木	04-2934-5055	宮寺3187-31	○
	7	介護老人保健施設 アヴニール	04-2934-6910	二本木1082-1	○
藤沢	8	指定短期入所生活介護事業所 聖愛園	04-2934-2431	二本木1083-1	
	9	特別養護老人ホームけやき野の 森	04-2937-5400	下藤沢1157-1	
西武	10	杏樹苑 短期入所生活介護事業 所	04-2966-7171	上藤沢851-1	
	11	杏樹苑爽風館 短期入所生活介 護事業所	04-2931-1616	仏子1111-1	
西武	12	医療法人泰一会 介護老人保健 施設 いるまの里	04-2933-1000	野田1630	○

5 介護者の健康(ケアラー・ヤングケアラー)



ケアラー（介護者）とは、家族などの身近な人に対して、無償で介護、看護、日常生活上の世話や援助をしている人のことです。また、本来大人がすると想定されているような家事や家族の世話などを日常的に行っている**こどもをヤングケアラー**といます。ケアラーは、自身の健康、ケアをしている相手との人間関係、ストレスや仕事、学校のことなどで悩みがあっても「家庭内のことだから・・・」と人には話せずに一人で抱え込んでいることも少なくありません。

誰にも相談できず、孤立しているケアラーがいるかもしれません

周囲の人は、ケアラーが抱えている悩みに気づき、心を配ることが大切です。

ケアラー・ヤングケアラーの相談窓口

	相談内容	相談窓口	電話番号
1	65歳以上の高齢者を介護	各地区の地域包括支援センター	※P2を参照
2	ケアラー相談窓口	福祉総務課総合相談支援室	04-2964-1111
3	身体上又は精神上の障害の方を介護・看護	障害者支援課	04-2964-1111
4	ヤングケアラー相談窓口	こども支援課こども家庭センター	04-2964-1111
5	こころの健康相談(眠れない、やる気がおきないなど)	健康福祉センター地域保健課	04-2966-5513

介護者家族会

ご家族を介護する方たちが集い、悩みや体験などを話し合える場です。認知症の人を介護する人のために、オレンジカフェ（認知症カフェ）（P22）もあります。

地図ページ(P31~46)
で場所が確認できます

家族会

	No.	名称	会場	開催日	問い合わせ先 (地域包括支援センター)	地図ページ
豊岡	1	男性だけの介護者サロン 「スカットにいるま」	朝日パリオ入間市	第3土曜日	豊岡東	32
東金子	2	介護者家族の会 「茶々まる」	東金子地区センター	奇数月の第1木曜日	東金子地区	35
宮・二	3	介護者家族サロン 「けあカフェ」	宮寺・二本木地区センター	第4土曜日 (9・3月)	宮寺・二本木地区	40
			宮寺・二本木地区センター 二本木分館	第4土曜日 (6・12月)	宮寺・二本木地区	39
藤沢	4	認知症介護者家族交流会 「ひとやすみ」	藤沢地区センター	第4木曜日	藤沢	42
	5	東藤沢介護者家族相談会	コープみらい武蔵藤沢店	第2水曜日	東藤沢	46
西武	6	西武地区介護者家族の会	図書館西武分館	第4金曜日	西武地区	44

介護サービスの利用者やそのご家族の皆さまへのお願い

介護職員に対して、大声で怒鳴る、威圧的な態度で文句を言う、理不尽な要求を繰り返す等の精神的暴力やものを投げつけるなどの身体的暴力、セクシュアルハラスメントは職員の心身に影響を及ぼすだけでなく、利用者ご自身のサービス提供にも支障をきたすことになりかねません。よりよいサービスの提供のために、介護職員が安心して働ける環境づくりにご理解とご協力をお願いします。

高齢者虐待の背景には、介護疲れ、老老介護、孤立、認知症、経済的問題などがあり、一人で抱え込むことで虐待が発生してしまうこともあります。虐待の多くは無自覚に行われています。高齢者虐待を防ぐためには、介護者の負担を減らすことが大切です。自分には「関係ない」と思わず、見守りの目で周囲に虐待につながる行為がないか確認してみましょう。あなたの通報で救われる人がいるかもしれません。

見守りの目で
高齢者虐待を防ごう！

身体的虐待

たたく、つねる、無理やり食べ物を口にさせる、ベッドに縛る、閉じ込める など

心理的虐待

怒鳴る、ののしる、無視する、恥をかかせる、子ども扱いして侮辱する など

介護放棄(ネグレクト)

世話をしない、水分を与えない、汚物を放置する、生活環境を整えない など

経済的虐待

お金を渡さない、使わせない、本人の財産を勝手に使う、売却する など

性的虐待

裸にして放置する、本人の望まない性的わいせつな行為などを強要する など

虐待かもと思ったら

24時間365日受付・対応

埼玉県虐待通報ダイヤル ☎ #7171へ

サービスの利用負担が高額になったとき

介護保険の利用者負担が高額になったとき

高額介護（介護予防）サービス費

介護保険と医療保険の利用者負担が高額になったとき

高額医療・高額介護合算制度

介護保険施設に入所（短期入所も含む）した場合

低所得の人は食費と居住費が減額されます

■ここでいう「低所得」とは

- 市町村民税世帯非課税者 かつ
- 配偶者（別居・内縁含む）も非課税者 かつ
- 預貯金等が規定金額以下 の場合

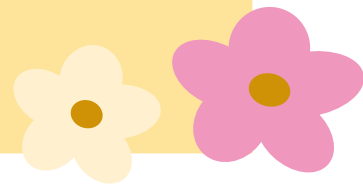
※申請により、対象者には「介護保険負担限度額認定証」が交付されます

※毎年申請が必要です



介護保険負担限度額認定証	
交付年月日	
番 号	
被 住 所	
保 険 種 別	フリガナ
氏 名	
香	
生 年 月 日	
適 用 年 月 日	
有 効 期 限	
食費の負担限度額	円
居住費又は滞在費の負担限度額	円
	ユニット型個室 円
	ユニット型個室的多床室 円
	従来型個室(特養等) 円
	従来型個室(老健・療養等) 円
	多床室 円
保険者番号並びに保険者名称及び印	1 1 2 2 5 0 埼玉県入間市豊岡一丁目16番1号 入 間 市

6 高年齢者の住まい



高年齢者は心身の状況にあわせて住むところが変わってきます。在宅で一人暮らしを続けたり、家族と同居したり、施設で暮らす方もいます。施設は、介護保険制度の施設サービスの公的施設や、介護付き有料老人ホーム等の民間施設があります。施設によりサービス内容や費用、立地条件など様々な違いがあります。ご自分に合った生活スタイルを続けるためには、まずどのような施設があるのかを知ってみましょう。

地図ページ (P31~46)
で場所が確認できます

施 入居施設



施設で暮らす

介護保険制度の施設

特別養護老人ホーム

要介護3以上

居宅での生活が困難で、常時介護が必要な方が入居し、生活支援や介護を受けられる施設です。原則として要介護3以上の方が入居できます。

	No.	名称	電話番号	所在地	地図ページ
豊岡	1	特別養護老人ホーム おおぎ (令和6年6月開所予定)	(未定)	東町4丁目(未定)	32
	2	特別養護老人ホーム 鍵山苑	04-2963-8877	鍵山3-11-2	33
東金子	3	特別養護老人ホーム 人間老人ホーム	04-2963-4801	小谷田1656-1	35
金子	4	特別養護老人ホーム 扇揚苑	04-2935-0123	中神853-1	38
宮・二	5	特別養護老人ホーム 人間つつじの園	04-2934-6800	宮寺2467	40
	6	特別養護老人ホーム 聖愛園	04-2934-2431	二本木1083-1	39
藤沢	7	特別養護老人ホーム 杏樹苑 (滔々館)	04-2966-7171	上藤沢851-1	41
	8	特別養護老人ホーム けやき野の森	04-2937-5400	下藤沢1140-1	42・32
西武	9	特別養護老人ホーム 杏樹苑爽風館	04-2931-1616	仏子1111-1	44

介護老人保健施設

要介護1以上

病院と在宅の中間施設で、リハビリテーションや介護を受けられる施設です。要介護1以上の方が一時的に入所できます。

	No.	名称	電話番号	所在地	地図ページ
東金子	10	介護老人保健施設 ケアセンター なごみ	04-2934-5077	小谷田1258-1	36
宮・二	11	介護老人保健施設 ゆりの木	04-2934-5055	宮寺3187-31	36
	12	介護老人保健施設 アヴニール	04-2934-6910	二本木1082-1	36
西武	13	医療法人泰一会 介護老人保健 施設 いるまの里	04-2933-1000	野田1630	43

認知症対応型共同生活介護（グループホーム）

要支援2以上

認知症の診断のある高齢者がスタッフの介護を受けながら、在宅に近い暮らしで共同生活をする施設です。要支援2、要介護1以上の方が入居できます。

	No.	名称	電話番号	所在地	地図ページ
豊岡	14	ヒューマンライフケア 入間グループホーム	04-2966-4175	宮前町9-2	33
東金子	15	グループホームあいの郷	04-2937-7181	小谷田269-1	35
	16	グループホームSAKURA	04-2963-4888	小谷田1656-1	35
	17	グループホーム 杜の家あい	04-2960-6276	森坂4-12	35
金子	18	扇揚苑グループホーム	04-2935-0122	中神853-1	38
宮・ニ	19	あおぞら宮寺	04-2941-3466	宮寺1721-1	39
藤沢	20	グループホーム なでしこ	04-2901-8500	下藤沢635-25	42・32
西武	21	グループホームほほえみ	04-2931-1515	新光115-1	43

軽費老人ホーム（ケアハウス）

おおむね自立

おおむね自立した60歳以上の方、もしくは夫婦のどちらか一方が60歳以上で、家庭環境や経済状況の理由により、比較的低い費用で利用できる施設です。費用は収入に応じて異なります。

	No.	名称	電話番号	所在地	地図ページ
豊岡	22	ケアハウスマナ	04-2964-2040	扇町屋3-5-30	31
	23	ケアハウスグランコート	04-2962-7770	高倉5-2-12	31

有料老人ホーム

安否確認や食事などの生活支援サービス（特定施設入居者生活介護）を受けながら生活できる民間施設です。入居条件は施設によって異なりますが、入居時自立可の施設もあります。

	No.	名称	電話番号	所在地	地図ページ
豊岡	24	ベストライフ武蔵藤沢	03-5908-2020	東町6-6-1	32
	25	入間東幸楽園	04-2962-4141	扇町屋1-5-7	31
	26	介護付き有料老人ホーム住まいる入間	04-2960-4535	扇台5-2-14	31
	27	リアンレーヴ入間中央	04-2966-1200	黒須2-5-11	34
	28	有料老人ホーム サニーライフ入間	04-2963-3600	高倉1-9-45	34
	29	イリーゼ入間	04-2960-6851	春日町1-10-26	33
	30	SOMPOケア ラヴィーレ入間	04-2964-6511	宮前町2-13	33
東金子	31	入間ジョイフルホームそよ風	04-2960-6700	小谷田1-12-22	36
	32	ピーパル入間	04-2936-9270	上小谷田1-1-2	36
宮・ニ	33	ホームステーションらいふ入間	04-2935-0530	宮寺2803-12	39
	34	ロイヤルレジデンス入間	04-2937-3101	狭山台2-2-17	39
藤沢	35	入間藤沢幸楽園	04-2901-8989	下藤沢3-25-1	46
	36	リアンレーヴ入間	04-2968-5764	下藤沢3-38-2	46
	37	イリーゼ武蔵藤沢	04-2963-9150	東藤沢3-9-13	42
西武	38	ベストライフ入間	04-2931-2777	仏子910-12	44



在宅で暮らす



公営住宅

●市営住宅

住宅にお困りの低所得者のために、低廉な家賃でお貸しすることを目的として建設された住宅です。6月と12月に定期募集を行います。

●県営住宅

埼玉県が住宅に困っている所得の少ない方々のために、国の補助を受け建設された住宅です。比較的安価な家賃額で入居できますが、いろいろな義務や制限が条例等で定められています。1月、4月、7月、10月の定期募集と、先着順の随時募集があります。

	名称	電話番号・住所
1	埼玉県住宅供給公社	049-227-6408 川越市的場2218-4 ベルアート301号室



市営も県営も問い合わせ先は同じです

あんしん賃貸住まいサポート店

「埼玉県あんしん賃貸住宅等登録制度」で登録された、高齢者世帯・障害者世帯・外国人世帯・子育て世帯・被災者世帯・失業者世帯・生活保護世帯・低所得者世帯などの住まい探しにご協力いただける不動産仲介業者です。

埼玉県住まい安心支援ネットワーク

048-829-2865

	入間市の登録店	電話番号	住所
1	旭建設株式会社	04-2963-3030	豊岡1-3-28
2	釜亀商事	04-2963-2053	上藤沢498-5
3	サイトウ不動産株式会社	04-2964-8588	東藤沢4-9-23

在宅生活を支える入間市独自の多様なサービス

高齢者支援課

- ひとり暮らし高齢者等緊急通報システム・・・緊急通報システム装置を貸与し、緊急時に通報することで、契約する警備会社がかけつけ救急活動の補助をします
- 寝具乾燥車派遣事業・・・自宅に寝具乾燥車を派遣します
- 救急情報キット・・・救急隊員等との会話が困難な場合に備え、必要な医療情報を書いて冷蔵庫に保管します。65歳以上の世帯など対象者には無料配布しています
- 配食サービス登録事業者・・・配食事業者をパンフレットで紹介しています



■コミュニティバス特別乗車券

・・・70歳以上の方に市内コミュニティバスが1回100円で乗車できる特別乗車券を発行しています

【登録配食業者一覧】

	業者名	連絡先
1	宅配クック ワン・ツー・スリー	04-2964-0225
2	武蔵野フーズ	0120-016-113
3	ワタミの宅食	0120-321-510
4	まごころ弁当	04-2969-0130
5	ライフデリ	0120-900-967
6	配食のふれ愛	04-2966-1036
7	まご亀弁当	070-1546-2272

7 フレイルを予防しよう

健康な状態と介護が必要な状態の間をフレイル（虚弱）といいます。高齢になると筋力低下や、定年退職や死別などの環境の変化に伴いフレイルになりやすくなります。そのままにしておくと日常生活に支障をきたすおそれがあります。いつまでもイキイキとした生活を送るためには、心身の生活機能低下を防ぐ「フレイル予防」が大切です。

フレイルの種類は大きく3つ

からだ

の不調からくる

身体的フレイル

筋力や骨、内臓機能の低下
低栄養、口腔機能の低下など

こころ

の不調からくる

精神・心理的フレイル

認知機能の低下、うつなど

社会とのつながり

が減ってしまう

社会的フレイル

外出機会の減少、閉じこもりなど

3つのフレイルが連鎖していくことで、老いは急速に進みます。老いは決して身体の問題だけではありません。

生活機能の低下を確認する

基本チェックリストをやってみよう

はい いいえ

10点以上 生活機能全般

バスや電車で、1人で外出していますか
日用品の買い物をしていますか
預貯金の出し入れをしていますか
友人の家を訪ねていますか
家族や友人の相談にのっていますか

3点以上 運動機能

階段を手すりや壁をつたわずに昇っていますか
椅子に座った状態から何もつかまらずに立ち上がっていますか
15分くらい続けて歩いていますか
この1年間に転んだことがありますか
転倒に対する不安は大きいですか

2点 栄養

6か月間で2kgから3kg以上の体重減少がありましたか
BMIが18.5未満ですか BMI=体重(kg)÷身長(m)÷身長(m)

2点以上 口腔機能

半年前に比べて固いものが食べにくくなりましたか
お茶や汁物等でむせることがありますか
口の渇きが気になりますか

1点以上 閉じこもり

週に1回以上は外出していますか
昨年と比べて外出の回数が減っていますか

1点以上 認知機能

周りの人から「いつも同じ事を聞く」などの物忘れがあるとされますか
自分で電話番号を調べて電話をかけることをしていますか
今日が何月何日かわからないことがありますか

2点以上 うつ

(ここ2週間で)毎日の生活に充実感がない
(ここ2週間で)これまで楽しんでやれていたことが楽しめなくなった
(ここ2週間で)以前は楽にできていたことが今はおっくうに感じられる
(ここ2週間で)自分が役に立つ人間だと思えない
(ここ2週間で)わけもなく疲れたような感じがする

フレイル予防

運動

運動習慣をつけましょう

- 有酸素運動をとりいれましょう
- 足腰の維持に「筋トレ」を
- 体重や歩数を記録してみましょう
- 動ける身体でいるために、なんでもチャレンジしてみましょう



耳



聞こえの虚弱(ヒアリングフレイル)を放置すると心身の活力の衰えが進み、認知症やうつ状態となるリスクが高まります。

- 早期発見のために日頃から聞こえを意識しましょう
- 定期的に聞こえのチェックを
- 聞こえが悪いと感じたら早めに受診しましょう

食事



- 肉、魚、大豆製品などのたんぱく質をしっかりととりましょう
- よく噛んでしっかり食べて栄養をとりましょう

歯

「お口のケア」は、噛む力やのみこむ力の維持のためにも大切です。

- 歯磨きや義歯の手入れをしましょう
- 口腔体操や唾液腺マッサージをしてみましょう

社会参加

趣味は1人より複数人でやることで認知症予防効果アップ!

- 1日1回は外出しましょう
- 地域の活動や趣味の活動をしましょう
- おしゃべりを楽しみましょう
- 家庭での役割をもちましょう



※地域やご近所さんとの交流は、災害時の助けにもなります

また、誰かに相談できることは詐欺等の犯罪防止の効果もあります

でかけてみよう！
と思ったら…

ご利用ください



ケアプロ・navi

入間市医療・介護・地域情報検索システム ケアプロ・navi

市内の高齢者向けの通いの場やサロン等の情報を集約したシステムです。また、介護事業所・医療機関等の情報も検索できるようになっており、入間市内の通いの場情報を常に最新でご覧いただけるようになっています。

入間市ケアプロ navi

検索

地域デビューや地域づくりは 生活支援コーディネーターに

にご相談ください



生活支援コーディネーター(SC)は、入間市社会福祉協議会と各地域包括支援センターにおいて、高齢者が地域で自分らしく暮らせるための地域づくりのお手伝いをしています。地域の「あったらいいな!」を地域と一緒に考える存在です。



ボランティア・ささえあいの活動

見守りボランティア事業

高齡者支援課

登録した見守り協力員が、支援を必要とする高齡者宅を訪問して、見守りやゴミ出しの支援を行う事業です。見守り協力員は、ボランティア活動としてポイントを得ることができ、ポイント数に応じて景品と交換できます。利用希望者と見守り協力員は随時募集しています。

ちょっとした
困りごとのお手伝い
してみませんか



ボランティアセンター

人間市社会福祉協議会 04-2964-0486

ボランティアをしたい、受けたい時など、ボランティアに関する相談を受ける機関です。

地域のささえあい活動

地域住民による、手助けをしたい方と手助けを希望する方の活動です。日常のちょっとした手助けを行ったり、頼んだりできます。

	No.	名称	連絡先	受付時間	受付場所
豊岡	1	豊岡第二地区元気にする会	070-5014-1420	月・木10:00~15:00	東町地区センター
	2	豊一助け合い	070-4449-5013	火10:00~12:00 金10:00~12:00	扇町屋地区センター 扇町屋地区センター久保稻荷分館
東金子	3	ささえあい人間台	04-2936-1940	随時	代表宅
金子	4	ささえあい金子	080-1546-6501	水13:00~15:00	金子地区センター
藤沢	5	グリーンヒルお助け隊	04-2964-3450	平日9:00~17:00 休日9:00~16:00	西武狭山グリーンヒル管理組合事務所
	6	ささええるプルミエール	090-1105-7272 090-2531-3239	10:00~15:00	ライフヒルズ武蔵藤沢 プルミエール内集会室
	7	ふじさわサポート	070-4135-9994	火13:30~15:30	藤沢地区センター
西武	8	ささえあい西武 「おげんきかい」	080-9368-2233 090-1269-2233	月・金13:00~15:00	西武地区センター
	9	プランヴェール人間武蔵野 自治会「おたすけ会」	080-9393-3479	月・水・金 13:00~15:00	プランヴェール人間武蔵野自治会

働きたい

シルバー人材センター 04-2934-5350

地域社会のために、自分の知識・経験を生かして臨時的に働きたいという60歳以上の高齡者を会員とし、適した仕事があれば雇用関係のない月10日程度の仕事を紹介しています。

ふるさとハローワーク 人間市役所1階 04-2962-8609

就職に関する相談と職業紹介を行っています。シニア向けの資格取得や講習会の情報などもあります。

行ってみよう

やまゆり荘 休館日：月・祝・年末年始 04-2934-5315

高齡者がつどい、レクリエーションなどを通じて仲間づくりをし、健康で明るい生活を楽しんでいただくための施設です。健康推進クラブの事務局でもあります。