

日常生活圏域図 3

相談窓口

高齢者相談センター 4
区役所・各総合支所等 5~9
港区在宅療養相談センター 9
港区在宅療養ガイドブック (コラム) 9
みなと在宅療養サポート入院 (港区在宅療養後方支援病床) 9
権利擁護センター「サポートみなと」 9
ご遺族支援コーナーのご案内 10
デジタル活用支援員相談窓口
(高齢者デジタルデバインド解消事業) 10
ふれあい相談員 11
民生委員・児童委員 11
がん在宅緩和ケア支援センター (ういケアみなと) 11
消費者センター 12
社会福祉協議会 12
シルバー人材センター 12
介護保険サービスに関する苦情・相談 13
その他の相談窓口 14

介護保険サービスのご案内

介護保険のしくみ

みんなで支えあう制度です 16
介護保険に加入する人 17
介護保険被保険者証・住所地特例 18

サービスの利用のしかた

介護保険サービスの申請から利用までの流れ 19~21
要介護・要支援認定の更新手続きが必要 22
ケアプランの作成と介護保険サービスの利用開始について
要支援1・2または非該当と認定された人 24~25
要介護1~5と認定された人 26~27

利用者負担について

利用者負担割合の判定の流れ 28
介護保険負担割合証 29
利用者負担割合の再判定 29
居宅サービスの費用 30
高額介護 (介護予防) サービス費 32
高額医療合算介護 (介護予防) サービス費 33
施設を利用した場合の食費・居住費の軽減について 34
(介護保険負担限度額認定)

社会福祉法人等による生計困難者等に対する
介護保険サービスに係る利用者負担額軽減制度 35
利用者負担額の減額・免除制度 35
ホームヘルプサービス等の利用者負担金の助成 36
利用者負担額の助成 36

サービスの種類

■居宅サービス
訪問介護 (ホームヘルプサービス) 37
訪問入浴介護 38
訪問看護 38
訪問リハビリテーション 38
居宅療養管理指導 38
通所介護 (デイサービス) 40
通所リハビリテーション (デイケア) 40
短期入所生活介護/短期入所療養介護 (ショートステイ) 41
特定施設入居者生活介護 (有料老人ホーム等) 41
福祉用具貸与 42
特定福祉用具購入 43
住宅改修 44
■地域密着型サービス
定期巡回・随時対応型訪問介護看護 45
夜間対応型訪問介護 45
地域密着型通所介護 45
認知症対応型通所介護 (認知症デイサービス) 46
小規模多機能型居宅介護 46
認知症対応型共同生活介護 (グループホーム) 46
看護小規模多機能型居宅介護 47
地域密着型特定施設入居者生活介護 47
地域密着型介護老人福祉施設入所者生活介護 47
■施設サービス
介護老人福祉施設 (特別養護老人ホーム) 48
介護老人保健施設 (老人保健施設) 48
介護医療院 48
施設サービスの費用 49
介護現場におけるハラスメントについて 49

保険料の決め方と納め方

65歳以上の人 (第1号被保険者) の
介護保険料の決め方 50~51
65歳以上の人 (第1号被保険者) の
介護保険料の納め方 52
国民健康保険に加入している40歳から
64歳の人 (第2号被保険者) の保険料 53
介護保険料を納めないでいると 54
介護保険料の減免・軽減について 55
税金の控除 57

介護予防のために

介護予防・日常生活支援総合事業
利用の流れ 58
サービス・活動事業
訪問型サービス 59
通所型サービス 60
一般介護予防事業
みんなの教室・みんなでトレーニング 61

高齢者サービスのご案内

社会参加・いきがづくり・しごと

1 社会参加・いきがづくり
いきいきプラザ・芝浦アイランド児童高齢者
交流プラザ (あいづら) 62
港区高齢者地域活動情報サイト「スタみな!」 62
介護予防リーダー・サポーター養成講座 63
介護予防コネクター養成講座 63
健康長寿アプリ「チャレンジみなと」 63
生活支援コーディネーター (コラム) 63
老人クラブ 64
生涯学習施設 64
港区語り部の会 64
さくらだ学校 64
チャレンジコミュニティ大学 65
ボランティア活動 65
地区ボランティアコーナー (コラム) 65
●利用料金の割引・免除
東京都シルバーパス 66
シルバーパス購入費助成 66
港区コミュニティバス (ちいばす)・
台場シャトルバス (お台場レインボーバス) 66
無料入浴券の給付 66
施設利用料金の免除 67
区民保養施設利用料金の減額 67
寿商品券等の贈呈 68
100歳訪問 68
長寿を祝う集い 68
高齢者スマートフォン購入費助成事業 68

しごと

就業相談・支援 69
港区生活・就労支援センター 69

健康づくり

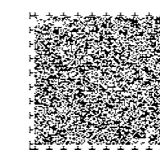
1 健康管理
特定健康診査・特定保健指導 70
基本健康診査 71
無料健康相談 71
がん検診 72
肝炎ウイルス検診 73

骨粗しょう症検診 73
『お口の健診』 73
高齢者聴力検査 74
高齢者インフルエンザ予防接種 74
带状疱疹ワクチン予防接種 75
高齢者肺炎球菌予防接種 75
高齢者新型コロナウイルス感染症予防接種 75
結核健診 (胸部エックス線撮影) 76
HIV・性感染症検査・相談 76

2 健康づくり
健康相談・禁煙相談 77
健康講座 77
はり・マッサージサービス 77
健康増進センター (ヘルシーナ) 78
健康度測定 78

高齢者福祉・介護サービス

1 介護保険 79
2 介護予防 79
介護予防総合センター (ラクっちゃん) 79
みんなといきいき体操 79
3 介護のための支援
紙おむつの給付 80
おむつ代の助成 80
理美容サービス 80
寝具乾燥等消毒 80
通院支援サービス (病院内介助) 81
福祉キャブの運行 (昇降装置付きタクシー) 81
緊急移送サービス 81
緊急医療短期入所 82
緊急一時保護 82
港区版宿泊デイサービス 82
介護家族の会 83
介護マークの普及 83
税金の控除 83
4 認知症についての支援
認知症予防事業 84
認知機能測定事業 84
認知症初期集中支援事業 84
認知症支援コーディネーター (コラム) 84
みんなとオレンジカフェ 85
認知症高齢者等おかえりサポート事業 85
認知症GPS見守り支援事業 85
認知症高齢者介護家族支援 86
認知症のある高齢者等の相談 86



5 地域で安心して住み続けられる支援

日常生活用具の給付 87

家事援助サービス 87

緊急一時介護人派遣 88

救急通報システム 88

訪問電話 88

配食サービス 89

エアコン購入費助成 89

高齢者熱中症対策見守り推進事業 89

補聴器購入費助成 90

難聴(聞こえにくさ)をほうっておくと...(コラム) 90

ごみの戸別訪問収集・粗大ごみの運び出し収集 91

家具転倒防止器具等取付支援 91

防災用品のあっせん 92

自動通話録音機の無料貸出 92

救急情報の活用支援(救急医療情報キット) 92

高次脳機能障害者機能訓練 92

成年後見制度(コラム) 93

権利擁護センター

「サポートみなと」の事業 94~95

エンディングプラン登録事業 96

おむすびサービス

(住民参加型の有償在宅福祉サービス) 96

孫の手サービス 97

車いすの貸出 98

みんなと地域の福祉活動(小地域福祉活動) 99

生活福祉資金貸付事業 99

高齢者向け住まい

1 住まい

区立高齢者集合住宅 101

特定公共賃貸住宅(高齢型住戸) 101

都営住宅(シルバーピア) 102

グループリビング(高齢者見守りつき住宅) 102

サービス付き高齢者向け住宅 102

民間賃貸住宅入居支援 103

家主あんしんサポート保険

(高齢者に部屋を貸している家主向け) 103

自立支援住宅改修給付 104

昇降機設置費助成 105

共同住宅バリアフリー化支援 105

2 老人ホーム

特別養護老人ホーム 106

養護老人ホーム 106

ケアハウス 106

認知症高齢者グループホーム 107

老人保健施設 107

人生会議~ACP

(アドバンス・ケア・プランニング)~(コラム) 107

医療制度等・国民年金

1 医療が必要になった時

後期高齢者医療制度(長寿医療制度) 108

国民健康保険制度 108

2 国民年金

老齢基礎年金 109

高齢者福祉施設等一覧

特別養護老人ホーム 110

高齢者在宅サービスセンター 110

小規模多機能型居宅介護施設 111

看護小規模多機能型居宅介護施設 111

ケアハウス 111

老人保健施設 111

認知症高齢者グループホーム 111

グループリビング(高齢者見守りつき住宅) 112

サービス付き高齢者向け住宅 112

いきいきプラザ 112

芝浦アイランド児童高齢者交流プラザ

(あいぷら) 112

介護予防総合センター(ラクっちゃ) 113

医療機関・介護事業者検索システム 113

パンフレット一覧

高齢者サービス等に関するパンフレット一覧 115

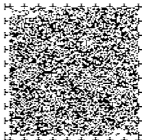
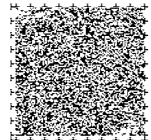
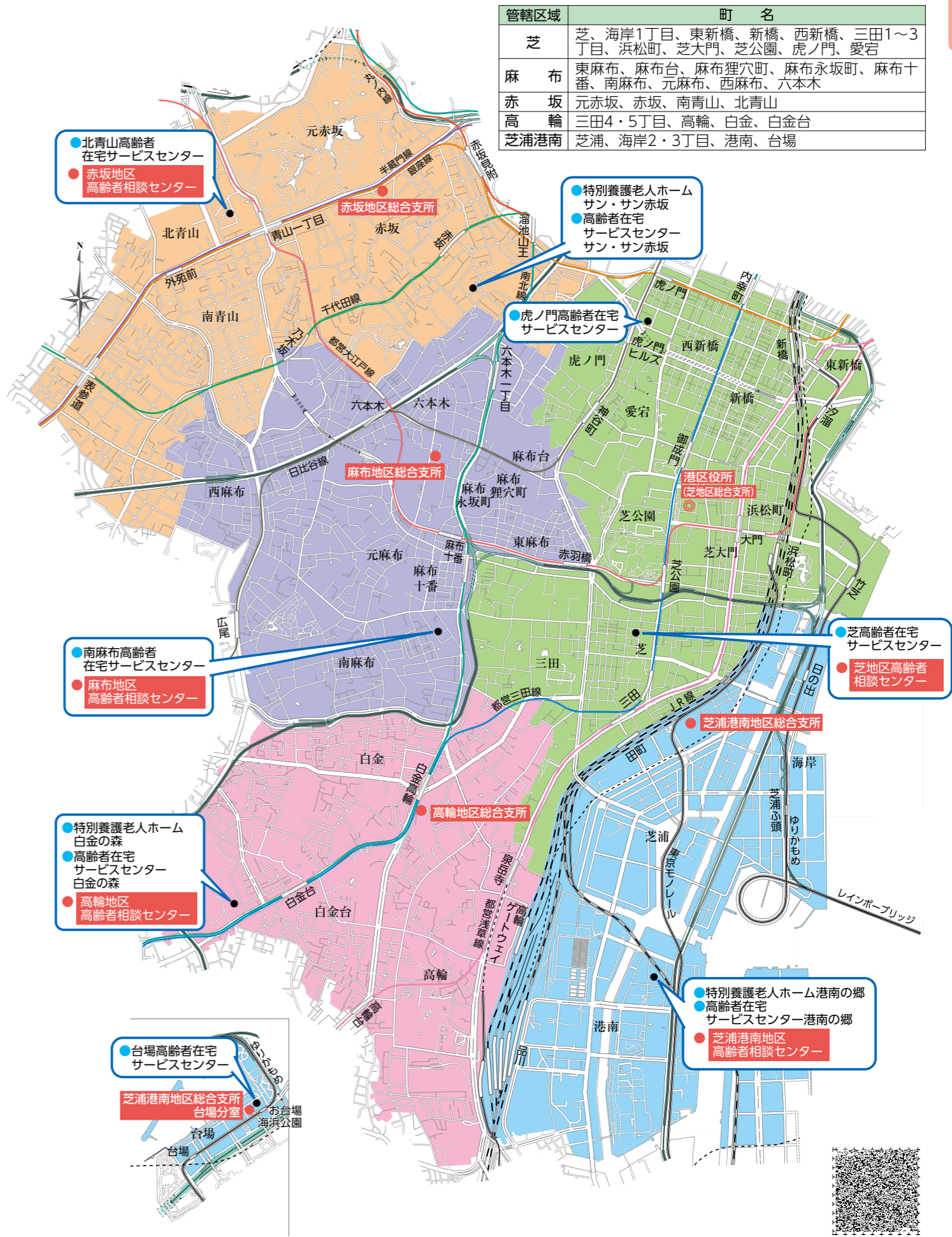
さくいん

..... 116~118

いろいろなお問合せ

..... 裏表紙

1 日常生活圏域図



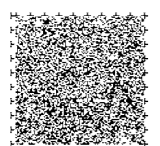
① 社会参加・いきがづくり

● いきいきプラザ・芝浦アイランド児童高齢者交流プラザ(あいぷら)

内容	<p>高齢者のいきがづくりを支援するとともに、区民の相互交流、自主的活動、健康づくり等を促進するため、地域にいきいきプラザ、芝浦アイランド児童高齢者交流プラザ(あいぷら)を設置しています。(112ページ参照)</p> <p>① 敬老室・お風呂(神応いきいきプラザは浴室なし)の利用(児童高齢者交流プラザを除く) ② 各種教室・各種事業 ③ さわやか体育祭 ④ ほのぼの作品展 ⑤ 港区いきいきプラザスポーツウエルネス吹矢教室交流大会</p> <p>※1 台場高齢者在宅サービスセンターには、お風呂の利用、各種教室を行っているふれあい団らん室があります。詳しくは、同センターへお問い合わせください。(110ページ参照) ※2 白金いきいきプラザは、大規模改修工事に伴い、令和8年6月まで利用を一部制限しています。詳しくは、施設にお問い合わせください。 ※3 青山いきいきプラザは、令和8年9月から令和9年9月まで大規模改修工事の予定です。詳しくは、施設にお問い合わせください。</p>
対象者	原則、60歳以上の区民
時間	<p>〈開館時間〉</p> <p>【いきいきプラザ】</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 月～土曜：午前9時～午後9時30分 ● 日曜：午前9時～午後5時 <p>※休館日：年末年始(12月29日～1月3日)</p> <p>【芝浦アイランド児童高齢者交流プラザ】</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 月～日曜 午前9時30分～午後8時 ● 祝日および12月29日、30日 午前9時30分～午後6時15分 <p>※休館日：年末年始(12月31日～1月3日)</p>
利用者負担	原則、無料 ※各種教室等は費用がかかる場合があります。詳しくは、各施設にお問い合わせください。
問合せ	各総合支所 管理課 施設運営担当(6～8ページ参照) 各いきいきプラザ、芝浦アイランド児童高齢者交流プラザ(あいぷら)(112ページ参照)
パンフレット等配布窓口	「港区立いきいきプラザ等施設案内」(115ページ参照)

● 港区高齢者地域活動情報サイト「スタみな!」

内容	<p>趣味や交流の場など、高齢者が参加できる地域活動の情報を検索できるサイトです。講座・教室や地域住民が中心となって活動するサロン、ボランティア活動などを掲載しています。</p> <p>【サイトへのアクセス】 https://chiiki-kaigo.casio.jp/minato 【二次元コードからのアクセス】</p>
対象者	どなたでも
活動情報掲載方法	<p>地域活動情報をサイトに掲載したい場合は、港区生活支援コーディネーターにご相談ください。</p> <p>※掲載には、一定の条件があります。</p>
問合せ	<p>港区社会福祉協議会 地域福祉係(港区生活支援コーディネーター) TEL6230-0281 高齢者支援課 在宅支援係 TEL3578-2400～2406</p>



● 介護予防リーダー・サポーター養成講座

内容	<p>介護予防に興味を持ち、介護予防の啓発や地域での介護予防活動に取り組みたいと考えている人を対象に、介護予防に必要な知識を学ぶ養成講座を実施しています。</p> <p>【介護予防リーダーとは】 地域において介護予防のための事業等への協力や介護予防に関する意識の啓発を行います。また、自主活動グループ等を通し、地域において介護予防に関する活動を主体的かつ積極的に担うボランティアです。</p> <p>【介護予防サポーターとは】 区や関係機関が実施する介護予防の行事等の補助をするボランティアです。</p>		
対象者	20歳以上の区民	場所	介護予防総合センター(ラクっチャ) (79、113ページ参照) 他
利用者負担	無料	申込み	介護予防総合センター(ラクっチャ) TEL3456-4157
問合せ	高齢者支援課 介護予防推進係 TEL3578-2930		

● 介護予防コネクター養成講座

内容	<p>介護予防に興味を持ち、身近な人のために役に立ちたいと思っている人を対象に、介護予防に必要な知識を学ぶ養成講座を実施しています。</p> <p>【介護予防コネクターとは】 健康に興味がある人で、元気で長生きするための情報を学び、身近な人に積極的に伝えるボランティアです。</p>		
対象者	高校生以上の区民	場所	介護予防総合センター(ラクっチャ)
利用者負担	無料	申込み	介護予防総合センター(ラクっチャ) TEL3456-4157
問合せ	高齢者支援課 介護予防推進係 TEL3578-2930		

● 健康長寿アプリ「チャレンジみなと」

内容	<p>気軽に楽しみながら介護予防に取り組んでもらうため、スマートフォンアプリ「みんなチャレ」(*)を活用した60歳以上の区民専用アプリです。アプリ内でチームを組み、チームメンバーで日々の歩数を報告しあうことで、アプリ内で使用可能なコインがたまり壁紙やスタンプに交換ができます。また、アプリ内の寄付プロジェクトにコインを寄付することで、社会貢献もできます。血圧、体重などのデータも入力可能になりました。健康状態の「見える化」をしましょう。</p> <p>(*) みんなチャレとは…エーテラボ株式会社が提供する習慣化アプリ</p>		
対象者	スマートフォンをお持ちの60歳以上の区民		
利用者負担	無料(通信費等は自己負担となります。)		
申込み・問合せ	高齢者支援課 介護予防推進係 TEL3578-2930		

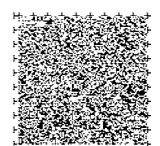


コラム 生活支援コーディネーター

生活支援コーディネーターは、地域の皆さんや関係機関と一緒に、高齢者の支え合い活動を広げ、地域のネットワークの構築に取り組んでいます。毎日、地域の様々な活動に出向き、皆さんからのお話を伺いながら、団体や専門職、地域活動者などをつなぎます。

● 暮らしに役立つ地域の情報 ● 地域で行われている活動の情報 ● 生活する中で「困った」と感じることにについてご相談ください。



問合せ 高齢者支援課 在宅支援係 TEL3578-2400
港区社会福祉協議会地域福祉係(生活支援コーディネーター) TEL6230-0281



●老人クラブ

内容	地域の高齢者で構成され、いきいきとした高齢社会の実現に資することを目的とする団体です。健康を増進する活動、いきがいを高める活動、さらに社会奉仕活動やその他の社会活動などを行っています。区では、活動費の一部を助成しています。		
対象者	おおむね60歳以上の人	利用者負担	老人クラブごとに会則や会費が定められています。
問合せ	各総合支所 協働推進課 協働推進係 (6~8ページ参照) 保健福祉課 地域福祉支援係 TEL3578-2378		

●生涯学習施設

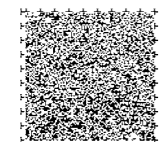
内容	【生涯学習センター(ばるーん) / 青山生涯学習館】 区民の生涯にわたる学習活動を総合的に支援し、生涯学習社会を実現していくため、設置した施設です。 ①生涯学習情報の提供・収集 ②団体相談 ③講座などのイベント ④図書室(青山生涯学習館のみ)		
			
	生涯学習センター(ばるーん)	青山生涯学習館	
時間	【生涯学習センター(ばるーん)】 ●月～土曜：午前9時～午後9時30分 ●日曜：午前9時～午後5時 ※休館日：年末年始、臨時休館日 【青山生涯学習館】 ●月～金曜：午前9時～午後9時30分 ●土曜：午前9時～午後5時 ※休館日：日曜、祝日、年末年始、臨時休館日		
問合せ	生涯学習センター(ばるーん) TEL3431-1606 港区新橋3-16-3 青山生涯学習館 TEL3470-4584 港区南青山4-19-7		

●港区語り部の会

内容	港区の歴史、戦争の体験を語り継ぐため、毎月2回学習会を開催しています。また、小学校等への出前授業、広報紙を通じて、区民等に地域文化を伝えていきます。		
対象者	どなたでも	時間	毎月第2・4水曜(7月・8月を除く) 午後2時～午後4時
場所	生涯学習センター(ばるーん)		
申込み・問合せ	生涯学習センター(ばるーん) TEL3431-1606 港区新橋3-16-3		

●さくらだ学校

内容	生涯を通じていきいきと暮らし続けられる社会を実現するため、高齢者等が講座を企画、立案及び運営し、仲間づくりや自らの意思で学べる機会を提供します。また、その講座を実際に企画・運営する委員も募集します。		
対象者	区内在住・在勤・在学の60歳以上の人		
利用者負担	原則、無料		
申込み	詳しくは、港区コミュニティ情報誌『キスポート』およびKissポート財団ホームページをご覧ください。		
問合せ	生涯学習センター(ばるーん) TEL3431-1606 港区新橋3-16-3		



●チャレンジコミュニティ大学

内容	高齢者や今後高齢を迎える世代を対象に、いままで培ってきた知識・経験を地域で生かし、地域の活性化や地域コミュニティの育成の原動力として積極的に活躍していただく、地域活動のリーダーを育成するために開設しています。学習を通じて、個々の能力を再開発することや、地域活動によりいきがいのある豊かな人生を創造することにもつながります。
対象者	60歳以上の人または民生委員・児童委員
利用者負担	受講料 20,000円(年間自己負担額)
問合せ	チャレンジコミュニティ大学事務局 TEL5421-5247(明治学院大学内) 高輪地区総合支所 協働推進課 地区政策担当 TEL5421-7123

●ボランティア活動

内容	ボランティア活動に関する相談、活動の紹介、情報提供を行います。入門講座等の各種ボランティア講座も開催しています。ボランティア活動には、施設での話し相手やお茶出し、行事などのお手伝い、楽器演奏や歌などの趣味、特技を生かした活動のほか、自宅でできる使用済み切手の収集・整理などの活動もあります。
対象者	どなたでも
問合せ	港区社会福祉協議会 ボランティア・地域活動支援係(みなとボランティアセンター) TEL6230-0284
パンフレット等配布窓口	「活動する港社協」(115ページ参照)

コラム 地区ボランティアコーナー


ボランティア活動や地域福祉活動の「活動の場」「交流の場」「情報の場」センターの運営としてご利用ください。また、職員が在室している日がありますので、ボランティア保険の受付や活動の相談等ができます。

利用できる人
ボランティア・地域福祉活動を行う団体。

利用する方法
事前登録が必要です。詳細は港社協や各地区ボランティアコーナーでご相談ください。利用料はかかりません。

利用できる場所
(※の日時は、職員がお待ちしています。)


- 芝地区ボランティアコーナー
旧三田図書館2階(港区芝5-28-4)
※毎週木曜 午後2時～4時



- 麻布地区ボランティアコーナー
西麻布いきいきプラザ等複合施設5階(西麻布2-13-3)
※毎週月曜 午前9時30分～11時30分
- 赤坂・青山地区ボランティアコーナー
青山いきいきプラザ1階(南青山2-16-5)
R8.9月移転予定 青山区民協働スペース(南青山2-6-3 青山ふれ愛テラス1階)
※毎週火曜 午後2時～午後4時
- 高輪地区ボランティアコーナー
精神障害者支援センター
あいはーと・みなと2階(高輪1-4-8)
※毎週金曜 午前9時30分～11時30分
- 芝浦港南地区ボランティアコーナー
みなとパーク芝浦1階(芝浦1-16-1)
※毎週月・水・金曜 午後1時～4時

災害ボランティアセンターの運営

災害時は、本会が災害ボランティアセンターを立ち上げます。被災者が必要としていることとボランティアの調整をして、派遣等を行います。



港区社会福祉協議会 ボランティア・地域活動支援係(みなとボランティアセンター) TEL6230-0284

利用料金の割引・免除

●東京都シルバーパス

内容	有効期間中、都営交通機関（都営地下鉄、都バス、都電、日暮里・舎人ライナー）と都内を走る民営バスに何回でも乗車できます。 新たに70歳になる人は、誕生月の初日（1日が誕生日の人は前月の初日）から申し込むことができます。（誕生月の初日が日曜・祝日等、窓口の休業日にあたる場合を除きます。）有効期間は、購入日から毎年9月30日までです。
対象者	都内に住民登録している70歳以上の人
利用者負担	①住民税非課税の人または令和7年の合計所得金額が135万円以下の人……1,000円 ②住民税課税の人……12,000円 ※令和8年度の住民税等の賦課決定が行われるまでの期間（4月～6月頃）は、令和7年度の手続きを代用できます。
申込み・問合せ	一般社団法人 東京バス協会 TEL5308-6950

●シルバーパス購入費助成

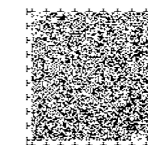
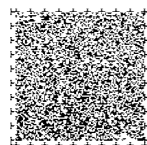
内容	高齢者の外出を促進し、健康寿命の延伸や生活の質の向上につなげるため、東京都シルバーパス購入費の一部を助成します。
対象者	次の①～③すべてに当てはまる人 ①満70歳以上の区民 ②東京都シルバーパス（有効期限が令和8年10月1日～令和9年9月30日）を12,000円で購入した人 ③令和8年度住民税が課税で前年の合計所得金額が135万円超の人
申込み	助成申請は、令和8年10月から受付予定です。申し込み方法等詳細は、9月中旬までに広報みなと・区ホームページ等でお知らせします。
問合せ	高齢者支援課 在宅支援係 TEL3578-2400～2406

●港区コミュニティバス（ちいばす）・台場シャトルバス（お台場レインボーバス）

内容	有効期間中、区内を走るコミュニティバス、台場シャトルバスに何回でも乗車できます。 有効期間は、乗車券の発行を受けた日から次に到来する9月30日までです。 現在、乗車券をお持ちの人には、新しい有効期間の乗車券を9月中旬頃までに自宅にお送りしますので、更新手続きは不要です。（乗車券の受給をやめる場合は、以下の問合せ先へご連絡ください。有効期間内に不要になった乗車券は、各総合支所へご返却ください。）		
対象者	70歳以上の人	利用者負担	無料
申込み・問合せ	各総合支所 区民課 保健福祉係（6～8ページ参照）※台場分室でも申請できます。		

●無料入浴券の給付

内容	区内および一部近隣区の公衆浴場で利用できる「入浴券」を年間最大で52枚給付します。申請月により、給付枚数が変わります。 現在、無料入浴券をお持ちの人には、翌年度の無料入浴券（52枚）を3月中旬頃までに自宅にお送りしますので、更新手続きは不要です。（無料入浴券の受給をやめる場合は、以下の問合せ先へご連絡ください。有効期間内に不要になった無料入浴券は、各総合支所へご返却ください。）		
対象者	70歳以上の人	利用者負担	無料
申込み・問合せ	各総合支所 区民課 保健福祉係（6～8ページ参照）※台場分室でも申請できます。		



●施設利用料金の免除

内容	申込み・問合せ先
●神明いきいきプラザ（トレーニングルーム、トレーニングスペース） 港区浜松町1-6-7	TEL3436-2500
●虎ノ門いきいきプラザ（トレーニングルーム） 港区虎ノ門1-21-10	TEL3539-2941
●青山いきいきプラザ（体育館） 港区南青山2-16-5	TEL3403-2011
●港南いきいきプラザ（アクアールーム、トレーニングルーム、浴室） 港区港南4-2-1	TEL3450-9915
●港区スポーツセンター 港区芝浦1-16-1 みなとパーク芝浦3～8階	TEL3452-4151
●氷川武道場（定期練習会のみ） 港区赤坂6-6-14	TEL5561-7829
●芝公園多目的運動場（アクアフィールド芝公園）（夏季プール期間のみ） 港区芝公園2-7-2	TEL5733-0575
●芝浦小学校（屋内プール） 港区芝浦4-8-18 ●芝浜小学校（屋内プール） 港区芝浦1-16-31 ●港南小学校（屋内プール） 港区港南4-3-28 ●本村小学校（屋内プール） 港区南麻布3-9-33 ●御成門学園御成門中学校（屋内プール） 港区西新橋3-25-30 ●高陵中学校（屋内プール） 港区西麻布4-14-8 ●赤坂学園赤坂中学校（屋内プール） 港区赤坂9-2-3 ●お台場学園港陽中学校（屋内プール） 港区台場1-1-5	生涯学習 スポーツ振興課 スポーツ振興係 TEL3578-2751
●健康増進センター（ヘルシーナ）（第2トレーニングルーム） 港区赤坂4-18-13 赤坂コミュニティぷらざ6階	TEL5413-2717 FAX5413-2718
対象者	65歳以上の区内在住者
利用者負担	無料

●区民保養施設利用料金の減額

内容	4月1日から翌年3月31日までの間に、通年保養施設の箱根「大平台みなと荘」・熱川「熱川プリンスホテル」を利用する際、本人確認書類（マイナンバーカード、国民健康保険資格確認書、運転免許証等）または各種手帳等（下記②参照）をチェックイン時にご提示いただくと、それぞれの施設で年度内2泊まで、利用料金が減額になります。 3泊以上利用する場合は、3泊目から一般料金となります。
対象者	①65歳以上の人（年度内に65歳を迎える人を含む） ②下記の手帳等をお持ちの人 身体障害者手帳、愛の手帳、精神障害者保健福祉手帳、被爆者健康手帳、戦傷病者手帳、特定医療費（指定難病）受給者証、都医療券（特殊医療（人工透析を必要とする腎不全、先天性血液凝固因子欠乏症等）およびB型・C型肝炎治療医療費助成受給者証は除く）、障害者総合支援法の対象となる難病による障害支援区分認定通知書 ※上記の①の人は、土曜日、祝日の前日、年末年始（12月29日～翌年1月3日）のご利用は、減額対象外となります。
申込み	JTBみなと予約センター TEL5434-7644 午前10時～午後6時30分（土曜・日曜、祝日、年末年始を除く）
問合せ	みなとコール TEL5472-3710 年中無休 午前8時～午後8時

●寿商品券等の贈呈

内容	高齢者に敬意を表し、長寿と健康をお祝いするため、寿商品券として「みなトクPAY紙商品券(港区区内共通商品券)」または記念品と花束をお贈りします。 ※寿商品券は、港区商店街振興組合連合会が発行している港区区内共通商品券です。商品券が使用可能な店舗や医療機関については、寿商品券贈呈時、同封されている港区商店街振興組合連合会発行の「みなトクPAY紙商品券取扱店・医療機関一覧」をご参照ください。
対象者	9月15日現在、77歳(喜寿)、80歳(傘寿)、88歳(米寿)、90歳(卒寿)、99歳(白寿)の人には寿商品券、100歳以上の人には記念品と花束をお贈りします。
問合せ	各総合支所 区民課 保健福祉係(6~8ページ参照) 高齢者支援課 高齢者福祉係 TEL3578-2394

●100歳訪問

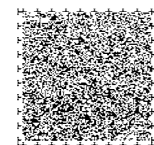
内容	満100歳の区民の人(3人程度)を区長が訪問し、記念品と花束をお贈りします。
対象者	9月15日現在、満100歳の人
問合せ	高齢者支援課 高齢者福祉係 TEL3578-2394

●長寿を祝う集い

内容	区内の会場に対象の高齢者を招待し、長寿と健康をお祝いします。 当日は、式典のほか芸能人、老人クラブ会員による演芸を行います。
対象者	9月15日現在、77歳以上の人
利用者負担	無料
問合せ	高齢者支援課 高齢者福祉係 TEL3578-2391~2397

●高齢者スマートフォン購入費助成事業~高齢者のスマホデビューを応援します!~

内容	高齢者がスマホを活用して、必要な情報の入手や手続きが行えるよう、スマホを所有していない等の高齢者に対して、購入費用等を助成します。
対象者	以下の全ての条件を満たす人 ●年度末時点で満65歳以上の区民 ●実施期間中に、指定店舗で、自ら使用する目的で初めてスマホを購入し、通信契約を行った人(ガラケーやNFC認証機能のない機種や、古いOS*のスマホからの機種変更契約を行う人を含む) ●購入から助成金の申請までを購入日当日中(原則)に実施した人 ●指定店舗が実施するスマホ教室等で操作講習を受講した人 ●購入するスマホに区が指定するアプリ登録等を行った人 ※古いOS=iOS15以下またはAndroid10以下のOS
助成額・助成対象経費	以下の(1)~(3)の総額に対し、一人当たり3万円を上限に助成します(対象者1人につき1台まで、かつ1回限り)。 (1)通信契約をしたスマホ本体購入費 (2)充電器購入費 (3)契約事務手数料・アカウント設定料・データ移行手数料・その他手数料
申込み	電話で区の指定店舗へ ※指定店舗は、広報みなと、ホームページ、チラシをご確認ください。
問合せ	高齢者支援課 高齢者福祉係 TEL3578-2392



●就業相談・支援

内容	シルバー人材センターは、これまでの経験を生かして、「いきがい」や「社会参加」を希望する人のための就業相談を受けています。
対象者	働く意欲のある原則60歳以上の人
場所	港区役所 3階区民相談室
時間	毎月第2月曜 午後1時~午後4時 ※「港区シルバー人材センター」でも随時、相談を受け付けています。
利用者負担	無料
申込み・問合せ	公益社団法人 港区シルバー人材センター 港区南麻布1-5-26 ゆうあい南麻布3階 TEL5232-9681 FAX5232-9680

内容	シルバー人材センターは、区内の事業所や個人家庭、公共団体等からシニアにふさわしい仕事を受注し、会員は受注している仕事の中から希望する仕事を選んでいただけます。毎月開催している入会説明会で、詳細をご案内しています。 入会説明会は、毎月第2・3火曜日の午前9時30分から順次開催しています。参加希望の人は、事前にお申し込みください。 ※一部、雇用関係がある労働者派遣の仕事を除き、シルバー人材センターと会員との間に雇用関係がないため、仕事や収入を保障するものではありませんのでご注意ください。
対象者	働く意欲のある60歳以上の人
利用者負担	年会費 2,000円
申込み・問合せ	公益社団法人 港区シルバー人材センター 港区南麻布1-5-26 ゆうあい南麻布3階 TEL5232-9681 FAX5232-9680

●港区生活・就労支援センター

・・・経済的にお困りの方の支援を行う相談窓口です・・・
仕事が見つからない、家賃が払えない、お金の管理が苦手、借金がある、病気で働けない、社会に出るのが怖い・・・こんなお悩みはありませんか？
お困りの方々に寄り添いながら一緒に問題を整理し、改善に向けたお手伝いをします。まずはお気軽にご相談ください。

港区生活・就労支援センター Minato Life and Work Support Center

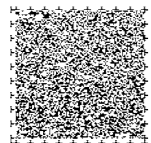
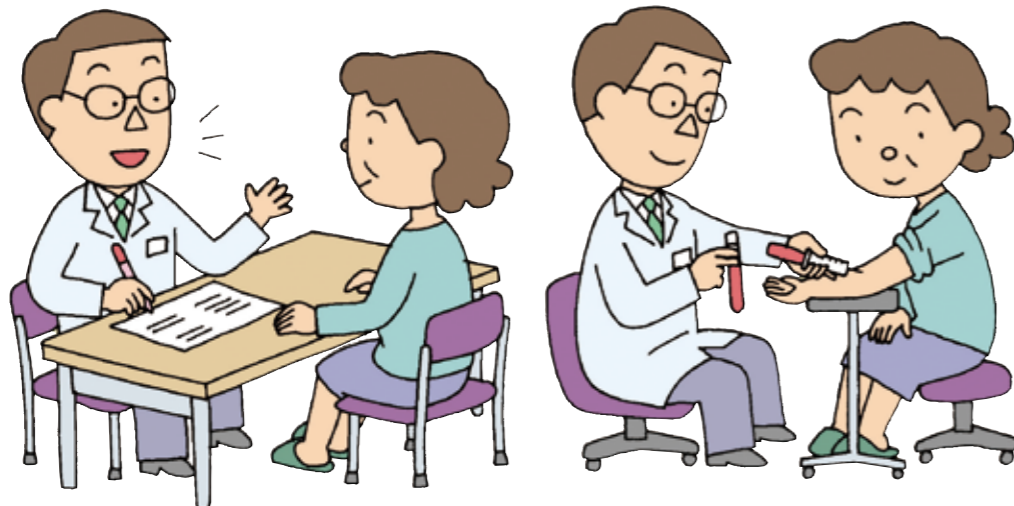
〒106-8515 港区六本木5丁目16番45号 麻布地区総合支所2階
TEL5114-8826 FAX3505-3501

交通 ▼地下鉄
日比谷線/大江戸線 六本木駅 3番出口 徒歩7分
大江戸線/南北線 麻布十番駅 7番出口 徒歩10分
▼バス
ちいばす 麻布東・西ルート・田町ルート「麻布地区総合支所前」下車

① 健康管理

● 特定健康診査・特定保健指導

内容	生活習慣病を発症させる要因の1つ、メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）に着目し、その予防・早期発見のための健康診査及び保健指導です。 健診の結果、生活習慣の改善が必要な人は、特定保健指導の対象となり、継続的に保健師、管理栄養士等がサポートします。 前年度の健診結果により、微量アルブミン尿検査の対象となります。 〈基本検査項目〉問診・診察・身体計測・血圧測定・尿検査・血中脂質検査・肝機能検査・血糖検査 〈詳細・独自検査項目〉貧血検査・心電図・眼底検査・胸部エックス線検査等 〈その他検査項目〉生活機能評価
対象者	40歳から74歳の4月1日現在港区国民健康保険加入者 ※個別に通知します。 〈基本検査項目〉対象者全員 〈詳細・独自検査項目〉医師の判断等で必要な人 〈その他検査項目〉生活機能評価 65歳以上の要支援・要介護認定を受けていない人
実施場所	【特定健康診査】 区内指定医療機関 【特定保健指導】 青山区民協働スペース（青山ふれ愛テラス）、麻布区民センター、高輪区民センター、芝浦区民協働スペース（みなとパーク芝浦） ※オンライン（リモート）での実施もあり
実施期間	【特定健康診査】 7月～翌年1月 【特定保健指導】 11月上旬から随時実施予定
利用者負担	無料（マイナ保険証又は資格確認書を持参してください。）
問合せ	制度について 国保年金課 事業係 TEL3578-2637 内容について みなと保健所 健康推進課 健康づくり係 TEL6400-0083

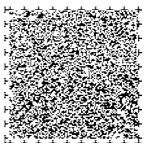


● 基本健康診査

内容	生活習慣病の予防・早期発見と区民の健康増進を図るため健康診査を実施します。 〈基本検査項目〉問診・診察・身体計測・血圧測定・尿検査・血中脂質検査・肝機能検査・血糖検査 〈詳細・独自検査項目〉貧血検査・心電図・眼底検査・胸部エックス線検査等 〈その他検査項目〉生活機能評価
対象者	①後期高齢者医療制度（長寿医療制度）加入者 ②40歳以上の生活保護受給者 ③4月2日以降に港区国民健康保険に加入した人 ④健診を受ける機会がない人 ※①・②・③の人には、個別に通知します。 〈基本検査項目〉対象者全員 〈詳細・独自検査項目〉医師の判断等で必要な人 〈その他検査項目〉生活機能評価 65歳以上の要支援・要介護認定を受けていない人
実施場所	区内指定医療機関
実施期間	7月～翌年1月
利用者負担	無料
問合せ	みなと保健所 健康推進課 健康づくり係 TEL6400-0083

● 無料健康相談

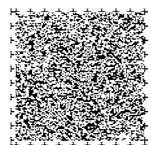
内容	港区国民健康保険・後期高齢者医療制度の加入者を対象に、「無料健康相談」のポスターが掲示されている区内の内科医（血圧測定、一般健康相談）、歯科医（歯科衛生相談）、薬局（医薬品相談）で健康相談を実施しています。
対象者	港区国民健康保険・後期高齢者医療制度（長寿医療制度）加入者
実施場所	区内指定医療機関
実施期間	6月、11月、12月（ただし、休診日は除きます。）
利用者負担	無料（マイナ保険証又は資格確認書を持参してください。） ※診療を受ける場合には別途診療費用がかかります。
問合せ	国保年金課 事業係・高齢者医療係 TEL3578-2637、2654～2659



●がん検診

●年齢基準日 年度末年齢(3月31日時点)

内容	対象・利用者負担等	
胃がん(エックス線) 問診・胃部エックス線検査(バリウム検査) ※エックス線検査と胃内視鏡検査を両方受診することはできません。	対象者	40歳以上の人
	実施場所	区内指定医療機関
	実施期間	7月～翌年1月
	利用者負担	無料
胃がん(内視鏡) 問診・胃内視鏡検査 ※エックス線検査と胃内視鏡検査を両方受診することはできません。	対象者	50歳以上で偶数年齢の人
	実施場所	区内指定医療機関
	実施期間	7月～翌年1月
	利用者負担	無料(マイナ保険証又は資格確認書を持参してください。)
大腸がん 問診・便潜血反応検査(2日法) ※検便です。	対象者	40歳以上の人
	実施場所	区内指定医療機関
	実施期間	7月～翌年1月
	利用者負担	無料
肺がん 問診・胸部エックス線検査・(喀痰検査)	対象者	40歳以上の人 ※喀痰検査は50歳以上で喫煙指数(1日の喫煙本数×喫煙年数)600以上の人
	実施場所	区内指定医療機関
	実施期間	7月～翌年1月
	利用者負担	無料
子宮頸がん 問診・視診・内診・細胞診・(HPV検査)	対象者	20歳以上で前年度港区子宮頸がん検診未受診の女性 ※HPV検査は30、33、36、39歳で希望する人
	実施場所	区内指定医療機関
	実施期間	7月～翌年1月
	利用者負担	無料
乳がん 問診・マンモグラフィ検査(乳房エックス線検査)	対象者	40歳以上で前年度港区乳がん検診未受診の女性
	実施場所	①区内指定医療機関 ②医療法人社団こころとからだの元氣プラザ(千代田区神田神保町)
	実施期間	①②7月～翌年1月
	利用者負担	無料
喉頭がん 問診・喉頭・咽頭の診察(頸部触診、間接喉頭鏡、喉頭ファイバースコープ等)	対象者	50歳以上で喫煙指数(1日の喫煙本数×喫煙年数)600以上の人
	実施場所	区内指定医療機関
	実施期間	7月～翌年1月
	利用者負担	無料
前立腺がん 問診・特異抗原検査(PSA検査) ※血液検査です。	対象者	55歳～75歳で奇数年齢の男性
	実施場所	区内指定医療機関
	実施期間	7月～翌年1月
	利用者負担	無料
口腔がん 問診・視診・触診・生活習慣改善指導・自己検査法	対象者	40歳以上の人
	実施場所	区内指定歯科医療機関
	実施期間	6月～翌年1月
	利用者負担	無料



申込み・問合せ みなと保健所 健康推進課 健康づくり係 TEL6400-0083

●肝炎ウイルス検診

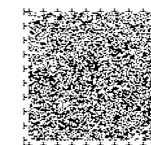
内容	B型・C型肝炎ウイルス感染の早期発見・早期治療のための検診です。問診・血液検査を行っています。
対象者	20歳以上で今まで一度も港区で肝炎ウイルス検診を受診していない人
実施場所	区内指定医療機関
実施期間	区内指定医療機関 7月～翌年1月 / 一部の医療機関 通年
利用者負担	無料
申込み・問合せ	みなと保健所 健康推進課 健康づくり係 TEL6400-0083

●骨粗しょう症検診

内容	骨粗しょう症の予防と早期発見のため、骨密度測定検査を実施します。
対象者	40歳、45歳、50歳、55歳、60歳、65歳、70歳の女性 ※対象の人に個別に通知します。
実施場所	区内指定医療機関
実施期間	7月～翌年1月
利用者負担	無料
申込み・問合せ	みなと保健所 健康推進課 健康づくり係 TEL6400-0083

●『お口の健診』

内容	生涯自分の口で食事を楽しみ、社会的にも豊かな生活を送れるよう、定期的に歯科健康診査ご受診ください。
対象者	18歳以上(年度末年齢19歳以上)の人(妊婦は18歳未満も可) ※前年度に『お口の健診』または『口腔がん検診』の受診歴のある人、年度末年齢が19歳・20歳・25歳、30歳以上の偶数年齢の人へ、受診券を個別発送します。それ以外の人はお申込みが必要です。 ※寝たきりや歩行が著しく困難で通院が難しい人には、訪問健診を実施しています。
実施場所	区内指定歯科医療機関
実施期間	前期 6月～8月 / 後期 11月～翌年1月(各期間1回ずつ受診可能)
利用者負担	無料
申込み・問合せ	みなと保健所 健康推進課 健康づくり係 TEL6400-0083

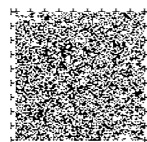


●高齢者聴力検査

内容	加齢性難聴を早期発見するため、簡易聴力検査（気導純音聴力検査）を実施します。
対象者	60歳、65歳、70歳、75歳の人 ※対象の人に個別に通知します。
実施場所	区内指定医療機関
実施期間	7月～翌年1月
利用者負担	無料（問診と簡易聴力検査のみ。マイナ保険証又は資格確認書を持参してください。） ※精密検査を受ける場合には別途検査費用がかかります。
問合せ	みなと保健所 健康推進課 健康づくり係 TEL6400-0083

●高齢者インフルエンザ予防接種

内容	インフルエンザの重症化予防には、流行前のワクチン接種などが有効とされています。インフルエンザにかかると重症化しやすいため、ワクチン接種の効果が認められる高齢者を対象に、インフルエンザ予防接種を行っています。 予防接種を希望する人は、かかりつけの医師とご相談のうえ、予防接種を受けましょう。
対象者	①65歳以上の人 ②60歳以上65歳未満で心臓、じん臓、呼吸器の機能またはヒト免疫不全ウイルスによる免疫機能に重い障害(身体障害者手帳1級)のある人 ※個別に通知します。
実施場所	区内実施医療機関 ※東京23区内であれば各区の指定医療機関でも接種できます。必要に応じて各区の予防接種担当または医療機関へお問い合わせください。
実施期間	10月～翌年1月
利用者負担	無料（期間中1回のみ）
問合せ	みなと保健所 保健予防課 保健予防係 予防接種担当 TEL6400-0094



●带状疱疹ワクチン予防接種

内容	成人の90%以上は、带状疱疹の原因となるウイルス（水痘・带状疱疹ウイルス）が体内に潜伏しているため、加齢などによる免疫機能の低下により、80歳までに約3人に1人が带状疱疹を発症し、激しい痛みや発疹があらわれることから带状疱疹ワクチン予防接種を行っています。 すでに带状疱疹ワクチンの接種を完了したことがある人は対象となりません。
対象者	①令和8年度に65歳、70歳、75歳、80歳、85歳、90歳、95歳、100歳になる人 ②60歳から65歳未満でヒト免疫不全ウイルスによる免疫機能に重い障害（身体障害者手帳1級）のある人 ※個別に通知します。
実施場所	区内実施医療機関 ※東京23区内であれば各区の実施医療機関でも接種できます。必要に応じて各区の予防接種担当または医療機関へお問い合わせください。
利用者負担	無料 ※予診票の有効期間は対象年齢になる年度の4月1日から翌年3月31日までです。
問合せ	みなと保健所 保健予防課 保健予防係 予防接種担当 TEL6400-0094

※18歳以上50歳未満の疾病又は治療による免疫不全、免疫機能低下又は免疫機能が低下する可能性がある等、带状疱疹に罹患するリスクが高いために主治医等が接種を必要と認めた人、および50歳以上の人（定期接種対象者を除く）には、任意接種費用の一部助成制度があります。詳細は区のホームページまたはお電話でお問い合わせください。

●高齢者肺炎球菌予防接種

内容	肺炎を引き起こす主要な原因のひとつである肺炎球菌の感染や重症化を予防するため、予防接種費用の一部を助成します。 ただし、すでに肺炎球菌ワクチンの接種を受けたことがある人は対象となりません。
対象者	①65歳の人 ②接種日現在、60歳以上65歳未満で、心臓、じん臓、呼吸器の機能またはヒト免疫不全ウイルスによる免疫機能に重い障害（身体障害者手帳1級）のある人 ※個別に通知します。
実施場所	区内実施医療機関 ※東京23区内であれば各区の実施医療機関でも接種できます。必要に応じて各区の予防接種担当または医療機関へお問い合わせください。
利用者負担	1,500円(生活保護受給者・中国残留邦人等は無料)
問合せ	みなと保健所 保健予防課 保健予防係 予防接種担当 TEL6400-0094

●高齢者新型コロナウイルス感染症予防接種

内容	新型コロナウイルス感染症の重症化予防には、流行前のワクチン接種などが有効とされています。新型コロナウイルス感染症にかかると重症化しやすいため、ワクチン接種の効果が認められる高齢者を対象に、新型コロナウイルス感染症予防接種を行っています。 予防接種を希望する人は、かかりつけの医師とご相談のうえ、予防接種を受けましょう。
対象者	①65歳以上の人 ②60歳以上65歳未満で心臓、じん臓、呼吸器の機能またはヒト免疫不全ウイルスによる免疫機能に重い障害(身体障害者手帳1級)のある人 ※個別に通知します。
実施場所	区内実施医療機関 ※東京23区内であれば各区の指定医療機関でも接種できます。必要に応じて各区の予防接種担当または医療機関へお問い合わせください。
実施期間	10月～翌年3月
利用者負担	無料（期間中1回のみ）
問合せ	みなと保健所 保健予防課 保健予防係 予防接種担当 TEL6400-0094

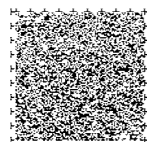


●結核健診（胸部エックス線撮影）

内容	胸部エックス線撮影を受ける機会がない人を対象に実施しています。港区では新規結核患者の約5割を65歳以上の人が占めています。結核について不安のある人は、あわせてご相談ください。健診結果は、後日送付します。なお、診断書は、発行できません。 ★症状がなくても、年1回定期的に健診を受けましょう。
対象者	区内在住・在勤の人で、年1回胸部エックス線撮影を受ける機会がない人 ※定員があるので早めにお申し込みください。
実施場所	みなと保健所
利用者負担	無料
問合せ	みなと保健所 保健予防課 保健予防係 TEL6400-0081

●HIV・性感染症検査・相談

内容	みなと保健所では、HIV・梅毒即日検査、相談を行っています。また、区内指定医療機関でHIV・性感染症（梅毒・クラミジア・淋菌）の検査（aiチェック）が受けられます。これらの検査は匿名で受けることができ、プライバシーは守られます。
【保健所検査】	
対象者	希望する人
実施期間	原則、第1・第3木曜午前（予約制）
実施場所	みなと保健所
利用者負担	無料
【aiチェック】	
対象者	区内在住・在勤・在学者
実施場所	区内指定医療機関
実施期間	5月中旬～翌年2月
利用者負担	無料
問合せ	みなと保健所 保健予防課 保健予防係 TEL6400-0081



●健康相談・禁煙相談

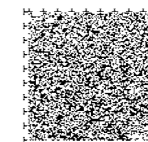
内容	●健康相談 保健師、管理栄養士が生活習慣病予防に関する相談・助言を行います。また、血圧測定やInbody 測定を実施しております。 ●禁煙相談 禁煙相談員が禁煙に関する相談・助言を行います。対面相談だけでなく、電話・オンライン（Microsoft Teams）相談が実施できます。
対象者	区民
実施期間	原則、第2水曜 午前（予約制※）（禁煙相談は偶数月のみ）
実施場所	みなと保健所
利用者負担	無料
申込み・問合せ	みなと保健所 健康推進課 健康づくり係 TEL6400-0083 ※電話で事前予約が必要です。直接、お問い合わせください。

●健康講座

内容	生活習慣病予防・健康増進に関する知識の普及と実践のための講座です。
対象者	区内在住・在勤・在学者
実施期間	「広報みなと」や港区ホームページに掲載します。
利用者負担	無料
申込み・問合せ	みなと保健所 健康推進課 健康づくり係 TEL6400-0083

●はり・マッサージサービス

内容	各いきいきプラザ、芝浦アイランド児童高齢者交流プラザ（あいぷら）、台場高齢者在宅サービスセンターふれあい団らん室で、健康保持増進のため、はり・マッサージサービスを年24回実施しています。
対象者	65歳以上の人
利用者負担	1回1,000円
申込み	各実施施設（110、112ページ参照） 「広報みなと」をご覧になり、直接、各実施予定のいきいきプラザ等へお申し込みください。
問合せ	高齢者支援課 在宅支援係 TEL3578-2400～2406



●健康増進センター(ヘルシーナ)

皆様の健康づくりをサポートするキーステーションです。医師・健康運動指導士・管理栄養士等のスタッフが、健康・体力チェック(健康度測定)を行い、個人にあった健康づくりメニューをご提案します。そのほか、健康教室や各種事業を開催しております。

〒107-0052 港区赤坂4-18-13 赤坂コミュニティぷらざ6階(7ページ)

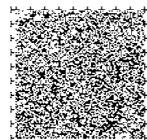
TEL5413-2717/FAX5413-2718

時間 午前9時30分～午後9時

休館日 毎月第3日曜、年末年始 ※その他、臨時休館する場合があります。

●健康度測定

内容	健康度測定では、医師の指導のもと、運動中の心拍数や血圧測定、心電図検査と体力測定を行い、個人の体力にあった運動、栄養、生活プログラムを作成します。また、医師によるカウンセリング、管理栄養士による栄養指導、健康運動指導士によるトレーニングにより、生活習慣病の予防および改善をはかる健康づくりを行います。健康度測定を受けた方は、「健康づくりコース(全10回)」、「生活習慣病予防・改善コース(全20回)」に参加できます。
対象者	18歳以上の人
利用者負担	<p>【健康度測定】 ①港区在住の後期高齢者医療制度被保険者…無料 ②港区国民健康保険被保険者…2,000円 ③港区在住・在勤者…4,500円</p> <p>測定のときに用意するもの</p> <ul style="list-style-type: none"> ●健康診断の結果(1年以内) ●運動できる服装 室内用運動靴・タオル ●上記測定費用(①、②の資格を確認できる被保険者証) <p>【健康づくりコース(全10回)】…1,700円 【生活習慣病予防・改善コース(全20回)】…3,800円</p> <p>※①、②の人は、年度内1回に限り、1,300円で参加できます。年度内2回目以降の料金は3,800円となります。</p>
申込み・問合せ	健康増進センター(ヘルシーナ)(上記参照)



①介護保険 くわしくは16ページへ

②介護予防 くわしくは58ページへ

●介護予防総合センター(ラクっチャ)

区民が健康でいつまでも自分らしくいきいきと暮らせることをめざした、介護予防を専門に行う施設です。原則として、区内在住の65歳以上の人(一部、60歳以上の人ができる教室もあります)が無料で利用できます。

介護予防事業への参加やマシントレーニングルームの利用(個人登録が必要)ができ、専門のスタッフが一人ひとりにあったサポートを行っています。

〒105-0023 港区芝浦1-16-1 みなとパーク芝浦2階(8ページ)

TEL3456-4157 FAX3456-4153

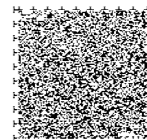
時間 月～土曜、祝日：午前9時～午後9時30分 / 日曜：午前9時～午後5時

休館日 年末年始(12月29日～1月3日) ※臨時休館の場合有



●みんなといきいき体操

内容	港区歌や区をイメージする振付けを取り入れ、高齢者が気軽に介護予防に取り組めるように作成した体操です。ご自身の体力に合わせ、立位・座位のどちらでも体操ができます。
対象者	どなたでも
実施場所	<ul style="list-style-type: none"> ●各いきいきプラザ ●芝浦アイランド児童高齢者交流プラザ(あいぷら) ●台場高齢者在宅サービスセンター ●介護予防総合センター(ラクっチャ)
利用者負担	無料
問合せ	各実施場所(台場高齢者在宅サービスセンターは110ページ、介護予防総合センター(ラクっチャ)は113ページ、それ以外は112ページ参照) 高齢者支援課 介護予防推進係 TEL3578-2930



③介護のための支援

●紙おむつの給付

内容	ねたきりなどの高齢者等に対して、月1回自宅に紙おむつを配送します。パンフレット記載の紙おむつ等の中から120ポイントまで選択できます。 ※パンフレットはホームページでご覧いただけます。
対象者	ねたきりまたは失禁状態にあり、要介護認定「要支援1」以上の人 ※おむつ代の助成と同時に利用はできません。 ※介護保険の第2号被保険者も対象です。
利用者負担	月額500円
申込み	各総合支所 区民課 保健福祉係(6~8ページ参照) 各高齢者相談センター(裏表紙参照)
問合せ	高齢者支援課 在宅支援係 TEL 3578-2400~2406

●おむつ代の助成

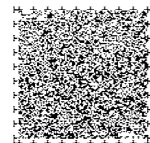
内容	医療機関に入院している人等へ、おむつ代(月額12,000円限度)を助成します。助成は申請月からの開始となります。
対象者	医療機関に入院又は有料老人ホームに入所している人等で、ねたきりまたは失禁状態にあり、要介護認定「要支援1」以上の人 ※紙おむつの給付と同時に利用はできません。 ※介護保険の第2号被保険者も対象です。
申込み	各総合支所 区民課 保健福祉係(6~8ページ参照) 各高齢者相談センター(裏表紙参照)
問合せ	高齢者支援課 在宅支援係 TEL 3578-2400~2406

●理美容サービス

内容	理容師または美容師が自宅に訪問し、理容師によるカットおよびシェービング(襟そりのみ)、美容師によるカットおよびソフトメイクを行います。 利用は年6回以内です。現在、登録カードをお持ちの人には、翌年度の登録カードを3月下旬までに自宅にお送りしますので、更新手続きは不要です。(有効期間内に不要になった登録カードは、各総合支所へご返却ください。)
対象者	65歳以上の要介護認定「要介護3」以上のねたきりなどの人(入院者・施設入所者等は除く)
利用者負担	1回 500円
申込み	各総合支所 区民課 保健福祉係(6~8ページ参照) 各高齢者相談センター(裏表紙参照)
問合せ	高齢者支援課 在宅支援係 TEL 3578-2400~2406

●寝具乾燥等消毒

内容	寝具(布団)の乾燥消毒を毎月(年12回、うち2回は水洗い)、自宅で集配して行います。
対象者	65歳以上の要介護認定「要介護3」以上の人(入院者、施設入所者等は除く)
利用者負担	利用時に、委託業者へお支払いください。 ①寝具の乾燥消毒……1組150円 ②掛・敷布団の水洗い乾燥消毒……1枚300円(年2回) ③毛布の水洗い乾燥消毒……1枚50円(年2回)
申込み	各総合支所 区民課 保健福祉係(6~8ページ参照) 各高齢者相談センター(裏表紙参照)
問合せ	高齢者支援課 在宅支援係 TEL 3578-2400~2406



●通院支援サービス(病院内介助)

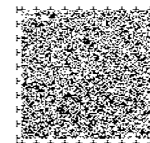
内容	医療機関への通院に介助が必要な高齢者等に対し、医療機関内の待ち時間に訪問介護員が付き添いサービスを提供します(介護保険制度の対象となる身体介護を行う場合を除きます)。利用回数は月3回までです。また、1回あたり3時間まで(午前8時~午後6時の間)利用できます。																										
対象者	要介護認定「要介護1」以上の認定を受けていて、ケアプランに訪問介護(通院介助)または、定期巡回・随時対応型訪問介護看護が計画されている人 ※介護保険の第2号被保険者も対象です。																										
利用者負担	<table border="1"> <thead> <tr> <th rowspan="2">利用時間</th> <th colspan="3">利用者負担金</th> </tr> <tr> <th>一般</th> <th>ホームヘルプサービス等の利用者負担助成の受給者</th> <th>生活保護受給者</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>30分まで</td> <td>250円</td> <td>70円</td> <td rowspan="6">無料</td> </tr> <tr> <td>1時間まで</td> <td>370円</td> <td>110円</td> </tr> <tr> <td>1時間30分まで</td> <td>500円</td> <td>150円</td> </tr> <tr> <td>2時間まで</td> <td>620円</td> <td>180円</td> </tr> <tr> <td>2時間30分まで</td> <td>750円</td> <td>220円</td> </tr> <tr> <td>3時間まで</td> <td>870円</td> <td>260円</td> </tr> </tbody> </table>	利用時間	利用者負担金			一般	ホームヘルプサービス等の利用者負担助成の受給者	生活保護受給者	30分まで	250円	70円	無料	1時間まで	370円	110円	1時間30分まで	500円	150円	2時間まで	620円	180円	2時間30分まで	750円	220円	3時間まで	870円	260円
利用時間	利用者負担金																										
	一般	ホームヘルプサービス等の利用者負担助成の受給者	生活保護受給者																								
30分まで	250円	70円	無料																								
1時間まで	370円	110円																									
1時間30分まで	500円	150円																									
2時間まで	620円	180円																									
2時間30分まで	750円	220円																									
3時間まで	870円	260円																									
申込み	各高齢者相談センター(裏表紙参照) ※申込みの際、必要なもの ケアプラン(第1表~第4表)																										
問合せ	高齢者支援課 在宅支援係 TEL 3578-2400~2406																										

●福祉キャブの運行(昇降装置付きタクシー)

内容	ストレッチャー(寝台)または車いすに乗ったまま利用できる、昇降装置付きタクシーの運行(24時間、年中無休)を行います。利用区域は、出発地または到着地が東京23区・武蔵野市・三鷹市の場合に限ります。利用には、事前に福祉キャブ利用カードの申請が必要です。交付された福祉キャブ利用カードの番号を告げて、区が指定するタクシー会社に予約してください。希望日の1か月前から受け付けています。運転手以外にヘルパー資格を有する介助人が必要な人は、予約時に依頼をしてください。介助人1人目の利用料のうち半額を助成します。
対象者	一般の交通機関を利用することが難しい歩行困難な人(ねたきり高齢者)等で、次のいずれかに該当する人 ①おおむね65歳以上の人 ②介護保険の第2号被保険者で要介護認定「要支援1」以上の人
利用者負担	タクシーと同額(メーター料金)を利用時に、乗務員にお支払いください。身体障害者手帳または愛の手帳をお持ちの人は、提示することにより料金が1割引になります。
申込み	各総合支所 区民課 保健福祉係(6~8ページ参照) 各高齢者相談センター(裏表紙参照)
問合せ	高齢者支援課 在宅支援係 TEL 3578-2400~2406

●緊急移送サービス

内容	夜間の緊急時等、福祉キャブの利用が困難な場合に、民間救急事業者の車両(福祉キャブと同等の昇降装置付きタクシー、24時間、年中無休)が利用できます。利用方法は福祉キャブと同じですが、原則当日の申込みに限ります。利用区域は福祉キャブと同じです。
対象者	福祉キャブ利用登録者
利用者負担	ハイヤー料金と同額(福祉キャブとは異なります) ※助成額7,000円を限度に、利用料金の70%を助成します。 ※車いす・ストレッチャー(寝台)の利用料金の全額を助成します。
申込み	各総合支所 区民課 保健福祉係(6~8ページ参照) 各高齢者相談センター(裏表紙参照)
問合せ	高齢者支援課 在宅支援係 TEL 3578-2400~2406



●緊急医療短期入所

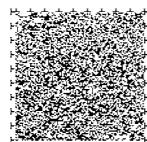
内容	介護者の緊急事態等（介護者の病気、入院や親族の葬祭）で一時的に在宅での介護が受けられない場合、医療施設で短期間（原則7日間まで）、看護による支援を行います。
対象者	在宅の要介護認定「要支援1」以上の高齢者で、介護者の緊急事態等で一時的に在宅での介護が受けられず、かつ、医療対応が必要なため介護保険の短期入所生活介護・短期入所療養介護（ショートステイ）の利用が困難な人
利用者負担	医療保険の自己負担分・食事負担分・おむつ代・その他必要な経費の負担があります。
申込み	高齢者支援課 高齢者施設係 TEL3578-2420～2424、2412、2448
問合せ	高齢者支援課 高齢者施設係 TEL3578-2420～2424、2412、2448

●緊急一時保護

内容	在宅での介護が一時的に困難となり、緊急に施設での介護が必要となった場合、介護老人福祉施設で短期間介護を行います。 ※入所後は、介護保険の短期入所生活介護（ショートステイ）として介護サービスを行います。
対象者	在宅で介護が必要な高齢者で、次のいずれかに該当する人 ①家族からの虐待または放置が認められる人 ②火災・台風等の災害により在宅での介護が一時的に困難となった人 ③認知症などによる徘徊により港区内で高齢者相談センター等に保護された人 ④介護者の緊急事態で、一時的に在宅での介護が受けられる方策がなく、かつ、介護保険の短期入所生活介護・短期入所療養介護（ショートステイ）および介護老人保健施設等の施設利用も困難な人
利用者負担	介護保険の短期入所生活介護（ショートステイ）の利用料（介護保険外の滞在費、食費、その他日常生活費などを含む）の負担があります。
申込み・問合せ	各高齢者相談センター（裏表紙参照）
問合せ	高齢者支援課 高齢者相談支援係 TEL3578-2407～2411、2413、2316

●港区版宿泊デイサービス

内容	デイサービスを利用する要介護者の家族に休息が必要なときや、緊急時に対応するため、デイサービスから引き続き宿泊できるようにし、在宅で介護をする家族の負担軽減を図ります。 原則、1泊となります。
対象者	利用希望日現在、芝高齢者在宅サービスセンター、台場高齢者在宅サービスセンターの通所介護サービスを利用している人（医療対応が必要な人や夜間徘徊などの行動のある人は、対象になりません）
実施期間	月～金曜
利用者負担	1泊5,000円（夕食・朝食込み）
申込み・問合せ	芝高齢者在宅サービスセンター TEL5232-0848 台場高齢者在宅サービスセンター TEL5531-0520
問合せ	高齢者支援課 高齢者施設係 TEL3578-2420～2424、2412、2448



●介護家族の会

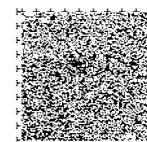
内容	高齢者の介護をしている家族が、介護の悩みや不安について安心して話し、交流できる場として開催しています。	
	地区	会の名称
	芝	「芝地区 介護家族の会」
	麻布	「南麻布ホッと・ネット」
	赤坂	「絆の会」
	高輪	「高輪地区 みんなで語ろう会」
	芝浦港南	「かいごカフェ」
対象者	高齢者の介護をしている家族、介護経験のある人	
実施期間	各地区年8回程度	
利用者負担	無料	
申込み	各高齢者相談センター（裏表紙参照） ※開催日時や会場はお問い合わせください。	
問合せ	高齢者支援課 高齢者相談支援係 TEL3578-2407～2411、2413、2316	

●介護マークの普及

内容	介護する人の精神的な負担を軽減し、周囲からの協力を得られるように、介護マークを配付します。 ①首かけタイプ：1人1個限り ②腕章タイプ：1人1個限り ③ステッカータイプ：1人5個まで
対象者	区民で認知症や障害のある人の介護をする家族等
利用者負担	無料
申込み	各総合支所 区民課 保健福祉係（6～8ページ参照） 各高齢者相談センター（裏表紙参照） 障害保健福祉センター TEL5439-2511
問合せ	高齢者支援課 在宅支援係 TEL3578-2400～2406

●税金の控除

内容	【障害者控除・特別障害者控除対象者認定】 障害者手帳等をお持ちでない人（65歳以上）でも、障害者に準ずると区が認める場合には、「障害者控除対象者認定」を受けることで、所得税や住民税の控除が受けられます。 ※本人および扶養者が非課税の場合は、認定書は不要です。 ※認定書は税の申告に利用できますが、障害者手帳の代わりにはなりません。 ※郵送での申請も可能です。
対象者	認定基準日（税申告の対象となる年の12月31日）において、次の要件をすべて満たす人 ●65歳以上で区民または区介護保険被保険者で住所地特例対象施設に住んでいる人 ●障害者手帳等をお持ちでない人（一部例外があります）
申込み・問合せ	各総合支所 区民課 保健福祉係（6～8ページ参照） ※税申告の対象となる年の12月20日から（認定書の交付は、翌年1月1日以降）申込受付開始となります。



④ 認知症についての支援

● 認知症予防事業

内容	認知症について学び、有酸素運動などの認知症予防プログラムを実施します。 ※詳しい内容や日時は、広報みなと等でお知らせします。
対象者	60歳以上の区民で要介護・要支援の認定を受けていない人
実施回数	年2回
利用者負担	無料
問合せ	高齢者支援課 高齢者相談支援係 TEL3578-2407~2411、2413、2316

● 認知機能測定事業

内容	記憶力や注意力などの認知機能を測定します(認知症の診断をするものではありません)。脳を活性化する運動や、認知症支援コーディネーターとの個別相談も希望者には実施します。 ※詳しい内容や日時は、広報みなと等でお知らせします。
対象者	50歳以上の区民
実施回数	年5回
利用者負担	無料
問合せ	高齢者支援課 高齢者相談支援係 TEL3578-2407~2411、2413、2316

● 認知症初期集中支援事業

内容	認知症のある人やその家族に対して、医療機関の受診や介護サービスの利用を支援するため、チーム員が訪問して一定期間(おおむね6か月以内)集中的に支援します。
対象者	在宅で生活をしている認知症が疑われる人または認知症のある人で、医療サービスもしくは介護サービスを受けていないまたは中断している人
利用者負担	無料
申込み	各高齢者相談センター(裏表紙参照)
問合せ	高齢者支援課 高齢者相談支援係 TEL3578-2407~2411、2413、2316

コラム

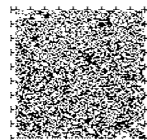
認知症支援コーディネーター

認知症支援コーディネーターは、認知症のある人や家族から相談を受けたり、医療や介護サービスを紹介したりしています。

港区医師会が実施する認知症セルフチェックシート健診受診後、支援を希望された方に対して電話や訪問で個別支援を行っています。



認知症支援コーディネーター
(各高齢者相談センターに配置)



● みんなとオレンジカフェ

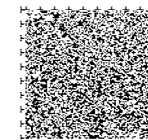
内容	認知症のある人やその家族、認知症予防に関心のある人が、気軽に相談や交流ができる場所です。カフェでは、認知症専門医等による講話や相談対応、認知症予防プログラムなどを実施しています。
対象者	① 認知症のある人および認知症の疑いのある人とその家族 ② 認知症予防に関心のある人
実施場所	● 芝地区 東京都済生会中央病院 ● 麻布地区 ありすいきいきプラザ ● 赤坂地区 赤坂区民センター ● 高輪地区 高輪区民センター ● 芝浦港南地区 介護予防総合センター(ラクっちゃ)
実施回数	各地区月1回(8月はお休みです)
利用者負担	無料
申込み	不要(※開催日時はお問い合わせください)
問合せ	高齢者支援課 高齢者相談支援係 TEL3578-2407~2411、2413、2316

● 認知症高齢者等おかえりサポート事業

内容	認知症などにより行方不明になる恐れがある高齢者等に、二次元コードが記載されたシールを配付します。登録者の衣類や持ち物につけていただき、登録者が発見された場合、発見者が二次元コードを読み取ることで、介護人等へメールで通知します。 また、登録者は、認知症によるひとり歩きに起因する事故に係る認知症高齢者等賠償責任保険に加入できます。 ※ただし保険に加入できるのは40歳以上の人のみです。
対象者	① 65歳以上の在宅で、認知症などにより行方不明になる恐れがある人 ② 65歳未満の在宅で、若年性認知症などにより行方不明になる恐れがある人 ※いずれも迎えに行くことができる介護人等がいる人
利用者負担	無料
申込み	各総合支所 区民課 保健福祉係(6~8ページ参照) 各高齢者相談センター(裏表紙参照)
問合せ	高齢者支援課 高齢者相談支援係 TEL3578-2407~2411、2413、2316

● 認知症GPS見守り支援事業

内容	認知症の症状により見守りが必要な在宅の人に対し、24時間365日体制でGPSを利用した探索サービスを行い、その場所をご家族等にお知らせします。
対象者	認知症の症状により、探索サービスが必要と認められる人 ※迎えに行くことができる家族等がいる人
利用者負担	[基本] 月額……500円
申込み	各総合支所 区民課 保健福祉係(6~8ページ参照) 各高齢者相談センター(裏表紙参照)
問合せ	高齢者支援課 高齢者相談支援係 TEL3578-2407~2411、2413、2316



●認知症高齢者介護家族支援

内容	認知症のある高齢者を介護する家族の負担を軽減するために、業務委託した施設において認知症のある高齢者を短期間（原則7日間まで）受け入れ、短期入所生活介護（ショートステイ）と同様の介護サービスを提供します。
対象者	①介護する家族に休養が必要と認められる認知症のある高齢者 ②緊急に保護する必要がある認知症のある高齢者
利用者負担	1泊につき 宿泊料…5,000円 食事代…1,600円 ※その他特に経費を必要とした場合は、実費負担があります。
申込み	各高齢者相談センター（裏表紙参照）
問合せ	高齢者支援課 高齢者施設係 TEL3578-2420～2424、2412、2448

●認知症のある高齢者等の相談

内容	各総合支所、各高齢者相談センター、みなと保健所では、認知症のある高齢者等の相談を随時行っています。 また、みなと保健所では精神科医師による予約制のこころの健康相談（精神保健福祉相談）も行っています。
対象者	認知症の悩みをかかえている人とその家族
利用者負担	無料
申込み	各総合支所 区民課 保健福祉係（6～8ページ参照） 各高齢者相談センター（裏表紙参照）
問合せ	みなと保健所 健康推進課 地域保健係 TEL6400-0084

！ 警察官をかたり 『あなたに逮捕状が出ている』 と不安をあおる詐欺電話が多発しています！

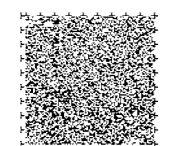
警察官がSNS（トークアプリ等）を通じて、逮捕状や警察手帳等を送信してくることは、絶対にありません。

この他にも区内で不審な電話がかかっています

●区の職員をかたり「保険料や医療費の還付金がある」などと電話がある
⇒自動で相手に対し警告音声をし、通話を実際に録音する「自動通話録音機」を使用すればこうした電話はほぼ撃退できます！
区内の特殊詐欺に不安を感じている世帯に無料で貸し出していますのでぜひご利用ください。
「みんなと安全安心メール」で、区内の防犯情報をお知らせしています。

ご相談や自動通話録音機に関することはこちらまで **TEL 3578-2270**

詐欺などの犯罪被害防止のため会話内容が自動録音されます…という音声の流れます。



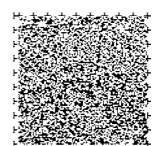
⑤地域で安心して住み続けられる支援

●日常生活用具の給付

内容	外出や入浴時に転倒等の不安がある高齢者に、日常生活用具を給付します（入院者、施設入所者等は除く）。 申請後、給付を受ける前に、区が協定を締結した福祉用具事業者が、用具を安全かつ効果的に利用できるか確認するための事前調査を行い、その結果を考慮して給付の可否を決定します。
対象者	【歩行補助用具】 [シルバーカーまたは杖] ●65歳以上で、用具を使用することで歩行の安定を図れる人 ●介護保険のサービスで歩行補助用具の貸与を受けていない人 ※要介護認定で、「要介護」の認定を受けている場合は、介護保険のサービスが優先となります。 【入浴補助用具】 [入浴用椅子または浴槽内椅子]・[滑り止めマット] ●65歳以上で、用具を使用することで自力での入浴が安全に行える人 ※入浴用椅子または浴槽内椅子の給付については、要介護認定で「要支援」、「要介護」認定を受けている場合は対象外です。
利用者負担	介護保険サービス利用時の費用負担割合に準じて決定します。所得に応じて協定価格の一部自己負担があります。生活保護受給者は、無料です。
申込み	各総合支所 区民課 保健福祉係（6～8ページ参照） 各高齢者相談センター（裏表紙参照） ※要介護認定で「要支援」、「要介護」の認定を受けている場合は、介護保険負担割合証をお持ちください。
問合せ	高齢者支援課 在宅支援係 TEL3578-2400～2406

●家事援助サービス

内容	日常生活を営むことに支障のある高齢者に、衣類の洗濯、掃除、買い物等の家事援助をするホームヘルパーを派遣し、自立した生活を支援します。 利用時間については、「自立判定者（要介護認定の未判定者を含む）（以下「自立）」、「基本チェックリストによる事業対象者」、要介護認定「要支援1」の人は週2時間、要介護認定「要支援2」の人は週3時間まで利用できます（午前9時～午後5時の間。ただし、土曜・日曜、祝日、年末年始を除く）。 なお、利用者には定期的に高齢者相談センターが実施する、家事援助サービスの利用状況等の調査を受けていただきます。
対象者	65歳以上のひとり暮らしまたは65歳以上の高齢者のみの世帯の人で ①「自立」 ②「事業対象者」 ③要介護認定「要支援1・2」の人 ※「事業対象者」、「要支援1・2」の人は、サービス・活動事業の訪問型サービスを優先します。 ※家族の仕事等の理由で、日中、長い時間ひとりになる人についてもご相談ください。
利用者負担	1時間につき 生活保護を受給している人……無料 住民税非課税の人……………120円 上記以外の人……………200円
申込み	各高齢者相談センター（裏表紙参照）
問合せ	高齢者支援課 在宅支援係 TEL3578-2400～2406



●緊急一時介護人派遣

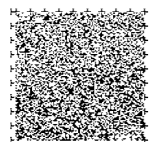
内容	病気やけがなど緊急または一時的な理由により、家事援助や身体介護が必要になったときに、対象者の状況を高齢者相談センター職員が訪問調査に伺い、必要と認められた場合、ホームヘルパーを派遣します。 利用回数は年3回以内とし、1回の日数は連続3日以内です。派遣時間は、1日につき6時間以内です。
対象者	65歳以上のひとり暮らしまたは65歳以上の高齢者のみの世帯の人 ※「基本チェックリストによる介護予防・生活支援サービス事業対象者」、要介護認定で「要介護」・「要支援」の人は除きます。
利用者負担	1時間につき 生活保護を受給している人……無料 住民税非課税の人……………120円 上記以外の人……………200円
申込み	各高齢者相談センター（裏表紙参照）
問合せ	高齢者支援課 在宅支援係 TEL 3578-2400～2406

●救急通報システム

内容	急病などで緊急に助けを求めたいとき、感知器により一定時間人の動きが感じられないときまたは室内で火災が発生したときに専門の警備員が現場に出動し、安否確認や救助活動を行います。お申し込み時に、親族等の緊急連絡先をお願いできる人を伺います。また、機器設置工事の際に事業者へご自宅の玄関等の合鍵を預ける必要があります。 固定電話か、携帯電話をお持ちであれば利用できます。
対象者	65歳以上のひとり暮らしまたは65歳以上の高齢者のみの世帯の人 ※家族の仕事等の理由で、日中、長い時間ひとりになる人についてもご相談ください。
利用者負担	無料
申込み	各総合支所 区民課 保健福祉係（6～8ページ参照） 各高齢者相談センター（裏表紙参照）
問合せ	高齢者支援課 在宅支援係 TEL 3578-2400～2406

●訪問電話

内容	訪問電話相談員が定期的に電話をかけ、安否確認をするとともに、各種相談に応じています。
対象者	①近隣に親族が居住していないおおむね65歳以上の高齢者でひとり暮らしの人 ②近隣に親族が居住していない高齢者世帯で昼間、高齢者のみになる世帯等
利用者負担	無料
申込み	各総合支所 区民課 保健福祉係（6～8ページ参照） 各高齢者相談センター（裏表紙参照）
問合せ	高齢者支援課 在宅支援係 TEL 3578-2400～2406



●配食サービス

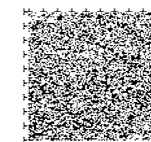
内容	栄養バランスのとれた食事を自宅にお届けし、同時に安否確認を行います。 週7食以内で利用でき、希望の曜日、昼食・夕食の別を選択できます。
対象者	次のいずれかに該当し、65歳以上で、食事作りが困難な人 ①ひとり暮らしの人 ②高齢者のみの世帯の人 ③高齢者と障害者のみの世帯の人 ※家族の仕事等の理由で、日中、長い時間ひとりになる人についてもご相談ください。
配達時間	●昼食 午前9時30分～午後0時30分 ●夕食 午後2時30分～午後6時 ※配達時間を指定することはできません。
利用者負担	1食あたり 320円～480円 ※申請時に6事業者の中から選ぶことができます。 ※利用開始後、事業者の変更が可能です。ただし、事業者変更届の提出が必要です。
申込み	各総合支所 区民課 保健福祉係（6～8ページ参照） 各高齢者相談センター（裏表紙参照）
問合せ	高齢者支援課 在宅支援係 TEL 3578-2400～2406

●エアコン購入費助成

内容	夏季における高齢者の熱中症対策を支援するため、エアコンの購入・設置、設置に伴う故障したエアコンの取り外しおよび処分（リサイクル料・収集運搬費）に要する費用を助成します。 ※助成限度額111,000円（1世帯1回限り） ※購入後の申請は、助成対象となりませんので、ご注意ください。 ※一時的にエアコンの購入・設置費用等をご用意することが難しい場合はご相談ください。
対象者	自宅にエアコンがない、または故障により使用できるエアコンがない世帯で次の要件をすべて満たす世帯 ①65歳以上の高齢者のひとり暮らし世帯または65歳以上の高齢者のみで構成される世帯または65歳以上の高齢者と障害者のみで構成される世帯 ②世帯員全員が住民税非課税か生活保護を受給している世帯
申込み	各高齢者相談センター（裏表紙参照）
問合せ	高齢者支援課 在宅支援係 TEL 3578-2400～2406

●高齢者熱中症対策見守り推進事業

内容	75歳以上の在宅で生活する高齢者にペットボトル飲料を委託業者が配達して啓発するとともに、健康状態に関する簡単な聞き取りを行い、熱中症の危険性が高いと思われる人はふれあい相談員等による訪問につなげます。（1人あたり1回500ml飲料6本）
対象者	75歳以上の高齢者 ※ただし、施設入所者を除く。
実施期間	6月～8月
利用者負担	無料
問合せ	高齢者支援課 在宅支援係 TEL 3578-2400～2406



●補聴器購入費助成

内容	<p>聴力の低下のため日常生活に支障がある高齢者の生活を支援し、社会参加を促進するため、補聴器の購入に要する費用を助成します。</p> <p>【助成額】補聴器購入額（上限144,900円） ただし、住民税課税の人は補聴器購入額の1/2（上限額72,450円）となります。</p> <p>※助成事業の対象となる機器は、公益財団法人テクノエイド協会が認定する補聴器技能者が在籍する補聴器販売店で購入した補聴器本体（片耳1台分）およびその付属品（電池、充電器およびイヤモールド）に限ります。</p> <p>※購入後の申請は、助成対象となりませんので、ご注意ください。</p> <p>※区が指定する医療機関や補聴器販売店については、お問い合わせください。</p>
対象者	<p>60歳以上のまたは区が実施する高齢者聴力検査の対象者で、次の要件をすべて満たす人</p> <p>①区が指定する医療機関（補聴器相談医在籍）の医師が、補聴器の装用を必要と認める人 ②聴覚障害による身体障害者手帳の交付を受けていない人</p>
申込み	<p>各総合支所 区民課 保健福祉係（6～8ページ参照） 各高齢者相談センター（裏表紙参照）</p>
問合せ	<p>高齢者支援課 在宅支援係 TEL 3578-2400～2406</p>

コラム 難聴（聞こえにくさ）をほうっておくと…



- ★家族や友人とのコミュニケーションがうまくいなくなる
- ★テレビや映画の音が聞き取りにくくなる
- ★車の音などに気がつかず、外出時に危険も
- ★人と話すことがおっくうになり、社会との関わりが減ったりすることも



●聞こえのミニ講座

こちらから港区立介護予防総合センター（ラクっちゃ）の言語聴覚士による聞こえの講話動画をご覧ください。

高齢者のための「聞こえ」のセルフチェック

＊あなたの聞こえは大丈夫ですか？

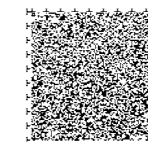
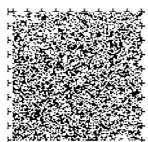
※参考：一般社団法人日本補聴器販売協会HPより

聴力は年齢とともに衰え、60代後半では3人に1人が加齢性の難聴とも言われています。聴力の低下はゆっくりと進むため、自分では自覚がない方もいます。難聴は、認知症の危険因子の1つとも言われ、早めに発見することで、聞こえを改善することができます。

＊まずは、自分の聞こえの状態をチェックしてみましょう

- 会話をしているときに聞き返すことがよくある。
- 後ろから呼びかけられると気づかないことがある。
- 聞き間違いが多い。
- 話し声が大きいと言われる。
- 見えないところからの車の接近に気づかない。
- 電子レンジの「チン」という音やドアのチャイムの音が聞こえにくい。
- 耳鳴りがある。

- 0個……現在の聞こえに問題はなさそうです。少しでも聞こえに不調がある場合には、聴力検診を受けてみましょう。
- 1～2個……実生活でお困りのことがあれば耳鼻咽喉科を受診しましょう。
- 3～4個……耳鼻咽喉科で相談してみましょう。
- 5個以上……早めに耳鼻咽喉科を受診することをお勧めします。



●ごみの戸別訪問収集・粗大ごみの運び出し収集

内容	<p>●ごみの戸別訪問収集 職員が戸別に訪問して資源・ごみ（以下「ごみ等」）を玄関先から収集します。また、収集の際、事前の連絡がなく、ごみ等が出ていない場合は、状況によりご本人が利用されている介護サービス事業者等と連携し、安否状況の確認を行います。</p> <p>なお、訪問収集にあたっては、事前に職員がご自宅を訪問して現在のごみ等の排出状況などを確認したうえで実施の可否を決定します。職員が確認に伺う際は、ご本人及びご親族もしくは第三者の立会いをお願いします。</p> <p>●粗大ごみの運び出し収集 職員がご自宅を訪問して粗大ごみを運び出し収集します。運び出しにあたっては、事前に職員がご自宅を訪問して運び出しの可否を決定します。ただし、次のような場合は収集できません。</p> <ol style="list-style-type: none"> ①ご本人又は代理人が、収集の際に立ち会えないとき ②収集により建物を損傷させる恐れがあるとき ③作業上、危険を伴うとき ④長尺物、重量物等出入口から運び出せないとき ⑤取り外し工事や、解体作業等が必要なとき ⑥運び出すことが著しく困難なとき
対象者	<p>次のいずれかに該当する人のみで構成する世帯であって、かつ、自力で資源・ごみを集積所（粗大ごみの場合は、自力で粗大ごみを屋外（指定の場所）へ運び出すことが困難で近隣住民等の協力が得られない世帯</p> <ol style="list-style-type: none"> ①65歳以上の人 ②介護保険法に規定する要介護認定を受けている人 ③身体障害者手帳、愛の手帳又は精神障害者保健福祉手帳の交付を受けている人 ④指定難病又は特殊疾病に罹患している人（指定難病：難病の患者に対する医療等に関する法律第5条第1項に規定するもの。特殊疾病：東京都難病患者等に係る医療費等の助成に関する規則別表第1の第2類に定めるもの）など <p>※対象者である旨を証明できるもの（健康保険証、介護保険被保険証など）、また、ごみの戸別訪問収集の場合は、緊急連絡先のお名前・電話番号もご用意ください。</p>
利用者負担	<p>無料</p> <p>※粗大ごみの運び出し作業は無料ですが、品目に応じた金額分の「有料粗大ごみ処理券」が必要です（減免が受けられる場合がありますので、詳しくはお問い合わせください。).</p>
申込み・問合せ	<p>みなとリサイクル清掃事務所 TEL 3450-8025</p>

●家具転倒防止器具等取付支援

内容	<p>「港区家具転倒防止対策等促進事業」により器具の助成を受けた世帯を対象に、取付けの支援をします。</p> <p>区が指定した業者が、自宅を訪問し、調査を行ったうえで、器具の取付けを行います。</p>
対象者	<p>次のいずれかに該当し、自力で器具等を取り付けることが困難な世帯</p> <ol style="list-style-type: none"> ①65歳以上のひとり暮らしまたは65歳以上の高齢者のみの世帯 ②要介護認定で「要介護3」以上の認定を受けている人を含む世帯 等
利用者負担	<p>無料</p>
申込み	<p>各総合支所 協働推進課 協働推進係（6～8ページ参照）</p>
問合せ	<p>防災課 地域防災支援係 TEL 3578-2516</p>

●防災用品のあっせん

内容	防災用品を自身で準備することが困難な人に、防災用品をあっせんします。
対象者	65歳以上のひとり暮らしまたは65歳以上の高齢者のみの世帯等
利用者負担	価格等は防災課までお問い合わせください。
申込み・問合せ	防災課 地域防災支援係 TEL3578-2516 ※各総合支所および港区ホームページで申請書の様式を用意しています。 必要事項を記入のうえ、防災課 地域防災支援係まで郵送またはお近くの各総合支所 区民課 保健福祉係でもお預かりします。

●自動通話録音機の無料貸出

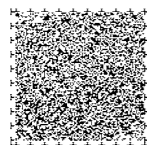
内容	自動通話録音機は、電話の呼出音が鳴る前に、自動的に相手に警告し、その後の通話内容を実際に録音します。特殊詐欺の犯人は、通話の録音を嫌うため、犯行を諦めさせる効果があります。録音した内容は後で聞くこともでき、通報を行う際にも役立ちます。この自動通話録音機を、区内の特殊詐欺に不安を感じている世帯に無料で貸し出します。※お使いの電話機の状態によって利用できない場合があります。
対象者	区内の特殊詐欺に不安を感じている世帯
利用者負担	無料 ※電気料金等は、利用者負担となります。
申込み・問合せ	防災課 生活安全推進担当 TEL3578-2270

●救急情報の活用支援（救急医療情報キット）

内容	高齢者や障害者などの安全・安心を確保するため、かかりつけ医や持病などの医療情報・薬剤情報提供書（写し）、診察券（写し）、マイナンバーカード（写し）、または資格確認証（写し）、本人の写真などの情報を専用の容器に入れ、自宅に保管しておくことで、万一の救急時に備えます。持病や服薬等の医療情報を確認することで、適切で迅速な処置が行えること、また緊急連絡先の把握により救急情報シートにない情報の収集や親族などのいち早い協力が得られます。
対象者	①高齢者 ②障害者 ③健康上、不安を抱えている人 等
利用者負担	無料
申込み・問合せ	各総合支所 区民課 保健福祉係（6～8ページ参照）
申込み	各いきいきプラザ等（112ページ参照） 各高齢者相談センター（裏表紙参照） 芝の家 港区芝3-26-8 TEL3453-0474

●高次脳機能障害者機能訓練

内容	家庭や地域での生活やコミュニケーション等、社会生活自立に向けた支援を行います。
対象者	脳血管障害や頭部外傷等により、高次脳機能障害（器質性精神障害）や言語障害と診断された18歳以上で、機能訓練を行う必要のある人
実施場所	障害保健福祉センター
利用者負担	無料 ※訓練教材等の費用負担があります。
申込み・問合せ	障害保健福祉センター 機能訓練担当 TEL5439-2511



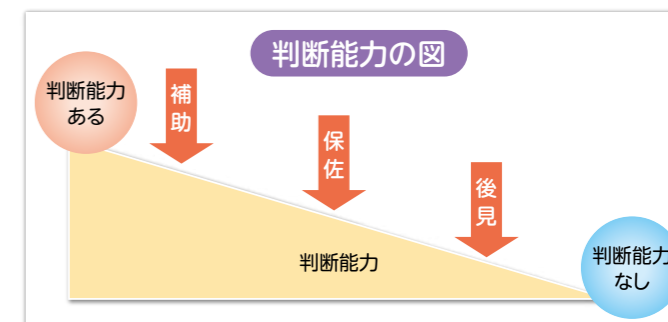
コラム

成年後見制度

判断能力が不十分な人を保護・支援するため、「自己決定の尊重」と「本人保護」との調和を理念とする制度で、「法定後見」と「任意後見」の2つから成り立っています。

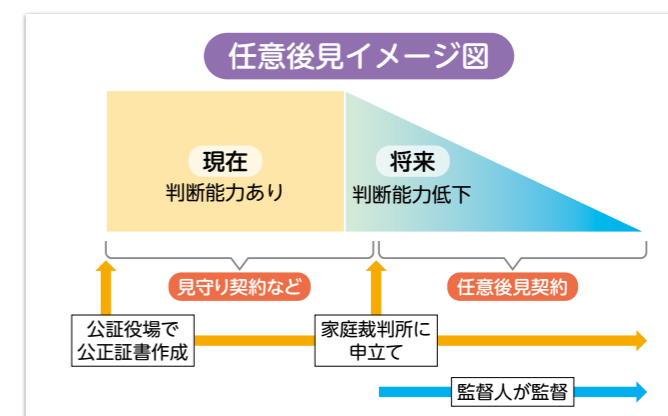
法定後見とは、すでに、判断能力が不十分な人を、家庭裁判所が選んだ成年後見人等が支援する制度です。

具体的には、財産管理や介護サービスの利用契約、施設・病院の入退所契約等の支援を、本人の福祉や生活に配慮しながら本人と一緒に、家庭裁判所に選任された**補助人・保佐人・成年後見人**が行います。本人の判断能力によって、**補助・保佐・後見**の3種類に分けられており、類型によって、成年後見人等に与えられる法的権限の範囲等が異なります。



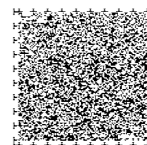
任意後見とは、将来、判断能力が衰えたときに備えて任意後見人を決め、支援してほしいことを書面（公正証書）であらかじめ約束しておく制度です。判断能力があるときに、公証役場で公正証書を作成して、任意後見人となる人（任意後見受任者）と任意後見契約を締結しておきます。

判断能力が低下した時点で、家庭裁判所に申立てを行い、任意後見監督人が選任され、あらかじめ決めておいた任意後見人が、本人のために活動を開始します。任意後見受任者が親族でない場合など、任意後見契約とは別に、見守り契約などを結び、任意後見の開始の時期を失することがないように配慮しましょう。



■法定後見の手続きの流れ

① 申立て準備	●本人の判断能力・日常生活・経済状態をできる範囲で把握します。 ●申立人や後見人等の候補者を検討します。 ●成年後見制度専用の診断書の作成を医師に依頼します。
② 申立て	●申立人が本人の住所地の家庭裁判所に「補助」「保佐」「後見」の開始申立てをします。 ●申立てできる人は本人・配偶者・四親等内の親族、市区町村長などです。 ※申立てに要する標準的な費用は2万円程度です。
③ 調査 鑑定会	●家庭裁判所の職員が申立人や本人、後見人等候補者と面接します。 ●必要に応じて、家庭裁判所からの依頼により、医師が本人の判断能力を鑑定します。 ●家庭裁判所が親族に対し、意向を確認することがあります。
④ 審判	●家庭裁判所が審判し、審判結果（審判書）が申立人と本人、後見人等に通知されます。 ※通知があつてから2週間の即時抗告期間を経て審判が確定し、正式に後見人等の就任が決まります。
⑤ 開始	●法務局に登録されたのち、後見人等が定められた権限の範囲において、本人を支援します。 ●後見人等の職務は、家庭裁判所や後見監督人等が監督します。



●権利擁護センター「サポートみなと」の事業

■成年後見制度に関する相談

内容	成年後見制度の利用などについて、個別に事情を伺い、相談をお受けします。
対象者	成年後見制度の申立てを検討している人、成年後見制度について知りたい人

■弁護士による福祉専門相談

内容	福祉サービスの利用に関するトラブルや疑問、成年後見制度、財産管理、権利侵害、終活等について弁護士が個別に相談に応じます。
時間	午後1時30分～4時20分（予約受付順） ※港区社会福祉協議会職員による相談は随時実施しています。
実施回数	月3回
利用者負担	無料

■成年後見制度の利用支援

成年後見制度や申立て手続きの説明などを行い、家庭裁判所への申立ての支援をします。必要に応じて、家庭裁判所や適切な専門機関へおつなぎします。

成年後見人等候補者の推薦

内容	後見人等候補者の推薦について依頼を受けた際、事前に登録している候補者を推薦します。
対象者	成年後見制度の申立てを検討している人

申立経費の助成

内容	成年後見制度の申立てに必要となる経費を負担することが困難な人を対象に、申立経費を助成します。
対象者	成年後見制度を利用する本人が区内在住で、申立人および本人が住民税非課税または生活保護受給者、かつ、申立経費を負担することが困難と認められる場合等

成年後見人等後見報酬の助成

内容	成年後見制度の利用にあたり、後見人等の報酬を負担することが困難な人を対象に、報酬を助成します。
対象者	成年後見制度を利用する本人が区内在住・生活保護受給者またはそれに準ずる場合で、かつ、報酬を負担することが困難と認められる場合等

■成年後見人等のサポート

親族後見人の支援

内容	親族後見人が安心して後見活動に取り組むことができるよう、活動の相談やニュースレターによる情報提供等により活動を支援します。
対象者	親族後見人として活動している人

成年後見人等の連絡会

内容	後見活動に役立つ情報や後見人同士の交流・情報交換の場として連絡会を開催します。
対象者	港区で後見活動をしている後見人等

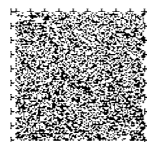
■成年後見制度の普及・啓発活動

親族向け後見人講座

内容	弁護士等の専門職を講師として講座を開催します。
対象者	成年後見制度の申立てを検討している人、親族後見人として活動している人
利用者負担	無料

サポートみなと講演会、ミニ講座、出張相談会等

内容	専門職や港区社会福祉協議会の職員が講師となり、講演会や講座を開催します。
対象者	成年後見制度の申立てを検討している人、成年後見制度に関心のある人
利用者負担	無料



■区民後見人等候補者の養成等

内容	地域における身近な存在として活動することのできる区民後見人等候補者を養成します。
対象者	区内または隣接地域にお住まいの人

■法人後見事業

内容	適切な後見人等が得られない等、港区社会福祉協議会による法人後見受任が適切な場合に港区社会福祉協議会が後見人等候補者となります。
対象者	港区社会福祉協議会による法人後見受任が必要な人（その他要件があります）

■福祉サービス利用援助事業

内容	<ul style="list-style-type: none"> ①福祉サービス利用援助 福祉サービスの利用に関する相談・情報提供・手続きや利用料支払いの援助など ②日常的金銭管理サービス 預貯金等の払戻し・預入れ、公共料金や家賃等の支払の援助など ③書類等の預かりサービス 大切な書類などのお預かり 【お預かりできるもの】預貯金通帳・実印・届出印・書類（不動産の権利証、年金証書、保険証書など）
対象者	高齢・知的障害・精神障害・身体障害などのために、福祉サービスの利用援助が必要な人（自分の意思でサポートみなとと契約できる人）
利用者負担	①・②……基本料金：1回1時間まで1,700円 延長料金：30分単位で800円を加算 ③……1か月700円

■あんしん未来・終活サポート事業

高齢者等の区民が、自身の意思に沿った将来の生活と終末期に備えられるよう準備する活動を支援する事業です。区のエンディングプラン登録事業（P96）と港区社会福祉協議会の以下3つの事業の総称です。

終活相談窓口

内容	それぞれのご状況に合わせて終活に関する相談に応じます。弁護士による福祉専門相談（P94）も実施しています。終活相談窓口で対応できない困りごとについては、専門職や関係機関につなげます。
利用者負担	無料

あんしん生活サポート事業

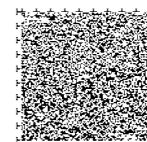
内容	頼れる身寄りのいない人を対象に、港区社会福祉協議会が契約に基づき預託金（80万円）の範囲で以下の支援を行います。 ①見守り・身元保証代替支援 ②生活支援 ③書類等の預かり ④死後事務支援 ①及び④は必須サービスです。
対象者	65歳以上または障害や病気等により支援が必要な人、資産（居住用不動産を除く）が3,000万円以下である人、住民税課税所得金額が145万円未満（公的年金のみの場合、収入約330万円／年が目安）で負債がなく、原則として収支がプラスである人。*その他要件があります。
利用者負担	基本利用料15,000円／年 預託金80万円 ①無料（契約内容により費用が生じる場合があります） ②利用料1,700円／時（30分単位で800円を加算） ③利用料700円／月 ④死後事務受任者との契約内容に応じた費用が別途生じます。

入院時サポート事業

内容	頼れる身寄りのいない人が緊急で入院した際、医療機関からの連絡により、入院費等の支払い支援等を行います。
対象者	65歳以上の人、または障害や病気等により支援が必要な人（自分の意思で契約できる人） *利用したい場合は入院先の相談員へご相談ください。お問い合わせは終活相談窓口へご連絡ください。
利用者負担	3,000円／回（交通費込み） *1日1回4時間以内 生活保護受給者は、申請により利用料の給付が受けられる場合があります。

申込み・問合せ 権利擁護センター「サポートみなと」 TEL 6230-0283

パンフレット等配布窓口 権利擁護センター「サポートみなと」（115ページ参照）



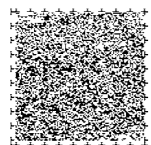
●エンディングプラン登録事業

内容	あらかじめ、緊急連絡先や生前契約等の終活関連情報を区に登録し、病気や事故等で意思表示ができなくなったとき等、指定した開示先（警察署、消防署、医療機関、親族、友人等）からの照会に基づき登録者の情報を開示します。
対象者	区内に住居登録のある18歳以上の人
利用者負担	なし
申込み・問合せ	終活相談窓口（港区社会福祉協議会内） TEL6230-0283

※港区独自のエンディングノートを配布しています。
配布場所は、港区社会福祉協議会、各高齢者相談センター、各いきいきプラザ、高齢者支援課等です。

●おむすびサービス（住民参加型の有償在宅福祉サービス）

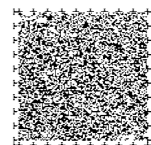
内容	<p>日常生活を営む上で支援を必要とする人（利用会員）と支援できる人（協力会員）をむすび、地域で住民相互の助け合いを推進する会員制のサービスです。</p> <p>〈活動内容〉</p> <p>①家事などのサービス 日常の掃除等の家事、通院・外出の付き添い、食事準備、買物代行、話し相手 等</p> <p>②高齢者等世帯支援サービス 高齢者や障害者のみの世帯等を限定に、世帯単位での日常の掃除等の家事 等</p> <p>③ワンポイントサービス トイレ・浴室等水回りの掃除、普段できない掃除や片付け、衣替え 等</p> <p>※以下の活動は、お受けできません。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・専門的技術のいる掃除 ・身体介護 ・大きな家具の移動 ・同居の家族に関する事（高齢者・障害者のみの世帯を除く） ・本人がいない留守宅でのこと 等 <p>※入会前の「おためし利用」もご相談ください。</p>						
対象者	<p>〈会員区分・年会費〉</p> <table border="1"> <tr> <td>利用会員</td> <td>区内で高齢や障害、病気・ケガなど何らかの理由により日常生活を営む上で支援を必要とする人。原則、区内在住 ●年会費……2,000円</td> </tr> <tr> <td>協力会員</td> <td>サービスの提供に協力できる18歳以上の人（高校生不可） ●年会費……2,000円 ●更新時……1,000円</td> </tr> <tr> <td>賛助会員</td> <td>この事業の趣旨に賛同し、経済的に支援していただける人または団体 ●年会費…1口2,000円（何口でも可）</td> </tr> </table> <p>〈料金〉 ①1時間……800円 ②・③1時間……1,200円</p>	利用会員	区内で高齢や障害、病気・ケガなど何らかの理由により日常生活を営む上で支援を必要とする人。原則、区内在住 ●年会費……2,000円	協力会員	サービスの提供に協力できる18歳以上の人（高校生不可） ●年会費……2,000円 ●更新時……1,000円	賛助会員	この事業の趣旨に賛同し、経済的に支援していただける人または団体 ●年会費…1口2,000円（何口でも可）
利用会員	区内で高齢や障害、病気・ケガなど何らかの理由により日常生活を営む上で支援を必要とする人。原則、区内在住 ●年会費……2,000円						
協力会員	サービスの提供に協力できる18歳以上の人（高校生不可） ●年会費……2,000円 ●更新時……1,000円						
賛助会員	この事業の趣旨に賛同し、経済的に支援していただける人または団体 ●年会費…1口2,000円（何口でも可）						
時間	午前9時～午後5時 ※1回の活動は、原則2時間以内です。通院の付き添いについては、ご相談ください。						
実施期間	月～金曜（祝日、年末年始を除く）						
問合せ	港区社会福祉協議会 ボランティア・地域活動支援係（みなとボランティアセンター） TEL6230-0284						
パンフレット等配布窓口	「活動する港社協」（115ページ参照）						



●孫の手サービス

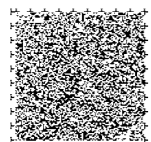
内容	高齢等のため、自分で行うことが困難になった家庭内の簡易な作業や、介護保険等の公的サービスの対象外となっているサービス等について、シルバー人材センターが区や地域の関係機関と連携しながらサービスを提供します。 センターの会員が長年培ってきた豊かな知識・経験・技能等の能力を使って、ご希望にお応えします。		
対象者	60歳以上の人・障害者（家族からの代理依頼可） ※その他の区民の人も下記サービスをご利用いただけますが、料金体系が異なります。 詳しくは、お問い合わせください。		
利用者負担	消費税を含んだ表記としています。 ※4月1日現在の金額です。変更する場合があります。		
	区分	サービス内容	料金
利用者負担	福祉系 (ハートフルサービス)	外出同行	1,440円/時間 (交通費実費) ※1時間以内の場合は2,070円/回 (交通費実費)
		話し相手	
		衣替え・衣類整理	
		出張美容 (ヘアカット)	カット 4,400円～ (交通費実費)
		出張着付け	3,700円～ (交通費実費)
	地域系 (クイックサービス)	電球の交換	580円/1回2個まで (交通費実費)
		ベランダ清掃	1,440円/時間 (交通費実費)
		窓や網戸の清掃	
	技能系 (リビングサービス) ※受注調整があるためご相談ください。	包丁研ぎ	700円～/1本 (文化包丁)
		網戸の張替	4,000円～/1枚
蝶番等の調整		2,000円～/1か所	
家具の移動		2,000円～	
粗大ゴミ搬出			
その他小規模修繕	要見積もり お気軽にご相談ください。		
申込み・問合せ	公益社団法人 港区シルバー人材センター 港区南麻布1-5-26 ゆうあい南麻布3階 TEL5232-9681 / FAX5232-9680		

※会員の就業状況により、一時的に受付を停止する場合がございます。あらかじめご了承ください。



●車いすの貸出

内容	一時的に車いすが必要になった人に貸し出し、日常生活を支援します。
対象者	使用者または借受者が区内在住で、使用者は在宅で生活し、高齢や障害、病気・ケガ等により一時的に歩行困難な人 ※要介護認定「要介護2～5」と認定されている人または認定される見込みがある人は、介護保険制度の福祉用具貸与（レンタル）をご利用ください。なお、介護保険を申請し、福祉用具貸与の車いすが届くまでの間などは、利用することができます。
時間	●短期貸出：7日以内 ●一般貸出、延長貸出：3か月以内 ※貸出期間は、最長で6か月
利用者負担	●短期貸出……無料 ●一般貸出……1,000円 ●延長貸出……1,000円 ※短期貸出の期間を超えた場合は、一般貸出へと自動的に変更され維持管理協力費を負担していただきます。 ※使用者または借受者が港区社会福祉協議会会員、使用者の世帯が住民税非課税世帯、生活保護受給世帯の人については、維持管理協力費が免除となります。 ※使用者が介護保険証や身体障害者手帳の交付を受けていても、維持管理協力費の免除にはなりません。
申込み・問合せ	港区社会福祉協議会 ボランティア・地域活動支援係（みなとボランティアセンター） TEL6230-0284
問合せ	車いすステーション ※所在地や連絡先などについては、お問い合わせください。 ※申請に必要なもの ①マイナンバーカード・運転免許証など、使用者および借受者の住所が証明できるもの ②使用者が交付を受けている場合は、介護保険証や身体障害者手帳（原本とその写し）
パンフレット等配布窓口	「活動する港社協」（115ページ参照）

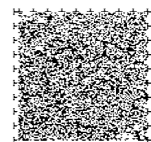


●みんなと地域の福祉活動（小地域福祉活動）

内容	身近な地域で、身近な気になることを、身近なみんなと、身近な活動でつないでいくことをめざしています。あなたの地域で活動を始めてみませんか。必要な情報の提供や活動費用の助成などの支援をします。 【サロン活動】 身近な地域で閉じこもりがちな人を対象に、サロン活動を通じてつながりづくりを進め、社会的孤立を防止する活動です。特定の趣味活動やサークル活動ではなく、誰もが気軽に定期的に集まれる場を作り、気にかけてあえる関係づくりを進めます。 【声かけ見まもり活動】 地域組織等（町会・自治会や集合住宅の管理組合等）やサロン活動を実施する地域のグループの人たちで、地域や活動にあった方法を工夫して、「日常的にさりげなく」声をかけ、ゆるやかに見まもる活動です。 【みんなの会議】 地域組織等に福祉部や福祉委員会などの組織を位置づけて、地域のことを話し合い、ちょっと気になる福祉課題に対して、学習会や交流イベントなどを通じて地域の福祉力向上をめざす活動です。
対象者	【サロン活動】 ●高齢者、障害者、子育て中の親等 【声かけ見まもり活動】 ●町会・自治会や集合住宅の管理組合等 ●サロン活動を実施する地域のグループ 【みんなの会議】 ●町会・自治会や集合住宅の管理組合等
問合せ	港区社会福祉協議会 地域福祉係 TEL6230-0281
パンフレット等配布窓口	「活動する港社協」（115ページ参照）

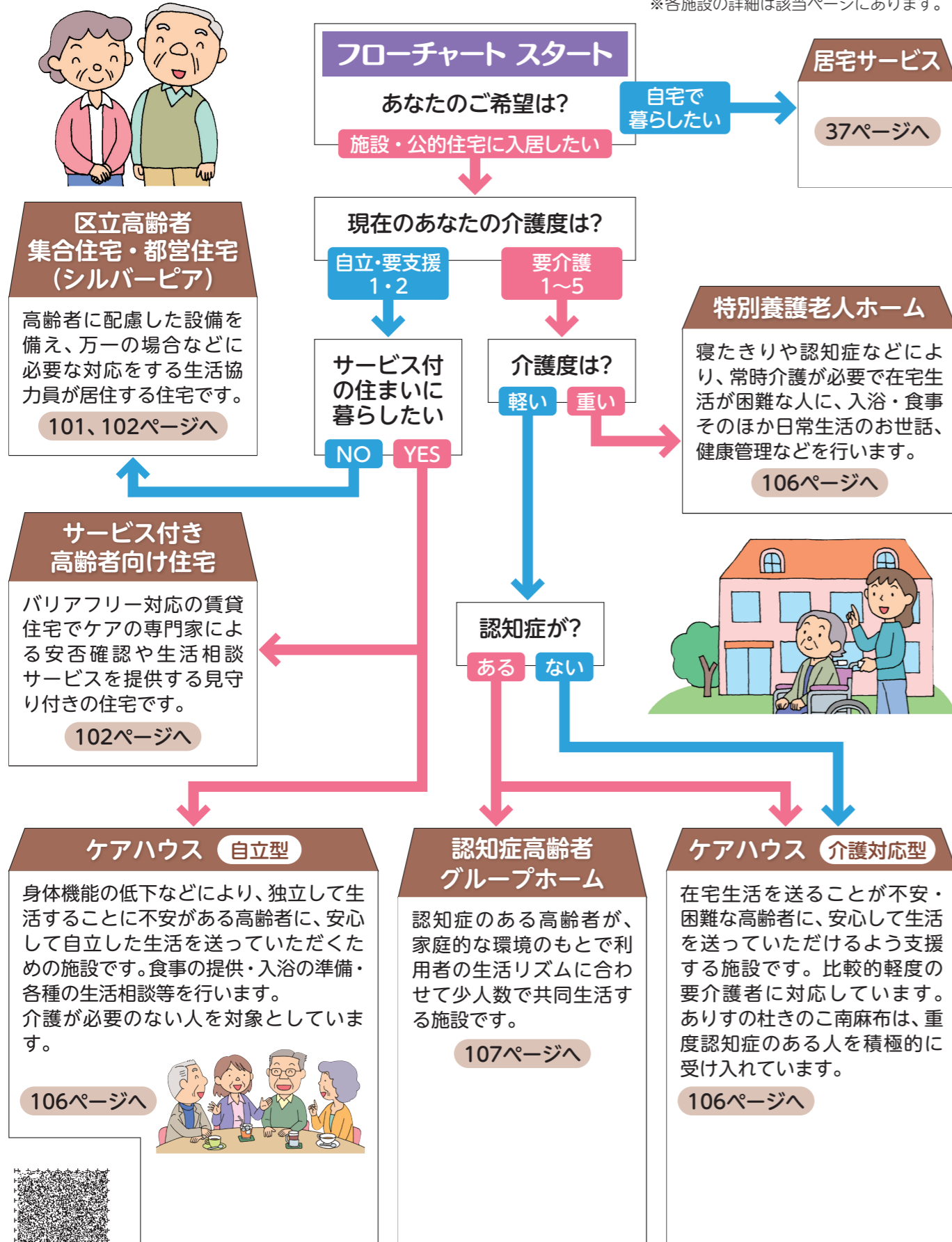
●生活福祉資金貸付事業

内容	世帯の生活の安定と経済的自立を目的として、お住まいの地区の民生委員・児童委員とともにご相談に応じ、必要な資金の貸付を行います。 ※資金貸付には、東京都社会福祉協議会による審査があります。
対象者	所得の少ない世帯・障害者や介護を要する高齢者のいる世帯 ※資金の種類により貸付要件等が異なりますので、詳しくは、お問い合わせください。
問合せ	港区社会福祉協議会 生活支援係 TEL6230-0282
パンフレット等配布窓口	「活動する港社協」（115ページ参照）



区内にある高齢者向けの住まいについてわかりやすくまとめました。
矢印に沿ってご自分に合った住まいを見つけてください。

※各施設の詳細は該当ページにあります。



①住まい

●区立高齢者集合住宅

内容	高齢者に配慮した設備を備え、万一の場合等に必要な対応をする生活協力員が居住する住宅です。毎年11月中旬頃、入居登録者募集を行っています。 ※詳しくは、「広報みなと」等でお知らせします。
対象者	①65歳以上のひとり暮らしの人(単身者用)、または申込者が65歳以上であり、65歳以上の同居親族(配偶者の場合は60歳以上)か本人とともにみなとマリアージュ制度を利用するもしくは東京都パートナーシップ宣誓制度による証明を受けた60歳以上の人がいること(2人世帯用) ②区内に引き続き3年以上居住していること ③世帯が独立した日常生活を営めること ④世帯の全員が住宅に困っていること ⑤世帯の所得が3,228,000円以内であること ⑥申込者および同居予定者が暴力団員でないこと
問合せ	高齢者支援課 高齢者施設係 TEL3578-2420~2424、2412、2448

●特定公共賃貸住宅(高齢型住戸)

内容	特定公共賃貸住宅シティハイツ港南の一部の住戸を、バリアフリー改修した高齢者向けの住宅です。 ※空き家が生じた場合に限り、6月、12月、3月の「広報みなと」等で募集します。 ※この住宅は中堅所得者向けの住宅です。
対象者	①申込者が65歳以上であり、次のア・イのいずれかに該当すること ア. 申込者が、区内に引き続き3年以上居住していること イ. 申込者、配偶者、みなとマリアージュ制度の相手方または東京都パートナーシップ宣誓制度の相手方の親または子が、区内に引き続き3年以上居住していること ②現に同居し、または同居しようとする人がいる場合は、その人が親族、里子、みなとマリアージュ制度の相手方または東京都パートナーシップ宣誓制度の相手方であること ③世帯の所得等が定められた基準内であること ④現に自ら居住する住宅を必要としていること ⑤住民税の滞納がないこと ⑥申込者および同居しようとする人が、暴力団員でないこと ※①~⑥以外にも要件があります。詳しくは、募集の期間に配布を行う「申込みのしおり」をご覧ください。
問合せ	住宅課 住宅管理係 TEL3578-2265~2269

●都営住宅（シルバーピア）

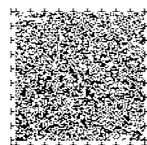
内容	住宅に困窮する高齢者世帯を支援するための、都営住宅の申し込み資格がある65歳以上の単身者または2人世帯で、東京都内に引き続き3年以上居住している人などを対象に、抽選方式により募集している住宅です。 ※詳しくは、「広報東京都」・「広報みなと」等でお知らせします。
対象者	①65歳以上の親族と同居していない単身者であること（単身者用）、または申込者が65歳以上であり、65歳以上の同居親族（配偶者の場合は60歳以上）がいること（2人世帯用） ②東京都内（地元割当募集の場合は区内）に引き続き3年以上居住していること ③所得が定められた基準内であること ④住宅に困っていること ⑤世帯の全員が暴力団員でないこと
申込み・問合せ	東京都住宅供給公社 都営住宅募集センター 〒150-8322 東京都渋谷区神宮前5-53-67 コスモス青山 TEL3498-8894 ----- (地元割当の場合) 高齢者支援課 高齢者施設係 TEL3578-2420~2424、2412、2448

●グループリビング（高齢者見守りつき住宅）

内容	要介護・要支援認定を受けている人が、自宅と同じように生活する見守りつきの住宅です。必要に応じて訪問介護やデイサービスなど介護保険サービスを利用しながら、要介護状態でも自宅での生活が継続できます。
対象者	要介護・要支援の認定を受けている人
利用者負担	家賃・共益費・管理費などの利用料のほか、光熱水費など別途自己負担があります。
申込み・問合せ	各施設に直接お申し込みください。(112ページ参照)

●サービス付き高齢者向け住宅

内容	バリアフリー対応の単身者用賃貸住宅で、主に、自立または軽度の要介護状態の高齢者向けの住まいです。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。 悠楽里レジデンス六本木（112ページ参照）では、毎年8月頃、入居登録者募集を行っています。 ※詳しくは、「広報みなと」等でお知らせします。
対象者	①60歳以上の人 ②区内に引き続き3年以上居住していること ③年間所得額が右記の金額以内であること 5,844,000円以内 ④暴力団員でないこと
利用者負担	家賃・共益費・基本サービス費のほかに、光熱水費など別途自己負担があります。 ※年間所得に応じた、家賃の減額制度があります。
申込み・問合せ	各施設に直接お申し込みください。(112ページ参照)



●民間賃貸住宅入居支援

内容	住み替えが必要で新たな住まいに困窮している高齢者世帯に対し、民間賃貸住宅の紹介、債務保証会社の紹介と初回保証委託料の助成、入居費用の一部助成を行い、高齢者世帯の良好な居住環境の確保を支援します。 ※初回保証委託料の助成限度額 ●単身世帯……60,000円以内で実際に要した額 ●2人以上の世帯……80,000円以内で実際に要した額 ※入居費用の助成限度額 ●単身世帯……360,000円 ●2人以上の世帯……480,000円 を限度として、●礼金相当分……月額賃料2か月分以内で実際に要した額 ●仲介手数料……月額賃料1か月分以内で実際に要した額
対象者	区内に住所を有する高齢者・障害者、ひとり親、生活保護受給者世帯で独立して日常生活を営むことができること。 【民間賃貸住宅の紹介】 ①現在住み替えが必要で、新たな住まいに困窮していること。 【入居費用の一部助成】 ①住み替えの理由が、自己の責めによらない立ち退きであること。 ②この事業で区内の民間賃貸住宅の紹介を受けて入居が決定し、賃貸借契約を締結していること。 ③世帯の所得が3,228,000円を超えていないこと。 ④生活保護を受給していないこと。 【債務保証会社の紹介】 ①区内の民間賃貸住宅の賃貸借契約に際し、連帯保証人となり得る親族もしくは知人がいないことまたは債務保証会社の利用が必須であること。 ②世帯の所得が3,228,000円を超えていないこと。 【初回保証委託料の一部助成】 ①この事業の債務保証会社の紹介を受け当該債務保証会社を利用することまたは民間賃貸住宅の紹介を受け、区内の民間賃貸住宅に賃貸借契約を結ぶ際、家主が指定する債務保証会社を利用する必要があること。 ②世帯の所得が3,228,000円を超えていないこと。 ※本事業を利用して区内に転居先が決まった場合、転居先に救急通報システム（ライフリズムセンサー）の設置が必要です。(88ページ参照)
申込み・問合せ	各総合支所 区民課 保健福祉係（6～8ページ参照）
問合せ	住宅課 住宅政策担当 TEL3578-2289

●家主あんしんサポート保険（高齢者に部屋を貸している家主向け）

内容	単身高齢者世帯等が入居する住宅を対象に、賃貸戸室内における死亡事故による家主の損害を補償します。 ※詳細はお問い合わせください。
対象者	保険登録することができる民間賃貸住宅 ①所在地が区内であること。 ②入居者（賃借人）が65歳以上のひとり暮らしまたは65歳以上の人を含む60歳以上の人で構成する世帯であること。 ③保険登録時の家賃が20万円以下であること。 ▼補償内容 ①家賃損失による損害（月額家賃×50%）（ただし、1か月あたり10万円が上限） ②家賃減少損失による損害（（月額家賃－値引後家賃）×50%）（ただし、1か月あたり10万円が上限） ③原状回復費用（ただし、1事故あたり100万円が上限） ④事故対応費用（ただし、1事故あたり10万円が上限） ⑤事故再発防止費用（ただし、1事故あたり10万円が上限）
利用者負担	無料
申込み・問合せ	住宅課 住宅政策担当 TEL3578-2289



●自立支援住宅改修給付

内容	日常生活を送るうえで、転倒予防など、生活の質を確保することができるよう、住居内を改修する費用を助成します。 ※身体状況等を考慮した優良な工事が行われるよう、事前に自立支援住宅改修等コーディネート事業に申請していただきます。申請後、各高齢者相談センター、改修事業者および住宅改修等コーディネーターが自宅へ訪問し、本人の状況や家屋の状況および本人の自宅での生活状況等を確認します。 ※工事着工後の申請および追加の新たな設置、既存設備の破損・老朽化に伴う改修・リフォームについては、給付対象となりませんのでご注意ください。			
	種別	助成対象工事	助成限度額	
内容	予防給付	手すりの取付け、段差の解消、滑り防止のための床材変更、引き戸等への扉の取替え、和式から洋式への便器の取替え	200,000円	
	設備給付	浴槽の取替えおよびこれに付帯して必要な給湯設備等の工事	379,000円	
		流し・洗面台の取替えおよびこれに付帯して必要な給湯設備等の工事 ※原則、車いすの利用者で本人が調理・洗面を行っている人が対象です。	156,000円	
		便器の洋式化およびこれに付帯して必要な工事	106,000円	
対象者	<p>【予防給付】 65歳以上で、区内に居住しており、区の調査で住宅の改修が必要と認められる自立の人（未判定者を含む） ※要介護認定「要支援1」以上の人は、介護保険の住宅改修（44ページ）を利用してください。</p> <p>【設備給付】 既存の設備の使用が困難な人（要介護認定を受けている人も利用可）で、予防給付および介護保険の住宅改修の限度額を超える場合</p>			
利用者負担	課税状況	負担率		
利用者負担	利用者負担率	生活保護を受給している人 ・高齢福祉年金受給者で世帯全員が住民税非課税の人	0%	
		世帯全員が住民税非課税	3%	
		本人が住民税非課税の人	10%	
		上記以外の人	10%	
申込み	各高齢者相談センター（裏表紙参照）			
問合せ	高齢者支援課 在宅支援係 TEL 3578-2400～2406			



●昇降機設置費助成

内容	高齢者の転倒の予防、介護の負担軽減および行動範囲を拡大し、高齢者が在宅での生活の質の向上が図れるよう、住宅に階段昇降機または家庭用エレベーターを設置する場合に、その費用の一部を助成します。 【助成限度額】 1,332,000円 ※身体状況等を考慮した優良な工事が行われるよう、事前に自立支援住宅改修等コーディネート事業に申請していただきます。申請後、各高齢者相談センター、改修事業者および住宅改修等コーディネーターが自宅へ訪問し、本人の状況や家屋の状況および本人の自宅での生活状況等を確認します。 ※工事着工後の申請は、助成対象となりませんのでご注意ください。		
対象者	65歳以上の要介護認定「要支援1」以上の人で、以下の①または②の要件を満たすとともに③に該当し、区の調査で昇降機の設置が必要と認められ、昇降機などの「確認済証」または「建築基準法第12条第5項に基づく報告書」の写しを提出できる人 ①日常的に車いすまたは歩行器を利用している人 ②昇降機を必要とする医師の意見書を区へ提出できる人 ③玄関、居室、浴室、洗面所、台所、便所のうち1つが住宅の2階以上または地下階にあり、日常的に昇降する必要がある人		
利用者負担	課税状況	負担率	
利用者負担	利用者負担率	生活保護を受給している人 ・高齢福祉年金受給者で世帯全員が住民税非課税の人	10%
		世帯全員が住民税非課税	20%
		本人が住民税非課税で世帯に住民税課税者がいる	30%
		本人が住民税課税で世帯全員の合計所得金額が250万円未満	40%
		本人が住民税課税で世帯全員の合計所得金額が250万円以上1,000万円未満	50%
本人が住民税課税で世帯全員の合計所得金額が1,000万円以上	60%		
申込み	各高齢者相談センター（裏表紙参照）		
問合せ	高齢者支援課 在宅支援係 TEL 3578-2400～2406		

●共同住宅バリアフリー化支援

内容	高齢者が、多く居住する共同住宅の共用部分のバリアフリー化に要する費用の一部を助成します。助成対象工事および助成額については、下表をご参照ください。 ※工事着工後の申請は、助成対象となりません。※募集期間がありますので、お問い合わせください。		
内容	助成対象工事	助成対象限度額	助成金額
	出入口・廊下等の段差解消	70万円	対象工事に係る経費と助成対象限度額を比較して、いずれか少ない額の2分の1
	出入口・階段・廊下等の手すりの設置	70万円	
	床のノンスリップ化	70万円	
	段差解消機の新設	800万円	
	エレベーターの新設	2,000万円	
既存エレベーターのバリアフリー化改修	300万円		
対象者	次の要件をすべて満たす共同住宅 ①区内にある共同住宅で分譲住宅または今後も優先的に高齢者を居住させる賃貸住宅 ②65歳以上の高齢者を含む世帯（住民登録されている65歳以上の高齢者がいる世帯）が、居住世帯全体の25%を超える共同住宅 ③延べ床面積のおおむね2分の1を超える部分が、居住の用途に提供される共同住宅 ④公的賃貸住宅以外のもの ※②については、調査が必要なため、申請前に高齢者支援課在宅支援係にお問い合わせください。		
申込み・問合せ	高齢者支援課 在宅支援係 TEL 3578-2400～2406 ※お申し込みの前にご相談ください。		

②老人ホーム

●特別養護老人ホーム

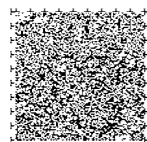
内容	常時介護が必要で在宅生活が困難な人に、入浴・食事、その他日常生活の支援・健康管理等を行う施設です。年2回(1月末・7月末締切)、入所者募集を行っています。
対象者	要介護認定「要介護3～5」の人 ※「要介護1・2」の人で特別養護老人ホーム以外での生活が著しく困難であると認められる場合に限り、特例的に入所対象者とします。
利用者負担	介護保険の負担割合のほか、居住費・食費、その他日常生活のための費用がかかります。
問合せ	高齢者支援課 高齢者施設係 TEL3578-2420～2424、2412、2448 各高齢者相談センター(裏表紙参照)
パンフレット	「港区施設案内(高齢者施設)」(115ページ参照)

●養護老人ホーム

内容	原則、65歳以上で、住居および生活環境上の問題がありかつ経済的に困窮しているため、自宅での生活が困難な人が入所する施設です。
対象者	原則、65歳以上の人で、 ①住居および生活環境上の理由 ②経済的理由 ①および②のいずれにも該当する場合、港区老人ホーム入所判定委員会で対象の要否を判定します。判定の結果、要とされた人を入所対象者とします。
利用者負担	費用は本人の収入や世帯の所得状況によって異なります。
問合せ	各総合支所 区民課 保健福祉係(6～8ページ参照)

●ケアハウス

内容	身体機能の低下等により、独立して生活することに不安がある高齢者に、安心して自立した生活を送っていただくための施設です。食事の提供・入浴の準備・各種の生活相談等を行います。介護の必要のない人を対象とする「自立型ケアハウス」、介護の必要な人を対象とする「介護対応型ケアハウス」の2種類があります。
対象者	①自立型 60歳以上で、家族による援助を受けることが困難な人等 ②介護対応型 60歳以上で、要介護認定「要介護1～5」の人等
利用者負担	利用者の収入に応じた負担があります。
問合せ	高齢者支援課 高齢者施設係 TEL3578-2420～2424、2412、2448
申込み	各施設に直接お申し込みください。(111ページ参照)
パンフレット	「港区施設案内(高齢者施設)」(115ページ参照)



●認知症高齢者グループホーム

内容	認知症のある高齢者が、家庭的な環境の下で利用者の生活のリズムに合わせて少人数で共同生活をする施設です。随時受付し、空室状況により入居できます。
対象者	要介護認定「要支援2」・「要介護1～5」の人で認知症のある人(共同生活に支障のある人は除く)
利用者負担	介護保険の負担割合のほか、家賃・食費、日常生活費(共益費)、光熱水費、管理費などがかかります。
申込み・問合せ	各施設に直接お申し込みください。(111ページ参照)
パンフレット	「港区施設案内(高齢者施設)」(115ページ参照)

●老人保健施設

内容	病状が安定し、リハビリを中心とする医療ケアと介護を必要とする場合に入所して利用する施設です。
対象者	要介護認定「要介護1～5」の人
利用者負担	介護保険の負担割合のほか、居住費・食費・その他日常生活のための費用がかかります。
申込み・問合せ	各施設に直接お申し込みください。(111ページ参照)
パンフレット	「港区施設案内(高齢者施設)」(115ページ参照)

コラム 人生会議 ～ACP(アドバンス・ケア・プランニング)～

自分らしく暮らし続けるために、「将来、どのような最期を迎えたいか」をいま考えてみませんか? ※港区在宅療養ガイドブックより

最後まで
病気と
闘いたい

できるだけ
自宅で
過ごしていきたい

痛いのは
嫌だな

長く入院
したくないな

意識もなく、
回復が期待できない
状態になったら、
命を永らえる処置は
してほしくないな

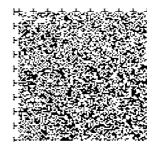
最期まで自分らしく暮らすために、自分が希望する医療や介護をどのように受けたいか、ご家族や、医療や介護の担当者とあらかじめ話し合い、共有する取り組みをアドバンス・ケア・プランニング(ACP)といいます。愛称は「人生会議」です。

体調や環境の変化により、希望する医療やケアも変わります。ご本人、ご家族、関係者が、繰り返し話し合うことが大切です。今後の人生をどのように過ごし、どのような医療やケアを受けたいのか話し合い、自分の意思をきちんと伝えておきましょう。

～例えばこんなことを話し合ってみましょう～

1. 大切にしていること
2. 自分の生き方
3. 病気になったときに望む医療やケア、望まない医療やケア
4. 自分で意思表示ができないときに望む治療
5. 自分の代わりに判断して欲しい人
6. これだけは嫌なこと
7. 最期まで暮らしていきたい場所

港区版ACPシートをご活用ください!



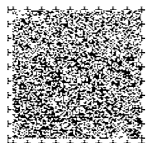
① 医療が必要になった時

● 後期高齢者医療制度（長寿医療制度）

内容	75歳以上の人（65歳から74歳までで障害認定を受けている人を含む）は、それまで加入していた医療保険（国民健康保険・被用者保険等）から後期高齢者医療制度に移行します。制度の運営は、都内の全区市町村が加入する「東京都後期高齢者医療広域連合」が行います。
対象者	75歳以上の人 ※65歳以上で一定の障害のある人は、申請をし、「東京都後期高齢者医療広域連合」に認定された日からとなります。
利用者負担	<ul style="list-style-type: none"> ● 同じ世帯の被保険者の中に住民税課税所得が145万円以上の人がある場合、3割負担 ● 同じ世帯の被保険者の中に住民税課税所得が28万円以上の人がある場合、2割負担 ● 上記以外の人は1割負担
問合せ	国保年金課 高齢者医療係 TEL 3578-2654～2659

● 国民健康保険制度

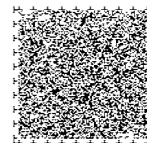
内容	<p>〈マイナ保険証（保険証の利用登録をしたマイナンバーカード）を利用している方〉 70歳になると「国民健康保険資格情報通知書」が交付されます。資格情報通知書には医療機関の窓口での一部負担金の割合が記載されています。医療機関を受診するときは、資格情報通知書をご持参の上、マイナ保険証を窓口で提示してください。</p> <p>〈マイナ保険証を利用していない方〉 70歳になると「国民健康保険高齢受給者証」が交付されます。高齢受給者証には医療機関の窓口での一部負担金の割合が記載されています。医療機関を受診するときは国民健康保険資格確認書と高齢受給者証の2枚を窓口で提示してください。</p>
対象者	70歳から74歳までの国民健康保険被保険者 ※70歳の誕生日の翌月（1日生まれの人は誕生月）の1日から適用されます。
利用者負担	<ul style="list-style-type: none"> ● 本人および同じ世帯の70歳から74歳までの国民健康保険被保険者の中に住民税課税所得が145万円以上の人がある場合、3割負担 ● 本人および同じ世帯の70歳から74歳までの国民健康保険被保険者全員の住民税課税所得が145万円未満の場合、2割負担
問合せ	国保年金課 資格保険料係（収納業務担当） TEL 3578-2574～2578



② 国民年金

● 老齢基礎年金

内容	<p>国民年金に加入し、次の期間（受給資格期間）を合算した年数が10年以上ある人が、原則として65歳から受けることができます。</p> <p>① 保険料を納めた期間 ② 保険料の免除を受けた期間 ③ 厚生年金・共済年金の加入期間やその他の合算することができる期間</p> <p>※合算できる期間は、その人の事情によりさまざまなケースがあります。</p> <p>〔繰上げ支給・繰下げ支給〕 老齢基礎年金は、原則として65歳から受け取ることができますが、希望すれば60歳から65歳になるまでの間に減額された繰上げ支給を、また66歳から75歳までの間に増額された繰下げ支給の老齢基礎年金を受け取ることができます。いったん支給を受け始めると、支給率は一生変わりません。なお、繰上げ請求した後に、病気やけがで1級または2級程度の障害に該当するようになった場合、障害基礎年金は受けられないことがありますのでご注意ください。</p>																																				
	<table border="1"> <thead> <tr> <th>請求時の年齢</th> <th>支給率</th> <th>請求時の年齢</th> <th>支給率</th> </tr> </thead> <tbody> <tr><td>60歳</td><td>76%</td><td>68歳</td><td>125.2%</td></tr> <tr><td>61歳</td><td>80.8%</td><td>69歳</td><td>133.6%</td></tr> <tr><td>62歳</td><td>85.6%</td><td>70歳</td><td>142%</td></tr> <tr><td>63歳</td><td>90.4%</td><td>71歳</td><td>150.4%</td></tr> <tr><td>64歳</td><td>95.2%</td><td>72歳</td><td>158.8%</td></tr> <tr><td>65歳</td><td>100%</td><td>73歳</td><td>167.2%</td></tr> <tr><td>66歳</td><td>108.4%</td><td>74歳</td><td>175.6%</td></tr> <tr><td>67歳</td><td>116.8%</td><td>75歳</td><td>184%</td></tr> </tbody> </table> <p>①表は、昭和37年4月2日以降に生まれた人の1年単位の減額率・増額率での計算例 ②減額率・増額率は次のとおり月単位で計算されます。 ・繰上げ減額率=0.4%（昭和37年4月1日以前に生まれた人は0.5%）×繰り上げた月数（60歳～64歳） ・繰下げ増額率=0.7%×繰り下げた月数（66歳～75歳）</p>	請求時の年齢	支給率	請求時の年齢	支給率	60歳	76%	68歳	125.2%	61歳	80.8%	69歳	133.6%	62歳	85.6%	70歳	142%	63歳	90.4%	71歳	150.4%	64歳	95.2%	72歳	158.8%	65歳	100%	73歳	167.2%	66歳	108.4%	74歳	175.6%	67歳	116.8%	75歳	184%
請求時の年齢	支給率	請求時の年齢	支給率																																		
60歳	76%	68歳	125.2%																																		
61歳	80.8%	69歳	133.6%																																		
62歳	85.6%	70歳	142%																																		
63歳	90.4%	71歳	150.4%																																		
64歳	95.2%	72歳	158.8%																																		
65歳	100%	73歳	167.2%																																		
66歳	108.4%	74歳	175.6%																																		
67歳	116.8%	75歳	184%																																		
対象者	<p>大正15年4月2日以降昭和31年4月1日以前に生まれた人 〔加入可能年数すべての期間の保険料を納めた場合の満額の令和8年度年金額〕……844,900円</p> <p>昭和31年4月2日以降に生まれた人 〔加入可能年数すべての期間の保険料を納めた場合の満額の令和8年度年金額〕……847,300円</p> <p>※各偶数月に、前月までの2か月分ずつ支給されます。</p>																																				
問合せ	<ul style="list-style-type: none"> ● 加入していた年金制度が、国民年金第1号被保険者（自営業、学生、無職など）期間のみの人 国保年金課 国民年金係 TEL 3578-2662～2666 ● 厚生年金期間（会社員、公務員など）、国民年金第3号被保険者（会社員、公務員などに扶養されている配偶者）期間のある人 港年金事務所 〒105-8513 港区浜松町1-10-14 住友東新橋ビル3号館1～3階 TEL 5401-3211 																																				



地図は114ページをご覧ください。施設名の*は、災害時の福祉避難所に指定された施設です。

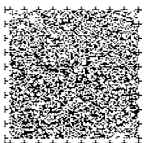
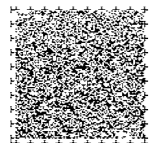
●特別養護老人ホーム

	施設名	所在地	電話・FAX	指定管理者(指定期間)	地図
区立	サン・サン赤坂*	赤坂6-6-14	TEL 5561-7833 FAX 5561-7837	社会福祉法人 東京聖学院 (R4.4.1~R9.3.31)	①
	白金の森*	白金台5-20-5	TEL 3449-9611 FAX 3449-9617	社会福祉法人 奉優会 (R4.4.1~R9.3.31)	②
	港南の郷*	港南3-3-23	TEL 3450-5571 FAX 3450-3368	社会福祉法人 恩賜財団 済生会支部東京都済生会 (R4.4.1~R9.3.31)	③

	施設名	所在地	電話・FAX	運営法人	地図
民設	(社会福祉法人立) 新橋さくらの園*	新橋6-19-2	TEL 3433-0183 FAX 3433-7320	社会福祉法人 長岡福祉協会	④
	(社会福祉法人立) ありすの杜 きのこ南麻布*	南麻布4-6-1 南棟	TEL 5739-0585 FAX 3445-5309	社会福祉法人 新生寿会	⑤
	(社会福祉法人立) 洛和ヴィラ南麻布*	南麻布4-6-1 北棟	TEL 6408-8677 FAX 5420-8711	社会福祉法人 洛和福祉会	
	(社会福祉法人立) 南麻布シニアガーデン アリス*	南麻布4-6-13	TEL 5843-0975 FAX 5843-0976	社会福祉法人 健誠会	⑥
	(社会福祉法人立) 麻布慶福苑*	南麻布5-1-20	TEL 3446-5501 FAX 3443-8466	社会福祉法人 恩賜財団慶福育児会	⑦
	(社会福祉法人立) 青山スクウェア*	南青山1-18-8	TEL 3796-0088 FAX 6271-5550	社会福祉法人 平成会	⑧

●高齢者在宅サービスセンター

	施設名	所在地	電話・FAX	指定管理者(指定期間)	地図
区立	芝高齢者在宅 サービスセンター*	芝 3-24-5	TEL 5232-0848 FAX 5446-5857	医療法人財団 湖聖会 (R4.4.1~R9.3.31)	⑨
	虎ノ門高齢者在宅 サービスセンター*	虎ノ門 1-21-10	TEL 3539-3710 FAX 3539-3709	医療法人財団 湖聖会 (R4.4.1~R9.3.31)	⑩
	南麻布高齢者在宅 サービスセンター*	南麻布 1-5-26	TEL 5232-9672 FAX 5232-9675	社会福祉法人 恩賜財団 済生会支部東京都済生会 (R4.4.1~R9.3.31)	⑪
	サン・サン赤坂*	赤坂 6-6-14	TEL 5561-7831 FAX 5561-7837	社会福祉法人 東京聖学院 (R4.4.1~R9.3.31)	①
	北青山高齢者在宅 サービスセンター*	北青山 1-6-1	TEL 5410-3410 FAX 5410-3418	社会福祉法人 東京聖学院 (R4.4.1~R9.3.31)	⑫
	白金の森*	白金台 5-20-5	TEL 3449-9615 FAX 3442-3110	社会福祉法人 奉優会 (R4.4.1~R9.3.31)	②
	港南の郷*	港南 3-3-23	TEL 3450-5571 FAX 3450-3368	社会福祉法人 恩賜財団 済生会支部東京都済生会 (R4.4.1~R9.3.31)	③
	台場高齢者在宅 サービスセンター*	台場 1-5-5	TEL 5531-0520 FAX 5531-0523	医療法人財団 湖聖会 (R4.4.1~R9.3.31)	⑬



●小規模多機能型居宅介護施設

	施設名	所在地	電話・FAX	運営法人	地図
民設	(社会福祉法人立) ありすの杜 きのこ南麻布	南麻布4-6-1 南棟	TEL 5739-0585 FAX 3445-5309	社会福祉法人 新生寿会	⑤
	(社会福祉法人立) 優つくり小規模多機能介護乃木坂	赤坂9-4-2	TEL 6804-5267 FAX 6804-5268	社会福祉法人 奉優会	⑮
	(医療法人財団立) 小規模多機能型居宅介護 和奏	南青山2-6-3	TEL 6804-1012 FAX 6804-1013	医療法人財団 湖聖会	⑳
	(株式会社立) こゆらり高輪	高輪1-5-38	TEL 5422-6921 FAX 5422-6981	ミアヘルサ株式会社	⑭
	(社会福祉法人立) 優つくり小規模多機能介護高輪台	高輪3-10-16	TEL 6456-3912 FAX 6456-3932	社会福祉法人 奉優会	㉒
(株式会社立) グッドライフケア芝浦高浜	芝浦4-3-28 カナルサイド高浜5階	TEL 6712-8720 FAX 050-3537-0304	株式会社 グッドライフケア東京	㉔	

●看護小規模多機能型居宅介護施設

	施設名	所在地	電話・FAX	運営法人	地図
民設	(医療法人社団立) 青山メディケア複合型 サービスケアセンター	南青山7-13-6	TEL 3486-0900 FAX 3486-2601	医療法人社団 光輝会	⑯

●ケアハウス

区立	施設名	所在地	電話・FAX	指定管理者(指定期間)	地図
	港南の郷	港南3-3-23	TEL 3450-5950 FAX 3450-5577	社会福祉法人 恩賜財団済生会支部 東京都済生会 (R4.4.1~R9.3.31)	③

民設	施設名	所在地	電話・FAX	運営法人	地図
	(社会福祉法人立) ありすの杜 きのこ南麻布	南麻布4-6-1	TEL 5739-0585 FAX 3445-5309	社会福祉法人 新生寿会	⑤

●老人保健施設

	施設名	所在地	電話・FAX	運営法人	地図
民設	(社会福祉法人立) 新橋ばらの園*	新橋6-19-2	TEL 3433-0182 FAX 3433-7320	社会福祉法人 長岡福祉協会	④
	(医療法人立) ルネサンス麻布*	南麻布2-10-21	TEL 3453-5015 FAX 3453-5026	医療法人財団 厚生会	⑰
	(社会福祉法人立) 洛和ヴィラサラサ*	南麻布4-6-1 北棟	TEL 6408-8676 FAX 5420-8711	社会福祉法人 洛和福祉会	⑤

●認知症高齢者グループホーム

	施設名	所在地	電話・FAX	運営法人	地図
民設	(社会福祉法人立) ありすの杜 きのこ南麻布	南麻布4-6-1 南棟	TEL 5739-0585 FAX 3445-5309	社会福祉法人 新生寿会	⑤
	(医療法人立) グループホーム 青山	南青山1-3-16 S棟2F	TEL 3402-3155 FAX 3402-3155	医療法人財団 順和会	⑱
	(株式会社立) グループホーム しろかね	白金3-3-1	TEL 5447-1573 FAX 3440-6271	株式会社 ニチイ学館	⑲
	(社会福祉法人立) 優つくりグループホーム高輪台	高輪3-10-16	TEL 6456-3982 FAX 6456-3992	社会福祉法人 奉優会	㉒
	(社会福祉法人立) グループホーム みたて	港南4-5-3	TEL 5463-8735 FAX 5463-8736	社会福祉法人 すこやか福祉会	㉓
	(社会福祉法人立) 青山スクウェア	南青山1-18-8	TEL 5772-0088 FAX 6271-5550	社会福祉法人 平成会	⑧

●グループリビング (高齢者見守りつき住宅)

施設名	所在地	電話・FAX	運営法人	地図
(社会福祉法人立) グループリビング みたて	港南4-5-3	TEL 5783-5120 FAX 5783-5122	社会福祉法人 すこやか福祉会	⑳

●サービス付き高齢者向け住宅

施設名	所在地	電話・FAX	運営法人	地図
悠楽里レジデンス六本木	六本木6-5-25	TEL 6447-5037 FAX 6447-5038	ミアヘルサ株式会社	㉑

●いきいきプラザ

施設名	所在地	電話・FAX	指定管理者 (指定期間)	地図
三田いきいきプラザ	芝4-1-17	TEL 3452-9421 FAX 3452-2018	湖聖会・ ヘルスケアデザインネットワーク・ 東急コミュニティー共同事業体 (R4.4.1~R9.3.31)	ア
神明いきいきプラザ	浜松町1-6-7	TEL 3436-2500 FAX 3436-2510		イ
虎ノ門いきいきプラザ	虎ノ門1-21-10	TEL 3539-2941 FAX 3539-2940		ウ
南麻布いきいきプラザ	南麻布1-5-26	TEL 5232-9671 FAX 5232-0568	セントラルスポーツ・ 東急コミュニティー共同事業体 (R4.4.1~R9.3.31)	エ
ありすいきいきプラザ	南麻布4-6-7	TEL 3444-3656 FAX 3444-3298		オ
麻布いきいきプラザ	元麻布3-9-6	TEL 3408-7888 FAX 3408-2585		カ
西麻布いきいきプラザ	西麻布2-13-3	TEL 3486-9166 FAX 3486-9216		キ
飯倉いきいきプラザ	東麻布2-16-11	TEL 3583-6366 FAX 3583-4339		ク
赤坂いきいきプラザ	赤坂6-4-8	TEL 3583-1207 FAX 3583-5627		ケ
青山いきいきプラザ	南青山2-16-5	TEL 3403-2011 FAX 3403-3427	ピーウォッシュ・太平ビル サービス共同事業体 (R4.4.1~R9.3.31)	コ
青南いきいきプラザ	南青山4-10-1	TEL 3423-4920 FAX 3423-6158		サ
豊岡いきいきプラザ	三田5-7-7	TEL 3453-1591 FAX 3453-3613	社会福祉法人奉優会 (R4.4.1~R9.3.31) ※神応いきいきプラザの指定期間は、 R5.4.1~R9.3.31	シ
高輪いきいきプラザ	高輪3-18-15	TEL 3449-1643 FAX 3449-0783		ス
白金いきいきプラザ	白金3-10-12	TEL 3441-3680 FAX 3444-9829		セ
神応いきいきプラザ	白金6-9-5	TEL 5422-8848 FAX 5447-0078		ソ
白金台いきいきプラザ	白金台4-8-5	TEL 3440-4627 FAX 5424-9875	タ	
港南いきいきプラザ (ゆとりーむ)	港南4-2-1	TEL 3450-9915 FAX 3450-9916	ピーウォッシュ・太平ビル サービス共同事業体 (R6.4.1~R11.3.31)	チ

●芝浦アイランド児童高齢者交流プラザ (あいぷら)

施設名	所在地	電話・FAX	指定管理者 (指定期間)	地図
芝浦アイランド児童高齢者交流プラザ (あいぷら)	芝浦4-20-1	TEL 5443-7338 FAX 5443-2512	公益財団法人 東京YMCA (R4.4.1~R9.3.31)	ツ

●介護予防総合センター (ラクっちゃ)

施設名	所在地	電話・FAX	指定管理者 (指定期間)	地図
介護予防総合センター (ラクっちゃ)	芝浦1-16-1 みなとパーク芝浦 2階	TEL 3456-4157 FAX 3456-4153	セントラルスポーツ株式会社 (R7.4.1~R12.3.31)	テ



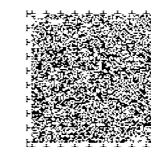
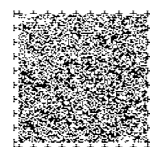
医療機関・介護事業者検索システム

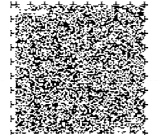
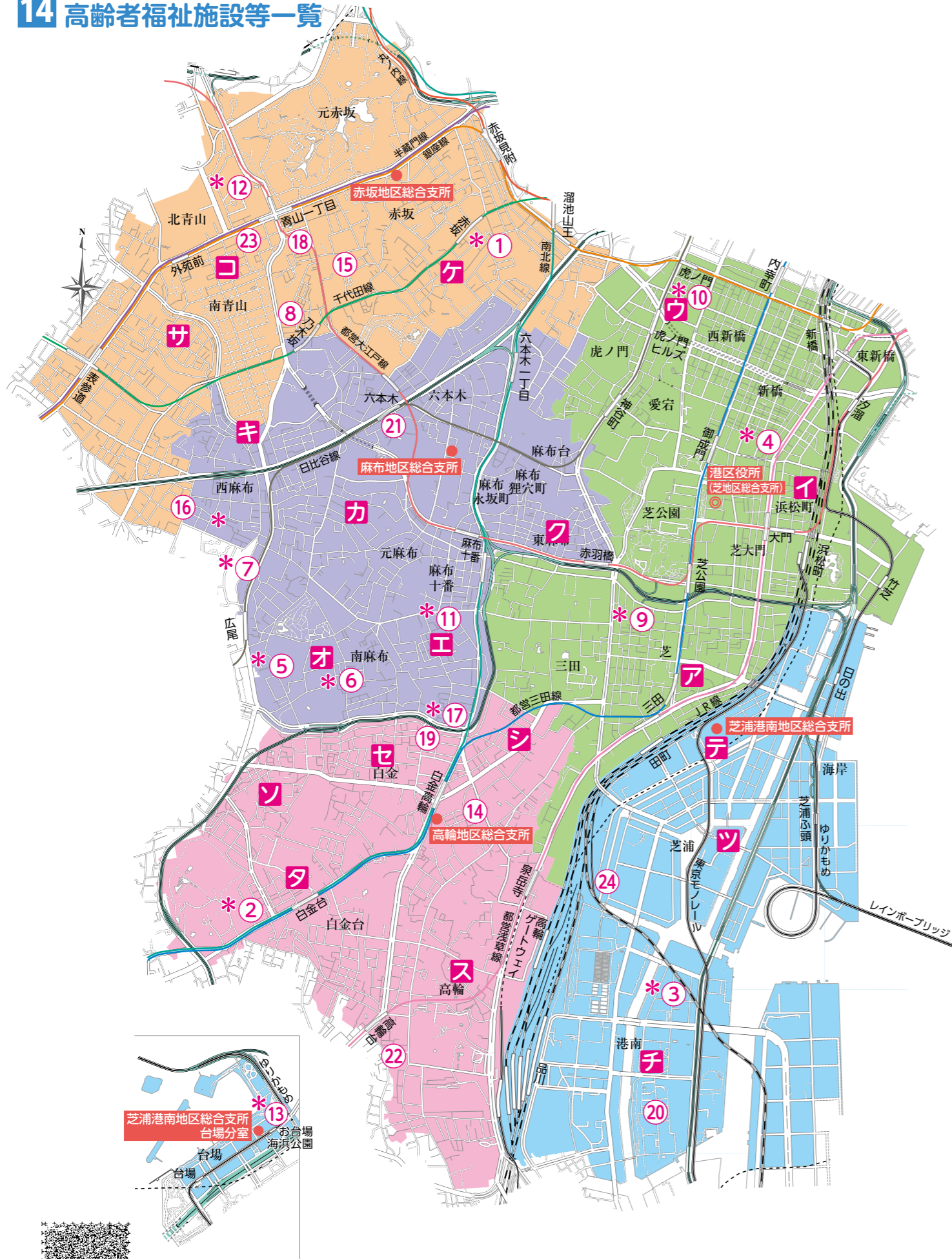
医療機関・薬局及び介護サービス事業所の詳しい情報や所在地等を検索できるシステムです。

周辺の地図から検索したり、利用したいサービスなどを絞り込んだ検索が可能です。医療機関・薬局及び介護サービス事業所の選択にぜひご利用ください。

利用のしかた

右の二次元コードから

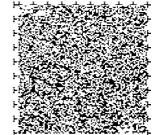




● 高齢者サービス等に関するパンフレット一覧

高齢者の皆さんに提供しているサービスや区内の高齢者施設などについて、サービスの内容や利用方法、問合せ先などを掲載しているパンフレットを一覧にしています。

名称	主な内容	担当課	主な配布場所
港区立いきいきプラザ等施設案内	いきいきプラザ等の案内パンフレット	各いきいきプラザ 112ページ参照	各総合支所、 各いきいきプラザ
港区施設案内(高齢者施設)	港区内の高齢者施設の案内パンフレット(特別養護老人ホーム、在宅サービスセンター等)	高齢者支援課 高齢者施設係 5ページ参照	各総合支所、 各高齢者相談センター、 高齢者支援課等
みんなと介護予防	介護予防・日常生活支援総合事業の案内パンフレット	高齢者支援課 介護予防推進係 5ページ参照	各総合支所、 各高齢者相談センター、 各いきいきプラザ、 介護予防総合センター等
長寿だより	後期高齢者医療制度の被保険者を対象とした保健事業等の案内	国保年金課 高齢者医療係 TEL3578-2654~2659	各総合支所、 国保年金課 ※6月上旬に後期高齢者医療制度被保険者に送付
活動する港社協	港区社会福祉協議会をわかりやすくまとめたハンディタイプのパンフレット 成年後見制度利用促進事業や総合的な福祉サービス利用援助事業、車いす貸出事業、おむすびサービスなど、高齢者に係わる事業をはじめ、小地域福祉活動、ボランティア活動などについても掲載	港区社会福祉協議会 経営管理係 12ページ参照	各総合支所、 各いきいきプラザ、 各図書館、区立施設等
権利擁護センターサポートみなと	成年後見制度総合的な福祉サービス利用援助事業の案内	港区社会福祉協議会 権利擁護推進係 権利擁護センター「サポートみなと」 9ページ参照	各総合支所、 各高齢者相談センター等



さくいん

■あ行

青山生涯学習館	64	がん検診	72
いきいきプラザ	62・112	看護小規模多機能型居宅介護	47
一般介護予防事業	61	看護小規模多機能型居宅介護施設	111
医療機関・介護事業者検索システム	113	がん在宅緩和ケア支援センター (ういケアみなど)	11
エアコン購入費助成	89	基本健康診査	71
HIV・性感染症検査・相談	76	救急情報の活用支援(救急医療情報キット)	92
エンディングプラン登録事業	96	救急通報システム	88
『お口の健診』	73	共同住宅バリアフリー化支援	105
おむすびサービス (住民参加型の有償在宅福祉サービス)	96	居宅療養管理指導	38
おむつ代の助成	80	緊急移送サービス	81

■か行

介護医療院	48	緊急一時介護人派遣	88
介護家族の会	83	緊急一時保護	82
介護保険	16	緊急医療短期入所	82
介護保険被保険者証	18	区民保養施設利用料金の減額	67
介護保険負担限度額認定	34	区立高齢者集合住宅	101
介護保険負担割合証	29	グループリビング (高齢者見守りつき住宅)	102・112
介護保険料	50	車いすの貸出	98
介護保険料の減免・軽減	55	ケアハウス	106・111
介護マークの普及	83	ケアマネジャー(介護支援専門員)	27
介護予防	58・79	結核健診(胸部エックス線撮影)	76
介護予防コネクター養成講座	63	健康講座	77
介護予防総合センター(ラクっちゃ)	79・113	健康増進センター(ヘルシーナ)	78
介護予防・日常生活支援総合事業	58	健康相談・禁煙相談	77
介護予防リーダー・サポーター養成講座	63	健康長寿アプリ「チャレンジみなど」	63
介護老人福祉施設 (特別養護老人ホーム)	48・106・110	健康度測定	78
介護老人保健施設(老人保健施設)	48・107・111	権利擁護センター「サポートみなど」の事業	94
家具転倒防止器具等取付支援	91	ご遺族支援コーナーのご案内	10
家事援助サービス	87	高額医療合算介護(介護予防)サービス費	33
紙おむつの給付	80	高額介護(介護予防)サービス費	32
肝炎ウイルス検診	73	後期高齢者医療制度(長寿医療制度)	108
		合計所得金額	51
		高次脳機能障害者機能訓練	92

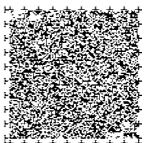
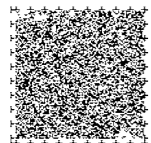
高齢者インフルエンザ予防接種	74	シルバー人材センター	12
高齢者在宅サービスセンター	110	シルバーパス購入費助成	66
高齢者新型コロナウイルス感染症予防接種	75	寝具乾燥等消毒	80
高齢者スマートフォン購入費助成事業	68	人生会議～ACP(アドバンス・ケア・プランニング)～ (コラム)	107
高齢者相談センター (地域包括支援センター)	4・裏表紙	生活援助サービス	59
高齢者聴力検査	74	生活支援コーディネーター(コラム)	63
高齢者熱中症対策見守り推進事業	89	生活福祉資金貸付事業	99
高齢者肺炎球菌予防接種	75	税金の控除	57・83
高齢者向け住まい	100	成年後見制度(コラム)	93
国民健康保険制度	108	相互支援サービス(住民主体型介護予防事業)	59
国民年金	109	相談窓口	4・裏表紙
骨粗しょう症検診	73	粗大ごみの運び出し収集	91
寿商品券等の贈呈	68		

■た行

ごみの戸別訪問収集	91	带状疱疹ワクチン予防接種	75
		台場シャトルバス(お台場レインボーバス)	66

■さ行

サービス・活動事業	59	短期入所生活介護/短期入所療養介護 (ショートステイ)	41
サービス付き高齢者向け住宅	102・112	地域密着型介護老人福祉施設入所者生活介護	47
さくらだ学校	64	地域密着型通所介護	45
施設利用料金の免除	67	地域密着型特定施設入居者生活介護	47
自動通話録音機の無料貸出	92	地区ボランティアコーナー(コラム)	65
芝浦アイランド児童高齢者交流プラザ (あいづら)	62・112	チャレンジコミュニティ大学	65
社会福祉協議会	12	徴収調査員	54
社会福祉法人等による生計困難者等に対する 介護保険サービスに係る利用者負担額軽減制度	35	長寿を祝う集い	68
社会保険料控除	57	通院支援サービス(病院内介助)	81
就業相談・支援	69	通所介護(デイサービス)	40
住所地特例	18	通所介護サービス	60
住宅改修	44	通所リハビリテーション(デイケア)	40
生涯学習センター(ばるーん)	64	定期巡回・随時対応型訪問介護看護	45
小規模多機能型居宅介護	46	デジタル活用支援員相談窓口 (高齢者デジタルデバインド解消事業)	10
小規模多機能型居宅介護施設	111	東京都シルバーパス	66
昇降機設置費助成	105	都営住宅(シルバーピア)	102
消費者センター	12	特定健康診査・特定保健指導	70
自立支援住宅改修給付	104	特定公共賃貸住宅(高齢型住戸)	101



港区平和都市宣言

かけがえのない美しい地球を守り、世界の恒久平和を願う人びとの心は一つであり、いつまでも変わることはありません。

私たちも真の平和を望みながら、文化や伝統を守り、生きがいに満ちたまちづくりに努めています。

このふれあいのある郷土、美しい大地をこれから生まれ育つ子どもたちに伝えることは私たちの務めです。

私たちは、我が国が『非核三原則』を堅持することを求めるとともに、ここに広く核兵器の廃絶を訴え、心から平和の願いをこめて港区が平和都市であることを宣言します。

昭和60年8月15日

港 区

区の木



ハナミズキ

区の花



アジサイ

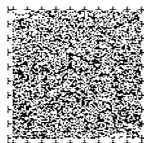


バラ



港区のマークは、昭和24年7月30日に制定されました。

旧芝・麻布・赤坂の三区を一丸とし、その象徴として港区の頭文字である「み」を力強く、図案化したものです。



介護保険・高齢者サービスの手引き ～あったかいね！ みなと～

令和8(2026)年度 令和8年4月発行

発行 港区

編集 港区保健福祉支援部高齢者支援課

東京都港区芝公園1-5-25 電話03(3578)2111(代表)

刊行物発行番号 2026016-3721



港区は、みどりの保全とごみの減量に努めています。
この印刷物は、古紙を活用した再生紙を使用しています。

● いろいろなお問合せ ●

- 要介護・要支援認定申請
- 高齢者サービスの相談・申請
- 介護や医療、生活に関するさまざまな相談
- 権利擁護に関すること

受付窓口	あなたのお住まい（相談区域）
● 芝地区高齢者相談センター （芝地域包括支援センター） TEL (5232) 0840 FAX (5446) 5857 所在地 芝3-24-5	芝 海岸1丁目 東新橋 新橋 西新橋 三田1～3丁目 浜松町 芝大門 芝公園 虎ノ門 愛宕
● 麻布地区高齢者相談センター （南麻布地域包括支援センター） TEL (3453) 8032 FAX (3453) 6269 所在地 南麻布1-5-26	東麻布 麻布台 麻布狸穴町 麻布永坂町 麻布十番 南麻布 元麻布 西麻布 六本木
● 赤坂地区高齢者相談センター （北青山地域包括支援センター） TEL (5410) 3415 FAX (5410) 3417 所在地 北青山1-6-1	元赤坂 赤坂 南青山 北青山
● 高輪地区高齢者相談センター （地域包括支援センター白金の森） TEL (3449) 9669 FAX (3449) 9668 所在地 白金台5-20-5	三田4・5丁目 高輪 白金 白金台
● 芝浦港南地区高齢者相談センター （地域包括支援センター港南の郷） TEL (3450) 5905 FAX (3450) 5909 所在地 港南3-3-23	芝浦 海岸2・3丁目 港南 台場

要介護・要支援認定申請、高齢者サービスの相談・申請

受付窓口	あなたのお住まい
● 芝地区総合支所 区民課 TEL (3578) 3111 FAX (3578) 3182 所在地 芝公園1-5-25	港区全域
● 麻布地区総合支所 区民課 TEL (3583) 4151 FAX (3583) 0892 所在地 六本木5-16-45	
● 赤坂地区総合支所 区民課 TEL (5413) 7011 FAX (3402) 8192 所在地 赤坂4-18-13	
● 高輪地区総合支所 区民課 TEL (5421) 7611 FAX (5421) 7613 所在地 高輪1-16-25	
● 芝浦港南地区総合支所 区民課 TEL (3456) 4151 FAX (5445) 4590 所在地 芝浦1-16-1	

港区役所 TEL(3578)2111(代表)