



所沢市

いきいきと暮らすための

高齢者福祉ガイド



はじめに

本ガイドは、所沢市にお住まいの高齢者とそのご家族が、住み慣れた地域で安心して暮らし続けることができるように、高齢者福祉を中心に所沢市の事業等をご案内しています。

本ガイドの構成は、最初に、心配ごとや悩みごとがある場合の具体的な相談先を掲載しました。

次に、主に高齢者支援課で実施している介護予防や自宅での生活支援の取組、いきがいづくりにつながる活動等を掲載しています。

最後に、介護保険制度・医療・健康等について、高齢者支援課以外の部署や所沢市社会福祉協議会で実施している事業等を掲載しています。

本ガイドが皆さまのお役に立てれば幸いです。



※上記の二次元バーコードからご確認いただけます。



… 目次 …

※事業の中止または変更が生じる場合があります。

ご不明な点がございましたら、各ページの問合せ先にご連絡ください。

※本冊子では、所沢市に住民登録がある方を「市内にお住まいの方」と表記しています。

1. 相談場所

(1) 総合相談（地域包括支援センター）	・・・	1
(2) 福祉の相談窓口（所沢市こどもと福祉の未来館 1階）	・・・	3
(3) 成年後見制度の相談	・・・	3
(4) 民生委員・児童委員	・・・	4
(5) 相続、離婚、家庭内などの相談（一般相談）	・・・	4
(6) 消費生活相談	・・・	4

2. 介護予防

(1) お達者倶楽部の活動	・・・	5
(2) 地域サロンの活動	・・・	5
(3) 介護予防教室（地域包括支援センター）	・・・	6
(4) 介護者の集い（地域包括支援センター）	・・・	6
(5) ご近所型介護予防 トコロん元気百歳体操	・・・	7
(6) 介護予防サポーター（トコフィット）養成講座	・・・	8
(7) 介護予防ボランティアポイント事業	・・・	9

3. 在宅生活支援

(1) 見守り等の支援		
高齢者みまもり相談員による訪問	・・・	10
高齢者配食サービスの実施	・・・	11
救急医療情報キットの配布	・・・	12
一人暮らし高齢者等緊急通報システムの貸与	・・・	15
高齢者のためのごみ収集支援（ふれあい収集）	・・・	17
介護マークの配布	・・・	18
所沢市高齢者みまもりネットワーク事業	・・・	19
「トコロみまもりネット」		

(2) 認知症高齢者への支援

地域でみまもり支え合い事業「ところんおかえりQR」	・・・ 20
認知症サポーター養成講座	・・・ 21
認知症初期集中支援チーム	・・・ 22
みんなのカフェ（認知症カフェ）	・・・ 23
認知症に関する電話相談窓口	・・・ 26
もの忘れ相談医	・・・ 27
認知症疾患医療センター	・・・ 30

(3) 手当・助成・税

特定在宅高齢者介護手当の支給	・・・ 31
在宅介護者リフレッシュ事業の実施	・・・ 32
外国人高齢者等福祉手当の支給	・・・ 33
高齢者の障害者控除対象者認定書の発行	・・・ 34

4. いきがいきづくり・社会参加

(1) いきがいきづくりの促進

所沢シニア・アカデミー ～地域のつながり養成講座～	・・・ 35
高齢者囲碁・将棋大会	・・・ 36
高齢者演芸大会	・・・ 36
敬老事業の実施	・・・ 37
高齢者交流・研修支援事業の実施	・・・ 38

(2) 老人福祉センター・老人憩の家

・・・ 40

(3) 社会参加

長生クラブの活動	・・・ 42
所沢市シルバー人材センター 会員募集	・・・ 43
所沢市シルバー人材センター 地域サポート事業	・・・ 44

5. 高齢者向けの施設や住まい	・・・45
-----------------	-------

6. 介護保険制度に関すること	
(1) 介護保険料	・・・53
(2) 要介護認定の申請	・・・53
(3) 介護サービスの種類	・・・54
(4) ケアプラン (居宅介護サービス計画・介護予防サービス計画 ・介護予防ケアマネジメント)	・・・54
(5) 介護保険の利用者負担の助成	・・・55
(6) 福祉用具購入費の支給	・・・55
(7) 住宅改修費の支給	・・・56
(8) 紙おむつ購入費の支給	・・・56
(9) 介護予防・日常生活支援総合事業の実施	・・・57

7. 医療に関すること	
(1) 国民健康保険制度	・・・58
(2) 後期高齢者医療制度	・・・58
(3) 指定難病に係る医療給付制度	・・・59
(4) 在宅歯科医療に関する電話相談窓口	・・・59
(5) 歯科診療所あおぞら	・・・60

8. 健康に関すること	
(1) 各種検診・健康診査	・・・61
(2) 各種予防接種	・・・61
(3) 精神保健福祉に関する事業の実施	・・・62
(4) 健康教育・健康相談・訪問指導等	・・・62
(5) トコトコ健幸マイレージ	・・・62

9. 移動支援に関すること

- | | |
|---|-------|
| (1) ところバス・ところワゴン特別乗車証の交付 | ・・・63 |
| (2) 高齢者の運転免許自主返納による
ところバス・ところワゴン無料乗車券の交付 | ・・・64 |

10. 防災に関すること

- | | |
|-------------|-------|
| (1) 災害への備え | ・・・65 |
| (2) 防災情報の入手 | ・・・65 |

11. 所沢市社会福祉協議会による各種サービス

- | | |
|--------------------------------------|-------|
| (1) わたしのまちの車いすちょい借りステーション事業 | ・・・68 |
| (2) 福祉サービス利用援助事業の実施
(あんしんサポートねっと) | ・・・73 |

索引



1. 相談場所

(1) 総合相談（地域包括支援センター）

地域包括支援センターでは、高齢者が住み慣れた地域で安心して暮らしていけるように、介護や認知症に関する相談だけでなく、財産管理や消費者被害に関する相談、家族を介護している方のお悩み相談等、生活に関する様々な相談をお受けしています。

対 象 者	高齢者ご本人、そのご家族等 ※近所に高齢者がお住まいの方も「様子がいつもと違う」等の心配や気がかりなことがありましたら、ぜひご連絡ください。
相談方法	まずは、お電話でご相談ください。地域包括支援センターの職員が、ご家庭に訪問させていただきます。
相 談 料	無料
問 合 せ	地域包括支援センター（電話・FAX：P. 2 参照）

地域包括支援センターの取組

地域包括支援センターでは、地域で暮らす高齢者とそのご家族を、様々な取組を通じて支援しています。

【介護予防の取組】

介護予防のための教室や講演会等、高齢者ができる限り自立した生活を送り、介護が必要とならないようにするための事業を企画・実施しています。

【地域づくりのための取組】

高齢者とそのご家族が安心して生活できる地域づくりのため、地域の医療・介護の多職種連携につながる取組や民生委員、自治会・町内会、事業所等と連携した高齢者みまもりネットワークづくり等を行っています。

また、介護予防につながる地域活動団体の立上げ・運営支援等も行っています。



所沢市内の地域包括支援センター（１４か所）

相談や問合せの際には、お住まいの地域を担当している地域包括支援センターへ！

地区	住所	電話番号 FAX 番号	担当地区
所沢	御幸町 1-16-207 所沢スカライズタワー	04-2926-4426 04-2926-4422	日吉町 / 東町 / 旭町 / 御幸町 / 寿町 / 元町 / 金山町 / 有楽町 / 北有楽町 / 喜多町 / 宮本町 / 西所沢 / 星の宮 / くすのき台 1 丁目から 2 丁目
松井東	下安松 963-4	04-2951-5500 04-2941-2221	松郷 / 下安松 / 東所沢和田
松井西	上安松 1283-4	04-2994-1615 04-2937-7300	西新井町 / 東新井町 / 牛沼 / 上安松 / くすのき台の一部
柳瀬	坂之下 941-3 特別養護老人ホーム 東所沢みどりの郷内	04-2951-8887 04-2945-6878	坂之下 / 城 / 本郷 / 日比田 / 亀ヶ谷 / 新郷 / 南永井 / 東所沢
富岡	中富 1617 介護老人保健施設 さんとめ内	04-2942-0067 04-2942-3588	中富 / 下富 / 神米金 / 北岩岡 / 北中 / 岩岡町 / 所沢新町 / 中富南
新所沢	緑町 3-12-17	04-2937-7105 04-2937-7106	緑町 / 泉町 / 向陽町 / 青葉台 / 榎町 / けやき台
新所沢東	松葉町 11-1 マルハビル 5 階	04-2968-8899 04-2968-7789	弥生町 / 美原町 / 北所沢町 / 花園 / 松葉町
三ヶ島第 1	三ヶ島 5-551 ケアハウス所沢けやき内	04-2947-2837 04-2949-5301	三ヶ島 / 糞谷 / 堀之内 / 林 / 和ヶ原 / 西狭山ヶ丘
三ヶ島第 2	東狭山ヶ丘 6-2835-2 特別養護老人ホーム 康寿園内	04-2926-7800 04-2946-8050	東狭山ヶ丘 / 狭山ヶ丘 / 若狭
小手指第 1	北野 3-1-18 特別養護老人ホーム ロイヤルの園内	04-2947-1211 04-2947-1223	上新井 / 小手指元町 / 小手指南 / 小手指台 / 北野 / 北野南 / 北野新町 / 小手指町 5 丁目
小手指第 2	小手指町 2-12-7 セイザン小手指 1 階	04-2968-3311 04-2968-3319	小手指町 1 丁目から 4 丁目
山口	山口 2702-1 シャトル富喜 101	04-2928-7525 04-2928-7526	山口 / 上山口
吾妻	久米 1538-9	04-2929-6965 04-2925-6600	北秋津 / 東住吉 / 西住吉 / 南住吉 / 久米 / 荒幡 / 松が丘 / くすのき台 3 丁目
並木	中新井 3-20-35-107	04-2943-7333 04-2943-8558	こぶし町 / 若松町 / 下新井 / 中新井 / 並木 / 北原町

(2) 福祉の相談窓口（所沢市こどもと福祉の未来館1階）

所沢市こどもと福祉の未来館の1階に「福祉の相談窓口」があります。「福祉の相談窓口」では、福祉に関する様々な相談に対して、一元的な対応やコーディネートを行います。

相談日	月曜日から金曜日まで（土・日曜日、祝日及び年末年始を除く）
受付時間	午前9時から午後6時まで
相談内容	①生活自立相談・・・ 関係機関と連携し生活困窮者への自立支援を行います。 ②権利擁護相談・・・ 下記（3）をご覧ください。 ③障害者相談・・・ 関係機関と連携し必要な情報の提供や助言、福祉サービス利用の支援を行います。 ④障害者就労・・・ 就労相談や一般就労促進の支援を行い、障害者の職業的及び社会的自立の促進を図ります。 ⑤コミュニケーション支援・・・ 手話通訳者や要約筆記者の派遣を行い、耳が聴こえない、聞こえにくい方の社会参加の支援を行います。
相談料	無料（相談内容によっては別途費用が発生する場合も有）
問合せ	福祉の相談窓口（電話：2941-6366、FAX：2923-4780）
所在地	所沢市泉町 1861 番地の1

(3) 成年後見制度の相談

成年後見制度等権利擁護に関する相談窓口です。また、制度支援が必要な方については関係する機関への連携も行います。

相談日	月曜日から金曜日まで（土・日曜日、祝日及び年末年始を除く）
受付時間	午前9時から午後6時まで
問合せ	所沢市成年後見センター（電話：2929-1711、FAX：2923-4780）
所在地	所沢市泉町 1861 番地の1

相談場所

介護予防

在宅生活支援

いきがい支援

施設や住まい

介護保険制度

医療・健康

その他

(4) 民生委員・児童委員

それぞれの地域において、常に住民の立場に立って相談に応じ、適切な支援やサービスの「つなぎ役」として活動しています。また、高齢者世帯への声かけ・見守り活動を行っています。

活 動 役 割	①身近な相談役・・・	各種制度やサービスの情報提供
	②見守り・訪問・・・	高齢者や子育て世帯の見守り・訪問
	③連絡・通報・・・	行政機関への橋渡し

問 合 せ 地域福祉センター（電話：2922-2115、FAX：2922-2195）

(5) 相続、離婚、家庭内などの相談(一般相談)

相続、遺言書、離婚、家庭内などの問題や悩みについて、専属の相談員が相談に応じます。

相 談 日 月曜日から金曜日まで（土・日曜日、祝日及び年末年始を除く）

受付時間 午前9時から11時30分まで、午後1時から4時まで

相談方法 対面または電話(相談専用電話:2998-9213)

※予約不要です。(当日、先着順でお受けします。)

※必要に応じて、弁護士、司法書士、税理士等の専門相談
(予約制)につなげます。

相 談 料 無料

問 合 せ 市民相談課（電話：2998-9092、FAX：2998-9041）

(6) 消費生活相談

契約のトラブル、訪問販売、悪質商法、架空請求、多重債務などの消費生活全般について、消費生活相談員が相談に応じます。

相 談 日 月曜日から金曜日まで（土・日曜日、祝日及び年末年始を除く）

受付時間 午前10時から11時30分まで、午後1時から4時まで

相談方法 対面または電話(相談専用電話:2998-9204)

※予約不要です。(当日、先着順でお受けします。)

相 談 料 無料

問 合 せ 消費生活センター（電話：2998-9143、FAX：2998-9041）

2. 介護予防

(1) お達者倶楽部の活動

お達者倶楽部とは、65歳以上の方を対象に、各地域で健康体操・交流会・レクリエーション・茶話会等を行う場を提供するボランティア団体です。お達者倶楽部の活動に参加することで、健康の維持、閉じこもり予防、介護予防につなげることを目的としています。

対 象 者	市内にお住まいの65歳以上の方
活動内容	健康体操、ウォーキング、季節の行事、ゲーム、手芸、世代間交流、茶話会等 ※各倶楽部によって様々な活動をしています。
活動場所	市内の集会所や個人の住宅等
活 動 日	月に2回以上 ※具体的な活動日は、各倶楽部によって異なります。
活動への参加方法	お達者倶楽部の <u>会員になる必要があります。</u>
問 合 せ	参加について…地域包括支援センター（電話・FAX：P.2参照） 設立等について…高齢者支援課（電話：2998-9120、FAX：2998-9138）

(2) 地域サロンの活動

地域サロンとは、高齢者の居場所づくりの一環としてボランティア団体により運営されている、地域の集いの場です。誰でも気軽に立ち寄ることができ、茶話会や健康体操、手芸等を楽しみながら、仲間づくりや地域参加に取り組んでいます。

活 動 内 容	茶話会、健康体操、ボランティア活動、歌等 ※各地域サロンによって様々な活動をしています。
活 動 日	月に2回以上 ※活動日は各地域サロンによって異なります。
問 合 せ	高齢者支援課（電話：2998-9120、FAX：2998-9138）

P. 6 (3) 介護予防教室 ～ P. 8 (6) トコフィット養成講座

事業の中止または変更が生じる場合があります。
ご不明な点がございましたら、各問合せ先にご連絡ください。

(3) 介護予防教室（地域包括支援センター）

介護予防の普及啓発や仲間づくりのため、運動や栄養・口腔に関する教室、認知症予防に関する教室等をまちづくりセンターや自治会館等で開催しています。

- 対 象 者 市内にお住まいの65歳以上の方
- 開 催 日 1年を通して様々な教室等を開催しています。
 ※教室の詳細は、地域包括支援センターにお問い合わせください。
- 費 用 原則無料
 ※内容によっては、一部自己負担があります。
- 申込方法 地域包括支援センターにご連絡ください。
- 問 合 せ 地域包括支援センター（電話・FAX：P. 2 参照）

(4) 介護者の集い（地域包括支援センター）

高齢者を介護している方を対象に、息抜きや情報交換等ができる場として交流会を開催しています。介護に関心のある方や介護をしていた方との交流も行っています。

- 対 象 者 介護をしている、していた方
 介護に関心のある方
- 開 催 日 1年を通して開催しております。（市のホームページに掲載予定です。）
 ※詳細は地域包括支援センターまでお問い合わせください。
- 費 用 原則無料
 ※内容によっては、一部自己負担があります。
- 申込方法 地域包括支援センターにご連絡ください。
- 問 合 せ 地域包括支援センター（電話・FAX：P. 2 参照）

～介護者の集いに参加された方のご感想～

話ができ、
心が少し軽く
なりました。

介護している同じ立場の方のお話
を聞くことができて良かったです。



講座がとても
勉強になりました。

市のホームページ※には、介護者の集いの日程を随時
掲載しております。



※右記の二次元バーコードからご確認いただけます。



ケアラー支援条例

埼玉県では、令和2年3月に「埼玉県ケアラー支援条例」が制定されました。条例の基本理念である「全てのケアラーが個人として尊重され、健康で文化的な生活を営むことができる」ように、県だけでなく、県民、市町村、事業者、関係機関、民間支援団体等の多様な主体が相互に連携を図りながら、ケアラー(介護者)が孤立することのないよう社会全体で支えていくこととしています。

(5) ご近所型介護予防 トコロん元気百歳体操

ところん元気百歳体操は、手首や足首におもりをつけてゆっくり動かす筋力体操です。筋力アップの効果はとて高く、体力に自信がない方でも手軽にできる体操です。身近な自治会館等を会場に、地域住民が主体となり、週1回程度行われています。この体操のサポーターである『トコフィット』が、お手伝いをしています。

問 合 せ 地域包括支援センター（電話・FAX：P. 2 参照）
高齢者支援課（電話：2998-9120、FAX：2998-9138）



相談場所

介護予防

在宅生活支援

いきがい支援

施設や住まい

介護保険制度

医療・健康

その他

(6) 介護予防サポーター（トコフィット）養成講座

トコロん元気百歳体操の活動をするサポーターを養成しています。

地域で理学療法士の指導のもと、介護予防に効果のある百歳体操の知識や技術を身につけます。

対 象 者 地域で介護予防サポーター（トコフィット）として活動できる方

開 催 日 2回/年 1講座全6回

申込方法 広報ところざわに掲載予定です。

費 用 無料

問 合 せ 高齢者支援課（電話：2998-9120、FAX：2998-9138）



☆☆ ご活用ください ☆☆ 「所沢市地域資源情報サイト トコまっぷ」

お達者倶楽部や地域サロン等、市内の「生活支援サービス・地域交流活動（地域資源）」の情報を活用していただくため、「所沢市地域資源情報サイト トコまっぷ」を公開しております。

ト コ ま っ ぷ



お住まいの近くの活動やサービスを探す際にご活用ください。
※スマートフォンにも対応しております。



(7) 介護予防ボランティアポイント事業

対象事業にボランティアとして参加した方へポイントを付与し、ポイントに応じてトコろんグッズ等と交換することができます。

対 象 者	市内にお住まいの65歳以上の方 ただし、トコろん元気百歳体操関連事業は、介護予防サポーターの方、認知症関連事業は認知症サポーターの方に限ります。
対象事業	[A]. 市又は地域包括支援センター等が実施する介護予防事業等 ※介護予防サポーター（トコフィット）養成講座を含む。 [B]. 市の委託事業者が実施する「所沢みんなのカフェ」（認知症カフェ） [C]. トコろん元気百歳体操を実施する通いの場 （市に届け出のあるもの） [D]. 市又は地域包括支援センターが主催する認知症関連事業 （ところざわオレンジウィーク、認知症サポーター養成講座） [E]. 市又は地域包括支援センターが主催する家族介護者支援事業 （介護者の集い等）
ポイントの 貯 め 方	①初回参加時、各ボランティア会場で主催者からボランティアカード及び、対象事業ごとに該当のポイントを受け取る。 ②2回目以降、別会場であっても同じカードを使用する。
ポ イ ン ト の交換方法	ポイントが貯まったら、高齢者支援課窓口等で景品と交換し、新しいカードを受け取る。
問 合 せ	ボランティア参加方法について・・・ [A]・[C]・[D]：高齢者支援課（電話：2998-9120、FAX：2998-9138） [B]：所沢みんなのカフェ（電話・FAX：P. 23～25参照） [E]：地域包括支援センター（電話・FAX：P. 2参照） ※施設・事業によっては、ボランティアの受入れをしていない場合もあります。 事業について・・・高齢者支援課 （電話：2998-9120、FAX：2998-9138）

相談場所

介護予防

在宅生活支援

いきがい支援

施設や住まい

介護保険制度

医療・健康

その他

3. 在宅生活支援

(1) 見守り等の支援

高齢者みまもり相談員による訪問

近隣との交流や福祉サービスの利用機会が少ない等の高齢者が対象の事業です。市が委嘱した相談員が、月に2回程度希望者のお宅を訪問し、安否確認や話し相手、市からの情報提供等を行います。

- 対 象 者 市内にお住まいの65歳以上で、次のいずれかに該当する方
- ・ 単身高齢者
 一人暮らしで同一敷地内にお住まいの親族がいない方
 - ・ 日中単身高齢者
 同居者が勤務等のために日中おおむね8時間以上単身の状態が続く方
 - ・ 高齢者のみの世帯
 同居者全員が65歳以上の世帯の方
 - ・ 軽度のもの忘れ等がある方、又は認知症状がある方が同一世帯にいる方

※詳しくはお問い合わせください。

訪問回数 月に2回程度

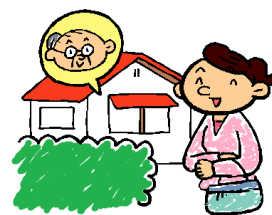
費 用 無料

申込方法 まずは、地域包括支援センターにご相談ください。
 ※地域包括支援センターの職員が、ご本人の状況の調査等を行います。

問 合 せ 申込み・・・地域包括支援センター（電話・FAX：P.2 参照）
 その他・・・高齢者支援課（電話：2998-9120、FAX：2998-9138）

みまもり相談員とは？

市から委嘱を受けた、地域のボランティアの方々です。地域包括支援センターや民生委員等と連携をとりながら、みまもり活動をしています。



高齢者配食サービスの実施

高齢者の食生活の改善、健康の増進及び介護予防を図るため、市の指定配食事業者が、自宅まで食事をお届けします。

指定配食事業者が高齢者に直接会って食事をお届けするため、安否確認も併せて行うことができます。なお、詳細は高齢者支援課や各地域包括支援センターで配布しているリーフレットをご参照ください。※右記の二次元バーコード

からご確認いただけます。



対 象 者 市内にお住まいの65歳以上の方

食事内容等 指定配食事業者（6事業者）により異なるため、リーフレットをご参照ください。

※食事内容は日替わりで、管理栄養士が栄養バランス・カロリー等を計算したメニュー作りをしています。

費 用 指定配食事業者により異なるため、リーフレットをご参照ください。

利用までの流れ ①地域包括支援センターにご相談ください。
地域包括支援センターの職員が、日常生活のこと、治療中の病気のことを考慮した上で、アドバイスを行います。

②配食事業者との打合せ

地域包括支援センターとの相談後、配食事業者が訪問し、食事内容・回数、配達時間、支払方法等について説明します。

③配食事業者との契約

食事内容等を検討した上で、利用者（家族）の皆様と配食事業者との契約により決定します。

④利用の開始

契約内容に沿った配食サービスが開始されます。

契約で定めた方法で料金をお支払いいただきます。



問 合 せ 申込み・・・地域包括支援センター（電話・FAX：P. 2 参照）
その他・・・高齢者支援課（電話：2998-9120、FAX：2998-9138）

相談場所

介護予防

在宅生活支援

いきがい支援

施設や住まい

介護保険制度

医療・健康

その他

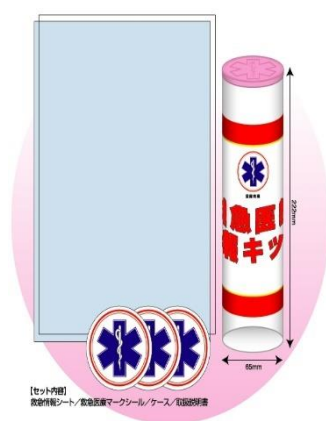
救急医療情報キットの配布

迅速な救急活動に役立てるため、持病やかかりつけ医療機関、服薬内容等の医療情報等を一つにまとめて保管しておく「救急医療情報キット」を配布しています。

対 象 者

- ①市内にお住まいの65歳以上の方
※1世帯につき1本配布します。
- ②市内にお住まいの65歳未満で一人暮らしの障害者
※1日の大半を1人で過ごす方も含みます。

内 容



- ・キットケース
救急情報シート・写真（本人と確認できるもの）・保険情報が分かるものの写し等を入れていただくものです。
- ・シート（1枚）
緊急連絡先や持病の情報をご記入いただくものです。
- ・マークシール（3枚）
冷蔵庫の扉、玄関ドアの内側にそれぞれ貼付してください。
※救急隊の目印になります。
※予備が1枚入っています。
- ・取扱説明書

費 用

無料

申 込 方 法

「申込書」に必要事項（ご本人の氏名、住所、生年月日、電話番号）をご記入の上、配布場所（P. 13～14参照）にご提出ください。
※必要事項の記入ができれば、代理の方でも申込みできます。
※本人又は代理の方が配布場所に行けない場合は、高齢者は地域包括支援センターにご連絡ください。職員が救急医療情報キットを持って自宅等に伺います。
※65歳未満で障害のある方は、障害者手帳をお持ちください。

問 合 せ

- ① 高齢者支援課（電話：2998-9120、FAX：2998-9138）
地域包括支援センター（電話・FAX：P. 2参照）
- ② 障害福祉課（電話：2998-9116、FAX：2998-1147）

救急医療情報キットの配布場所

※①…高齢者用 ②…障害者用のみ配布している場所です。
空欄になっている施設は、両方配布しています。

	名称	※	所在地	電話
市役所	所沢市高齢者支援課	①	並木 1-1-1 (高層棟 1 階)	2998-9120
	所沢市障害福祉課	②	並木 1-1-1 (高層棟 1 階)	2998-9116
	所沢市保健センターこころの健康支援室	②	上安松 1224-1	2991-1812
	地域包括支援センター	①	P. 2 参照	
老人福祉センター・老人憩の家	うしぬま荘	①	牛沼 54	2998-4741
	あづま荘		久米 2263-1	2928-1466
	さやまがおか荘		若狭 4-2478-4	2949-1192
	緑寿荘		緑町 3-16-7	2928-8415
	さくら荘		山口 356	2922-0710
	とめの里		中新井 547	2943-2492
	やなせ荘		南永井 625-6	2944-6773
	峰寿荘		宮本町 2-22-13	2926-1901
	みかじま荘		三ヶ島 3-1440-1	2947-2213
	こてさし荘		北野 1-2-12	2947-3232
	とみおか荘		北岩岡 118-4	2943-8651
	ところ荘		宮本町 1-2-35	2922-0681
まちづくりセンター・公民館分館	松井まちづくりセンター		上安松 1286-1	2994-1222
	富岡まちづくりセンター		北岩岡 117-1	2942-3110
	小手指まちづくりセンター本館		北野南 1-5-2	2948-1295
	小手指まちづくりセンター分館		小手指町 4-22-2	2948-8780
	山口まちづくりセンター		山口 5004	2924-1224
	吾妻まちづくりセンター		久米 2229-1	2924-0118
	柳瀬まちづくりセンター		城 964-8	2944-2113
	三ヶ島まちづくりセンター		三ヶ島 5-1639-1	2948-1204
	新所沢まちづくりセンター		緑町 1-8-3	2924-2955
	新所沢東まちづくりセンター		美原町 1-2922-16	2943-0909
	所沢まちづくりセンター		元町 27-5	2926-9355
	並木まちづくりセンター		並木 8-3	2998-5911
消防署	所沢中央消防署		けやき台 1-13-11	2929-9125
	所沢中央消防署三ヶ島分署		北野 3-23-2	2949-1190
	所沢中央消防署山口分署		山口 182-2	2925-1190
	所沢東消防署		上安松 974-1	2998-1190
	所沢東消防署富岡分署		神米金 256-4	2942-4960
	所沢東消防署柳瀬分署		東所沢 4-12-2	2944-1190

相談場所

介護予防

在宅生活支援

いきがい支援

施設や住まい

介護保険制度

医療・健康

その他

その他	シルバー人材センター	①	小手指町 1-5-203	2928-8695
	ところざわ障がい者相談支援センター	②	泉町 1861-1	2929-1705
	さぽっと		下新井 987-1	2992-7888
	相談支援事業所 こみゅーと		緑町 4-1-12	2008-3244
	地域生活支援センター 所沢どんぐり		北秋津 790-2	2993-8585

※配布の時間帯は、各場所により異なりますので各場所にご確認ください。

※病状や服薬内容が変わった場合は、その都度情報を更新してください。

年に一度、記載内容の確認をおすすめします。(新しいシートも各施設で配布しています。)

活用事例

① 119番へ通報



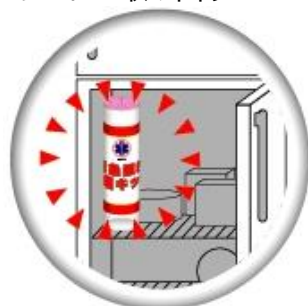
② 救急隊が自宅へ到着
玄関ドアの裏側を確認



③ 冷蔵庫のシールを見る



④ 冷蔵庫の中にある
キットを取り出す



⑤ キットの中身を確認し
情報を入手する



⑥ 適切な処置をして
病院へ搬送



一人暮らし高齢者等緊急通報システムの貸与

慢性的な疾病等を持つ方の、病状急変時の緊急連絡手段として、緊急通報用の通信機器を貸与しています。簡単な操作で、市が委託する民間事業者のオペレーションセンターにつながり、救急車の手配等を行います。

対 象 者 ①高齢者（次の（ア）（イ）の全てに該当する方）

（ア）市内にお住まいの65歳以上で、一人暮らしの方

（イ）慢性的な疾病等があり、緊急性のある病状の変化が予測される方

②障害者

市内にお住まいの一人暮らしの重度身体障害者

※同居している方がいても、次に該当する場合は一人暮らしの方と同様となります。

・同居している方の勤務等のため、対象者がおおむね8時間以上一人の状態になる場合

・同居している方が、要介護4・5の認定を受けている又は重度障害者の場合



申請内容の調査及び審査により、
利用の可否を決定します。

費 用 利用者（生計中心者）の市民税の課税状況により決定します。
市民税課税額が年額85,000円以上の場合は下表の費用がかかります。

単身世帯	日中単身世帯
月額 1,500円	月額 3,000円

問 合 せ ①高齢者

申込み・・・地域包括支援センター（電話・FAX：P. 2 参照）

その他・・・高齢者支援課（電話：2998-9120、FAX：2998-9138）

②障害者

障害福祉課（電話：2998-9116、FAX：2998-1147）

固定電話回線がある方



本 体



ペンダント型
送信機



煙型火災感知器



生活反応センサー

固定電話回線がない方



本 体



高齢者のためのごみ収集支援（ふれあい収集）

身近な人の協力を得ることができず、高齢者の健康状態や障害等により、自分でごみを集積所へ出すことが困難な方に対して、「ふれあい収集」を行っています。

また、ふれあい収集の指定日にごみが出ていない場合と希望する対象者には、お声かけし、安否確認をしています。

対 象 者	ごみ出しについて身近な人の協力を得ることができず、自分でごみ集積所まで出すことが困難な方で、次のいずれかに該当する方 ・ 要支援2以上の認定を受けている65歳以上の単身の方 ・ 2級以上の身体障害者手帳を所持している単身の方 ・ 要支援2以上の認定を受けている65歳以上の方又は、 2級以上の身体障害者手帳を所持している方のみで構成されている世帯に属する方
収集方法	毎週1回、戸別訪問し戸口先から分別されているごみ（粗大ごみを除く）を一括で収集します。
申請方法	「ふれあい収集利用（更新）申請書兼利用者台帳」に必要事項（住所、氏名、ごみを自分で出せない理由等）をご記入の上、収集管理事務所に申請ください。 ※代理人（ケアマネジャー等）による申請も可能です。
利用可否	職員が自宅に訪問し、ご本人の状況を調査の上、利用の可否を決定し、結果を後日通知します。
問 合 せ	収集管理事務所 (電話：2946-5353、FAX：2945-7588)



相談場所

介護予防

在宅生活支援

いきがい支援

施設や住まい

介護保険制度

医療・健康

その他

介護マークの配布

介護中であることを周囲にお知らせする「介護マーク」を配布しています。
高齢者等を介護している方が「介護マーク」を身に付けることで、トイレに付き添う時等に周囲から誤解や偏見を持たれないようにできます。

対 象 者	認知症高齢者等の介護をする方 ※市内にお住まいの介護者、被介護者 ※法人は対象外です。
介護マーク	名札（大・小）と腕章がありますので、好きな種類をお選びいただけます。
費 用	無料
申 込 方 法	「申込書」に必要事項（介護者と被介護者の住所、氏名、電話番号等）をご記入の上、配布場所にご提出ください。
配 布 場 所	高齢者支援課及び地域包括支援センター
問 合 せ	高齢者支援課（電話：2998-9120、FAX：2998-9138） 地域包括支援センター（電話・FAX：P. 2 参照）



※上記の二次元バーコード
からご確認いただけます。



こんな時にお使いください！

- ・ 駅等のトイレで介護者が付き添う時
- ・ 付き添いが必要な高齢者と一緒に病院の診察室に入る時等...

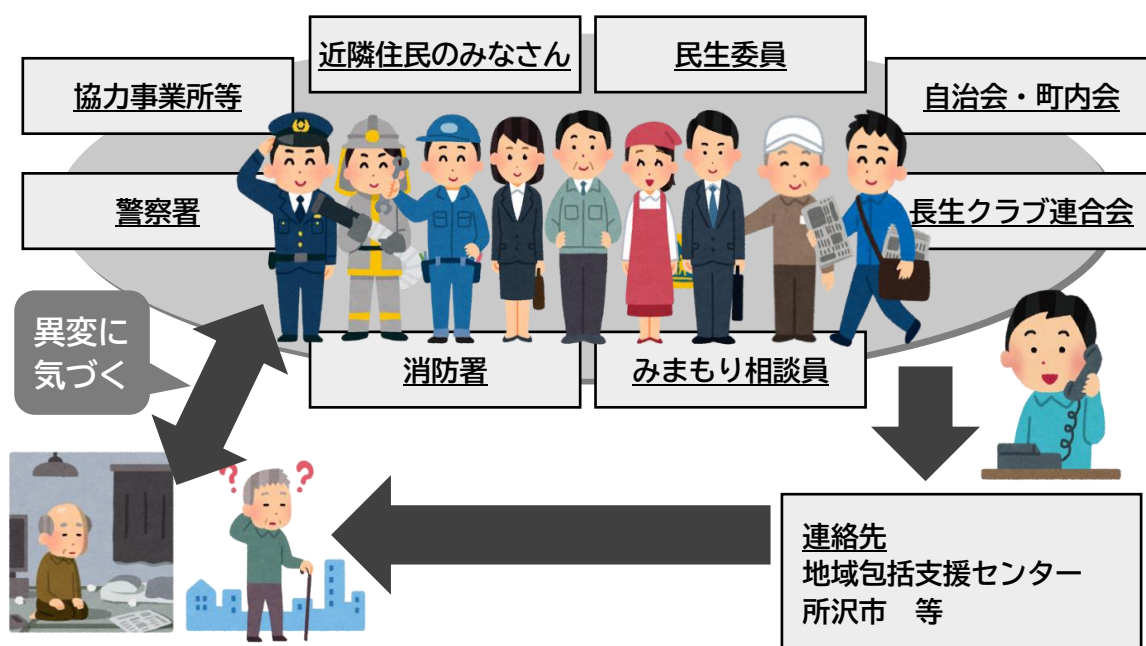


所沢市高齢者みまもりネットワーク事業「トコロみまもりネット」

「トコロみまもりネット」とは、高齢者が住み慣れた地域で安心して暮らしていくために、地域住民、協力機関、協力事業所で作るネットワークのことです。

地域の皆さんの日常や、協力機関・協力事業所の事業活動の中でのさりげないみまもり・声かけによって、高齢者の何らかの異変に気づいたときに、高齢者支援課や地域包括支援センターへご連絡をいただき、状況の確認や必要な支援につなげていきます。

【トコロみまもりネット体系図】



～各地域で適宜話し合いを行い、ネットワークを強化しています～

詳細は、リーフレットをご覧ください。



※上記の二次元バーコードからご確認いただけます。

問合せ 高齢者支援課（電話：2998-9120、FAX：2998-9138）
地域包括支援センター（電話・FAX：P. 2 参照）



（２）認知症高齢者への支援

地域でみまもり支え合い事業「ところんおかえりQR」

認知症高齢者が道に迷ったときに、発見者が認知症高齢者の持ち物に貼付されたQRコード（ところんおかえりQR）をスマートフォン等で読み取ることで、認知症高齢者のご家族に現在の居場所や状況等を即時に電子メールや電話で伝えることができます。

入手方法 所沢市観光情報・物産館YOT-TOKO・オンラインショップ
「Amazon」「楽天」「Yahoo!ショッピング」で購入できます。

費 用 1シート（シール大2枚、小3枚入り）税込み990円

問 合 せ 高齢者支援課（電話：2998-9120、FAX：2998-9138）

地域包括支援センター（電話・FAX：P.2参照）

◎こちらのQRコードを読み込んでいただくとサービスをご体験いただけます。



※QRコードは（株）デンソーウェーブの登録商標です。



（ところんおかえりQRサンプル版）

「おかえりQR」を貼っている方が
困っていたら声をかけ、QRコード
を読み取ってご家族への連絡にご協
力ください！



認知症サポーター養成講座

認知症の方やそのご家族が安心して暮らし続けることのできる地域づくりを推進するために、「認知症サポーター養成講座」を開催しています。

対 象 者 市内にお住まいの方、又は市内在勤・在学の方
講座内容 講師役である「キャラバン・メイト」が、次のような認知症についての正しい知識や接し方についての講義を行います。

- ・ 認知症とは
- ・ 認知症の症状（もの忘れとの違い等）
- ・ 認知症の人の気持ちや接し方

※講座を受講した方には、サポーター証をお渡しします。

※講座の時間は概ね90分です。

費 用 無料

問 合 せ 所沢市社会福祉協議会 地域福祉推進課
 （電話：2925-0041、FAX：2925-3419）



認知症サポーター養成講座 を開催しませんか？

会社や地域の集まり等に、無料で出張講座に伺います！

認知症サポーター養成講座とは？

地域や職場団体、家庭教育学級、児童生徒等が、認知症に関する正しい知識や、認知症の方への対応の仕方などについて学習できる住民講座・ミニ学習会のことを「認知症サポーター養成講座」と呼びます。講師は「キャラバン・メイト」が担当します。

認知症サポーターは「なにか特別なことをする人」ではありません。講座を通して認知症についての正しい知識を習得し、自分のできる範囲で認知症の人や家族を応援するのが認知症サポーターです。

- ・ 少人数（10人程度）での開催もOKです。
- ・ 会場をご準備ください。
- ・ 時間は90分程度です。（応相談）
- ・ 認知症の症状やその対応、家族への支援などを、わかりやすくお伝えします。
- ・ 認知症サポーター養成講座の講師資格をもった「キャラバン・メイト」が講師としてお伺いします。



講座を修了すると、認知症を支援するサポーターの「証」として、「埼玉県認知症サポーター証」をお渡しします。



ご相談・お申込み
2ヶ月位前

日程・講師調整

開催

認知症サポーター養成講座については、こちらへお問合せください

お気軽にどうぞ

© 所沢市認知症サポーター養成事業 事務局
 社会福祉法人 所沢市社会福祉協議会 地域福祉推進課
 住所：〒359-1112 所沢市泉町 1861-1 所沢市こどもと福祉の未来館 3 階
 電話：04-2925-0041 FAX：04-2925-3419
 E-mail：00411@toko-shakyo.or.jp



相談場所

介護予防

在宅生活支援

いきがい支援

施設や住まい

介護保険制度

医療・健康

その他

認知症初期集中支援チーム

認知症専門の医師と医療及び介護の専門職から編成されたチームです。認知症又はその疑いのある方やご家族のご自宅をチーム員が訪問し、最長概ね6か月を目安に医療機関の受診や介護サービス利用のサポート・ご家族への支援等、初期支援を包括的・集中的に行います。

対 象 者 ご自宅で生活している40歳以上で、認知症等の症状でお困りの、
以下に該当する方

- ・ 認知症の診断を受けていない方
- ・ 認知症の診断を受けたが、治療を中断している方
- ・ 介護保険サービスを利用していない方、又は利用を中断している方
- ・ 何らかのサービスは利用しているが、認知症の症状が強く、対応に困っている方

費 用 無料

※医療機関への受診等の際には費用が発生します。

問 合 せ 地域包括支援センター（電話・FAX：P. 2 参照）



みんなのカフェ（認知症カフェ）

「みんなのカフェ」とは、所沢市委託の「認知症カフェ」のことです。「認知症カフェ」とは、認知症の方やその家族、医療や介護の専門職、地域の方等、誰もが気軽に参加できる「集いの場」であり、認知症の方やその家族が相談をでき、安心して過ごせる「地域の居場所」です。地区に限らずどなたでもお気軽にご参加ください。

対 象 者 市内にお住まいの、認知症の方、そのご家族、介護者、認知症の取組に興味のある方等

問 合 せ 高齢者支援課（電話：2998-9120、FAX：2998-9138）

開催場所リスト（令和7年4月現在）

※開催日時は変更となることもありますので、開設会場にご確認ください。

所沢 地区

名称	所在地	電話番号 FAX番号	開設状況（参加費）
ホッとこしん	宮本町 2-23-34 （ケアセンターとこしん）	2924-1119 2929-5505	月1回 第4火曜日 午後2時から 午後3時30分 （100円）

松井東 地区

名称	所在地	電話番号 FAX番号	開設状況（参加費）
リンリンカフェ	下安松 1482-21 （デイサービス一笑苑）	2944-8181 2968-6467	月1回 第2土曜日 午前10時から正午 （100円）

相談場所

介護予防

在宅生活支援

いきがい支援

施設や住まい

介護保険制度

医療・健康

その他

柳瀬 地区

名称	所在地	電話番号 F A X 番号	開設状況（参加費）
グリーンカフェ	東所沢 2-10-4 (介護付有料老人ホーム SOMPO ケアラヴィーレ 東所沢)	2946-5801 2946-5802	月1回 第3火曜日 (6月7月2月は 第2金曜日) 4月から8月は午後、 9月から3月は午前開催 ※詳細な時間は施設へお 問い合わせください。 (100円)

富岡 地区

名称	所在地	電話番号 F A X 番号	開設状況（参加費）
あすかのカフェ	神米金 505-1 (地域密着型特別養護老人 ホーム飛鳥野の森)	2990-1080 2990-2585	月1回 第3水曜日 午後2時から 午後3時30分 (100円)
繋がるカフェ さんとも	中富 1622 (グループホームさんとも)	2941-6359 2941-6194	月1回 第4金曜日 午後2時から 午後3時30分 (100円)

新所沢 地区

名称	所在地	電話番号 F A X 番号	開設状況（参加費）
びびっとカフェ	緑町 4-45-7 (ブランシエール新所沢)	2903-7860 2903-7861	月1回 第3水曜日 午後2時30分から (300円)

三ヶ島第1 地区

名称	所在地	電話番号 F A X 番号	開設状況（参加費）
苗場カフェ・ 森のカフェ	三ヶ島 5-1445-7 (グループホームひばりの 空)	2947-6066 2947-6071	月1回 第3土曜日 午後2時から 午後4時 (100円)

三ヶ島第2 地区

名称	所在地	電話番号 F A X 番号	開設状況（参加費）
マルベリーカフェ	東狭山ヶ丘 6-750-1 (ケアハウス大光園)	2929-2233 2921-8801	月1回 第3火曜日 午後2時から (100円)

小手指第1 地区

名称	所在地	電話番号 FAX番号	開設状況（参加費）
お茶っこ463	上新井 5-78-5 (デイホーム花みずきの家)	090-6652 -5435 2935-4824	月2回 金曜日 午後1時から (100円)

並木 地区

名称	所在地	電話番号 FAX番号	開設状況（参加費）
あとリエ ^{あんじゅうむ} 安住夢	こぶし町 30-31 (グループホーム アンジューム所沢)	2968-6255 2968-6256	月1回 第3土曜日 午後2時から午後3時 (100円)
CAFÉ ひまわり	中新井 564 (第2ひまわり リハスタジオひまわり)	2943-3003 2943-3008	月1回 最終土曜日 午後1時30分から 午後3時 (100円)

相談場所

介護予防

在宅生活支援

いきがい支援

施設や住まい

介護保険制度

医療・健康

その他

認知症に関する電話相談窓口

次の団体では、介護の経験者や専門の教育を受けた相談員が、認知症に関する電話相談をお受けしています。

- | | |
|---|---|
| ・ 認知症の人と家族の会
（本部） | 研修を受けた介護経験者が、相談をお受けします。
【電 話】0120-294-456
※携帯電話からの場合は、050-5358-6578
【受 付】月曜日から金曜日
午前10時から午後3時まで
（土・日曜日、祝日及び年末年始を除く）
【通話料・相談料】無料
※携帯電話からの場合は、通話料はご利用者様のご負担となります。 |
| ・ 認知症の人と家族の会
（埼玉県支部） | 研修を受けた埼玉県内の介護経験者が、相談をお受けします。
【電 話】048-814-1210
【受 付】月・水・金・土
午前10時から午後4時まで
（木・日曜日、祝日及び年末年始を除く）
【相談料】無料
※通話料はご利用者様のご負担となります。 |
| ・ 認知症の人と家族の会
（若年性認知症
サポートセンター） | * 若年専用
若年性認知症支援コーディネーターが、本人・家族・支援関係者からの相談（社会保障・医療・サービス需給・就労支援等）に応じます。
【電 話】048-814-1212
【F A X】048-814-1211
【受 付】月曜日から金曜日
午前9時から午後4時まで
（土・日曜日、祝日及び年末年始、夏季休暇を除く）
【相談料】無料
※通話料はご利用者様のご負担となります。 |
| ・ 若年性認知症
コールセンター
（認知症介護研究・
研修大府センター） | 専門の教育を受けた相談員が、若年性認知症に関する相談をお受けします。
【電 話】0800-100-2707 【通話料・相談料】無料
【受 付】月曜日から土曜日
午前10時から午後3時まで
（日曜日、祝日及び年末年始を除く）
（水曜日は午後7時まで）
【メール相談】 https://y-ninchisyotel.net の専用フォーム
からご入力ください。 |

もの忘れ相談医

所沢市医師会では、「所沢認知症ネットワーク」を設立・運営し、地域のかかりつけ医が「もの忘れ相談医」として認知症患者の診療を行い、認知症専門医療機関との連携を図り、認知症の早期発見・早期治療に向けた取組を実施しています。

問合せ 次の『所沢「もの忘れ相談医」リスト』に掲載されている、お近くのもの忘れ相談医にご相談ください。

所沢「もの忘れ相談医」リスト（令和7年4月1日現在）

所沢 地区

医療機関名	所在地	医師名	電話番号	FAX番号
岩下悦郎消化器内科 クリニック	北有楽町 24-5	岩下 悦郎	2928-3636	2928-3565
平沢スリープ・メンタル クリニック	くすのき台 1-10-10 TOSHI ビル 2 階	平澤 秀人 平澤 俊之	2941-2711	2941-5044
所沢診療所	宮本町 2-23-34	福庭 勲	2924-0121	2921-1349
宮本町内科クリニック	宮本町 2-26-16	竹内 昭彦	2903-1088	050-3145 -9894
柳内医院	元町 21-7	柳内 仁	2922-2005	2922-7670

松井東 地区

医療機関名	所在地	医師名	電話番号	FAX番号
矢倉内科クリニック	下安松 50-43	矢倉 道泰	2945-5656	2945-5650

柳瀬 地区

医療機関名	所在地	医師名	電話番号	FAX番号
東所沢病院	城 435-1	山口 克彦	2944-2390	2944-5236
東所沢整形外科	東所沢 1-18-5	栗原 卓也	2951-5201	2951-5199

富岡 地区

医療機関名	所在地	医師名	電話番号	F A X 番号
新所沢清和病院	神米金 141-3	小室 三奈 小室 裕一	2943-1101	2943-5226
所沢慈光病院	北中 1-228	鈴木 隆晴	2922-2990	2922-2934
埼玉西協同病院	中富 1865	吉野 肇	2942-0323	2942-4407

新所沢 地区

医療機関名	所在地	医師名	電話番号	F A X 番号
けやき台どんぐり クリニック	けやき台 1-16-5	新井 哲彦	2923-8171	2925-1535
双葉クリニック	けやき台 1-36-7	小野田 忠	2922-5171	2922-5173
ひろせクリニック	緑町 2-14-7	廣瀬 恒	2920-2111	2920-2112

新所沢東 地区

医療機関名	所在地	医師名	電話番号	F A X 番号
新所沢キッズクリニック	美原町 2-2931-6	小林 治	2990-3100	2990-3101
梨子田内科クリニック	弥生町 2871-36	梨子田 行孝	2996-3181	2996-3181

三ヶ島第2 地区

医療機関名	所在地	医師名	電話番号	F A X 番号
所沢緑ヶ丘病院	狭山ヶ丘 1-3009	土江 博人	2948-8181	2948-8187
陽だまりの丘クリニック	東狭山ヶ丘 1-39-5	瀧口 博司	2935-7335	2935-7336
わかさクリニック	若狭 4-2468-31	間嶋 崇	2949-2426	2949-2606

小手指第1 地区

医療機関名	所在地	医師名	電話番号	F A X 番号
ロイヤルこころの里病院	北野 3-20-1	井川 真理子 河本 勝	2947-2466	2947-2482
小手指医院	北野新町 1-9-7	古敷谷 千賀子	2949-3118	2948-6488

相談場所

介護予防

小手指第2 地区

医療機関名	所在地	医師名	電話番号	F A X 番号
鈴木内科医院	小手指町 1-42-17	鈴木 則之	2922-6160	2939-9835
波多野医院	小手指町 1-43-5	波多野 淑弘	2924-7885	2925-3950
豊川医院	小手指町 3-22-12	豊川 泰彦	2948-1122	2948-1521
さいとう内科クリニック	小手指町 4-17-3	齋藤 拓郎	2936-8700	03-6800 -3252

在宅生活支援

いきがい支援

吾妻 地区

医療機関名	所在地	医師名	電話番号	F A X 番号
むさしクリニック 泌尿器科内科	北秋津 855-1	大場 忍	2998-1850	2998-1863
所沢中央病院	くすのき台 3-18-1	北 秀幸 苗代 弘	2994-1265	2991-4655
額賀胃腸科内科 クリニック	久米 2196-5	額賀 優	2925-1585	2925-1585
伊藤内科	東住吉 2-4	伊藤 哲	2922-2915	2922-5055

施設や住まい

介護保険制度

並木 地区

医療機関名	所在地	医師名	電話番号	F A X 番号
みずの内科クリニック	中新井 4-27-4	水野 康司	2942-4100	2943-2123

医療・健康

その他

認知症疾患医療センター

埼玉県では、高齢化の進展に伴い今後増加が見込まれる認知症患者やそのご家族を医療面から支援するため、「認知症疾患医療センター」を設置しています。

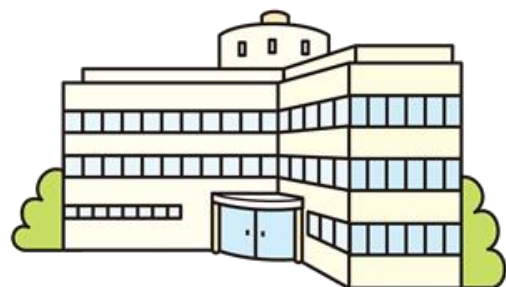
受付日 月曜日から金曜日まで
(土・日曜日、祝日及び年末年始を除く)

受付時間 ・入院、初診外来のご相談専用ダイヤル
月曜日から金曜日
午前9時から午後5時まで
(土・日曜日、祝日及び年末年始は除く)

診療時間
(外来) ・午前8時45分から正午まで
・午後1時00分から午後4時30分まで
(予約制)

主な業務 ・専門医療相談(電話・面談)
・鑑別診断とそれに基づく初期対応
・認知症周辺症状への対応
・認知症医療に関する情報発信
※受診については、かかりつけ医がいる方は、まずかかりつけ医にご相談ください。

問合せ 医療法人尚寿会 狭山尚寿会病院 認知症疾患医療センター
住所：〒350-1317 埼玉県狭山市水野 600 番地
電話：04-2957-1202、FAX：04-2957-1146
※所沢市を管轄する認知症疾患医療センターです。



(3) 手当・助成・税

特定在宅高齢者介護手当の支給

介護負担を軽減するため、6か月以上にわたって寝たきりや認知症等の高齢者を自宅で介護している在宅介護者に、年度に1回手当を支給します。

対 象 者 市内にお住まいの65歳以上の要介護4又は要介護5である方を、※常時自宅で介護している方

※「常時自宅で」とは、申請月の前月の末日から起算して前12か月の間に、入院及びショートステイ等の利用が1か月当たり7泊以内である月が6か月継続した期間があることを指します。

手 当 額 40,000円（1年度につき1世帯当たりの支給額）

申請方法 「所沢市特定在宅高齢者介護手当支給申請書」に必要事項をご記入の上、高齢者支援課にご提出ください。

※郵送による提出も可能です。

※申請書は、市のホームページからダウンロードできます。

問 合 せ 高齢者支援課（電話：2998-9120、FAX：2998-9138）



相談場所

介護予防

在宅生活支援

いきがい支援

施設や住まい

介護保険制度

医療・健康

その他

在宅介護者リフレッシュ事業の実施

要介護4以上の認定を受けている高齢者を自宅で介護している在宅介護者の健康増進等のため、はり・きゅう・マッサージの施術を低額で利用できる「在宅介護者リフレッシュ事業利用券」を交付します。

対 象 者	①「所沢市特定在宅高齢者介護手当」(P.31参照)を申請し、支給決定された方 ②上記の方と同居で介護をされている方
交 付 枚 数	交付日から1年以内につき2枚(2施術分)
利 用 施 設	利用券交付時にお渡しする「登録施術機関名簿一覧」に掲載されている施術機関
交 付 方 法	在宅介護者リフレッシュ事業利用券は、「所沢市特定在宅高齢者介護手当」が支給決定された方へ直接交付いたします。
費 用	利用券を使用すると次の金額で、はり・きゅう・マッサージの施術を利用できます。 ・通院施術の場合：1回当たり 500円 ・訪問施術の場合：1回当たり1,000円
問 合 せ	高齢者支援課(電話：2998-9120、FAX：2998-9138)



外国人高齢者等福祉手当の支給

市内にお住まいの無年金の外国人高齢者等に、福祉増進を図るため、手当を支給します。

- 対 象 者 ①大正15年4月1日以前に生まれた外国人で、次の全てに該当する方
- ・市内に住所を有し、1年以上居住している。
 - ・法務大臣の永住許可を受けている。
 - ・国民年金その他の公的年金を受給していない。
- ②昭和57年1月1日において満20歳以上で、1・2級の身体障害者手帳の交付を受けている外国人、もしくは、**㊤**又はAの療育手帳の交付を受けている外国人で、次の全てに該当する方
- ・市内に住所を有し、1年以上居住している。
 - ・法務大臣の永住許可を受けている。
 - ・国民年金その他の公的年金を受給していない。
- 手 当 額 月額10,000円
- 申請方法 次の3点を高齢者支援課にご提出ください。
- ①外国人高齢者等福祉手当受給資格認定申請書
 - ②住民票の写し
 - ③公的年金等受給状況調査同意書
- 問 合 せ 高齢者支援課（電話：2998-9120、FAX：2998-9138）

相談場所

介護予防

在宅生活支援

いきがい支援

施設や住まい

介護保険制度

医療・健康

その他

高齢者の障害者控除対象者認定書の発行

障害者手帳をお持ちでない方等でも、要介護認定を受けた65歳以上の方に対して、申請により障害者控除対象者認定書を発行します。この認定書を所得税の確定申告や住民税の申告時に添付していただくことにより所得控除を受けることができます。

- 対 象 者
- ・ 認定基準日に65歳以上の方
 - ・ 認定基準日に要介護1から5の認定を受けている方
- ※認定基準日は、前年の12月31日。
ただし、死亡又は出国の場合はその日
- 受付開始日
- ・ 令和7年分の認定書は令和8年1月5日以降
 - ・ 対象者が死亡又は出国した場合はその日以降
- 申請方法
- 下記の書類を高齢者支援課にご提出ください。（郵送可）
- ①所沢市で介護保険の要介護認定を受けている方
- 所沢市障害者控除対象者認定申請書
- ②所沢市に住民票があり、他自治体で介護保険の要介護認定を受けている方
- （ア）所沢市障害者控除対象者認定申請書
- （イ）介護保険被保険者証の写し
- （認定基準日において最新のもの）
- ※申請書は、市のホームページからダウンロードできます。
※市のホームページから電子申請ができます。
※認定書は、申請から1～2週間ほどで、申請者宛てに郵送されます。
- 問 合 せ
- 高齢者支援課（電話：2998-9120、FAX：2998-9138）

所得控除についての問合せ先

- 所得税の確定申告：国税相談専用ダイヤル（電話：0570-00-5901）
- 市・県民税の申告：市民税課（電話：2998-9064、FAX：2998-9409）
- 聴くことや話すことが不自由な方は、所得税の確定申告についてのご相談は
国税庁ホームページ「聴覚障害者等専用電子メール相談窓口」または
電話相談センターの「聴覚障害者等専用ファクシミリ」をご利用ください。
関東信越国税局 電話相談センター（FAX：048-833-9680）
※上記ファクシミリ番号の無断転載はご遠慮ください。
※FAXによる、法令に基づいた各種申告、申請、届出はできません。

4. いきがいくくり・社会参加

P.35 ～ P.39 いきがいくくりの促進

事業の中止または変更が生じる場合があります。
ご不明な点がございましたら、各問合せ先にご連絡ください。

(1) いきがいくくりの促進

所沢シニア・アカデミー ～地域のつながり養成講座～

地域活動に関する知識の学習のほか、活動の体験等を通して、地域の担い手としての意識を高め、より具体的な活動に踏み出すきっかけやヒントの習得を目指していきます。

学習期間	3か月（11月から1月）
受講日時	月3～4回程度 主に午前中、1講座はおおむね2時間以内
会場	所沢市役所8階大会議室
受講資格	・市内にお住まいの60歳以上の方 ・学習意欲があり自身の知識と経験を活かし、地域での活躍を目指している方
受講料	無料 ※交通費、自主学習等への費用は別途自己負担となります。
定員	48名
申込方法	詳細が決まり次第、広報ところざわに掲載します。 申込みが多数の場合は抽選です。
問合せ	高齢者支援課（電話：2998-9120、FAX：2998-9138）



相談場所

介護予防

在宅生活支援

いきがい支援

施設や住まい

介護保険制度

医療・健康

その他

高齢者囲碁・将棋大会

高齢者の心身の健康保持及び生活を豊かにするため、趣味を通じ同好者が集って競い合いながら、お互いの交流と親睦を深めていただくことを目的にしています。

対 象 者 市内にお住まいの60歳以上の方

運 用 囲碁・将棋とも段級位に応じてクラスを分けます。

※ルールは、囲碁は日本囲碁規約及び囲碁作法に関する規定を
準用、将棋は（社）日本将棋連盟の対局規定を準用しています。

開 催 日 未定

会 場 所沢まちづくりセンター（中央公民館）

参 加 費 無料

申込方法 詳細が決まり次第、広報ところざわに掲載します。
囲碁・将棋とも申込みが多数の場合は抽選です。

問 合 せ 高齢者支援課（電話：2998-9120、FAX：2998-9138）

高齢者演芸大会

高齢者が演芸を楽しみ、相互の親睦を深め、明日の生活への張りを見出し、高齢者福祉の向上を図ることを目的にしています。

対 象 者 市内にお住まいの60歳以上の個人及び団体

種 目 民謡・詩吟・踊り・ダンス・合唱・演奏等（カラオケを除く）

開 催 日 7月実施予定

会 場 所沢まちづくりセンター（中央公民館）

参 加 費 無料

申込方法 広報ところざわ6月号に掲載予定です。
申込みが多数の場合は抽選です。

問 合 せ 高齢者支援課（電話：2998-9120、FAX：2998-9138）

敬老事業の実施

長年、地域に貢献してきた高齢者を敬愛し、長寿を祝うことを目的に、祝品等の贈呈を行います。

① 市祝品等贈呈事業 令和7年度に満77歳、満88歳、満100歳に到達する方に対し、市から祝品を贈呈します。（9月中に業者より配送する予定です。）

② 長寿者表敬訪問 長寿者（当該年度に満100歳に到達する方）に対し、市長等がご本人を訪問して、国からの記念品等を贈呈します。（9月中旬頃の予定です。）

※対象者 満77歳：昭和23年4月2日～昭和24年4月1日
生まれの方
満88歳：昭和12年4月2日～昭和13年4月1日
生まれの方
満100歳：大正14年4月1日～大正15年3月31日
生まれの方

問合せ 高齢者支援課（電話：2998-9120、FAX：2998-9138）

相談場所

介護予防

在宅生活支援

いきがい支援

施設や住まい

介護保険制度

医療・健康

その他

高齢者交流・研修支援事業の実施

高齢者団体が視察、研修、高齢者の福祉増進に寄与する活動を実施するに当たり、日帰りで貸切バスを利用した場合に、貸切バス賃借料の一部を市の予算の範囲内で補助します。

対 象 団 体 次の全てに該当する団体

- ① 市内にお住まいの60歳以上の方により組織され20人以上で構成されていること。
- ② 会則、規約等を定め、組織運営を行っていること。
- ③ 代表者が定められていること。
- ④ 当事業以外にも高齢者の福祉の増進又は地域の活性化に寄与する活動を継続的に行っていること。
- ⑤ 政治活動、宗教活動又は営利活動を目的とした団体でないこと。
- ⑥ 法人格を有する団体ではないこと。

※構成員の年齢要件が定められていない場合は、構成員名簿における市内在住の60歳以上の者が9割を占めていることをもって、対象団体とします。

対 象 事 業 次の全てに該当する団体

- ① 高齢者の親睦等の促進を目的とした、貸切バスを利用した研修、視察等であること。
- ② 団体構成員のうち20人以上が参加し、参加者はおおむね60歳以上の者であること。

※2つ以上の団体が合同で実施することで、20人以上とすることも可能です。なお、その後の団体の追加はできません。

対 象 経 費 貸切バスの賃借料金

※他の補助金制度により補助金の交付がある場合は、当該補助金の額を差し引いた額が対象経費となります。
なお、キャンセル料は対象になりません。

補助金額	35,000円 ※バスの賃借料金が35,000円を下回る場合にはその額とします。 ※同一年度内において1団体につき1回1台のみです。 ※2つ以上の団体が合同で実施する場合、各団体がそれぞれ1回利用したことになり、バス1台が補助対象です。
利用方法	①事前申込み 当補助金の利用を希望する団体は、年度当初の申込期間内に事前申込みをします。 ・令和7年度の事前申込期間は4月1日から4月15日までです。 ・申込みの際は、利用申込書に必要事項をご記入の上、高齢者支援課にご提出ください。 ※利用申込書は、市のホームページからダウンロードできます。 ※市のホームページから電子申請ができます。 ・申込みが多数の場合は抽選です。 ・申込期間外でも、追加で申込みを受け付けます。ただし、既に申込者多数の場合には、キャンセル待ちとなります。 ②交付申請 貸切バス利用日の14日前（休日に当たる場合は直前の開庁日）までに、交付申請書等を提出していただきます。 ③実績報告 貸切バス利用日から21日以内に実績報告書を提出していただきます。 なお、利用日から21日以内の日が3月末日（当該年度末日）を過ぎる場合は、3月末日までに提出してください。 ④補助金の支払 実績報告書等の提出月の翌月末までにお支払いします。 ※補助金交付申請をせずに貸切バスを利用した場合、当選していても補助金は交付されません。
申込方法	広報ところざわ4月号に掲載予定です。
問合せ	高齢者支援課（電話：2998-9120、FAX：2998-9138）

相談場所

介護予防

在宅生活支援

いきがい支援

施設や住まい

介護保険制度

医療・健康

その他

(2) 老人福祉センター・老人憩の家

健康の増進、教養の向上及びレクリエーションの場として、お互いに学び、仲間づくりを大切にしながら心身ともに健康で明るい日常生活を営んでいただくことを目的とした施設です。市内に12施設あります。

利 用 者	所沢市、狭山市、飯能市、入間市、日高市の5市にお住まいの60歳以上の方
利 用 方 法	【個人利用】 利用当日、直接窓口にお申し込みください。 【団体利用】 事前に各施設の窓口へ直接お申し込みください。 ※詳しくは各施設まで（電話・FAX：P.41参照）
利 用 日 時	月曜日から土曜日まで（日曜日、祝日及び年末年始は除く） 午前9時から午後4時30分まで
事 業 内 容	【施設提供】 個人利用（スカイウェル・マッサージ機・囲碁将棋等）やサークル・団体に活動の場を提供しています。 【各種講座】 健康・教養に関すること、介護予防に関すること等の講座を開催しています。 【相談事業】 計測器を使った簡単な健康チェックや生活相談等を行っています。 ※老人福祉センターで毎月1回程度実施しています。
費 用	無料
問 合 せ	全般について・・・高齢者支援課 (電話：2998-9120、FAX：2998-9138) 各施設の事業について・・・各施設（電話・FAX：P.41参照）



老人福祉センター：高齢者に関する各種の相談を受けるとともに、高齢者の健康の増進、教養の向上等のための機会を総合的に提供する施設。

老人憩の家：高齢者に対して教養の向上及びレクリエーション等のための場を提供し、健康増進を図る事を目的とする施設。

老人福祉センター

下記図内☆印

	施設名	所在地	電話	F A X
1	うしぬま荘	牛沼 54	2998-4741	2998-4745
2	あづま荘	久米 2263-1	2928-1466	2928-1466
3	さやまがおか荘	若狭 4-2478-4	2949-1192	2902-6133
4	緑寿荘	緑町 3-16-7	2928-8415	2902-6228

老人憩の家

下記図内○印

	施設名	所在地	電話	F A X
1	さくら荘	山口 356	2922-0710	2922-0710
2	とめの里	中新井 547	2943-2492	2943-2492
3	やなせ荘	南永井 625-6	2944-6773	2944-6773
4	峰寿荘	宮本町 2-22-13	2926-1901	2926-1901
5	みかじま荘	三ヶ島 3-1440-1	2947-2213	2947-2213
6	こてさし荘	北野 1-2-12	2947-3232	2947-3232
7	とみおか荘	北岩岡 118-4	2943-8651	2943-8651
8	ところ荘	宮本町 1-2-35	2922-0681	2922-0681



相談場所

介護予防

在宅生活支援

いきがい支援

施設や住まい

介護保険制度

医療・健康

その他

(3) 社会参加

長生クラブの活動

長生クラブとは、高齢者のいきがいや健康づくりのために活動している団体です。所沢市長生クラブ連合会には、市内11地区に「地区長生クラブ連合会」、各地域に45単位長生クラブがあり、会員約2,500名が活動しています。

対 象 者 市内にお住まいの60歳以上の方

活 動 内 容 「所沢市長生クラブ連合会」「地区長生クラブ連合会」「各地域の単位長生クラブ」の各主体が、次のような活動をしています。

【社会奉仕】

町の美化、交通安全運動、児童の登下校時見守り、夜間パトロール、ボランティア、技術・技能伝承等

【教養講座】

教養、健康、人間関係、地域社会、現代社会に関する講座等

【健康の増進】

体操、グランドゴルフ、健康ウォーキング等

【その他】

花見、七夕祭、お月見の宴、忘年会、新年会、お誕生会等の会員の親睦を図る集い、日帰りバス研修旅行、カラオケ大会等

参加方法 下記の所沢市長生クラブ連合会事務局へご連絡ください。

問 合 せ 所沢市長生クラブ連合会 事務局

(所沢市社会福祉協議会 地域福祉推進課内)

(電話：2925-0041、FAX：2925-3419)



所沢市シルバー人材センター 会員募集

シルバー人材センターでは、民間企業や一般家庭、行政機関等からの依頼を受け、健康の維持・仲間づくり等、いきがいづくりに繋げることを目的とした就業機会の提供を、60才以上の市民(会員)に行っています。

提供 する 仕事の内容 屋外の簡単な作業、大工、ふすま・障子の張替え、植木の剪定、家事サービス、一般事務・経理事務、外交・折衝・集配事務、毛筆・筆耕、広報紙のポスティング、シルバー農園野菜づくり販売、うどん作り販売等。

その他「シルバー派遣事業」を実施しています。

※シルバー派遣事業は、シルバー会員の方を企業等に派遣し、仕事に従事していただく事業です。

申込方法 シルバー人材センターに会員登録していただく必要があります。会員資格や登録方法については、シルバー人材センターにお問い合わせください。

問合せ 所沢市シルバー人材センター

(電話：2928-8695、FAX：2924-0630)

所沢市シルバー人材センター

会員募集

- ・所沢市在住の60歳以上の方
- ・健康で働く意欲のある方

シルバー人材センターとは？

企業や家庭からご依頼を受けたお仕事を、会員に提供することにより、高齢者が働くことを通じて社会参加し、自らの生きがいづくりや健康の増進を図るとともに、活力ある地域社会づくりに貢献することを目的とした組織です。

主な仕事内容

- ・屋内外の清掃
- ・家事援助
- ・屋内外の軽作業
- ・施設管理
- ・植木の剪定、除草
- ・障子や網戸の張替え

シルバーでの働き方

おおむね月10日以内または、週20時間を超えない範囲での臨時的かつ短期的、または軽易な業務です。

所沢市イメージマスコット トコちゃん

公益社団法人 所沢市シルバー人材センター

所沢市小手指町1-5 小手指タワーズエバースカイトワー203

TEL 04-2928-8695 FAX 04-2924-0630

E-mail: tokorozawa@sjc.ne.jp

現役リタイアなんて
もったいない！
あなたのちょっとした
お手伝いを誰かが
待っています！



相談場所

介護予防

在宅生活支援

いきがい支援

施設や住まい

介護保険制度

医療・健康

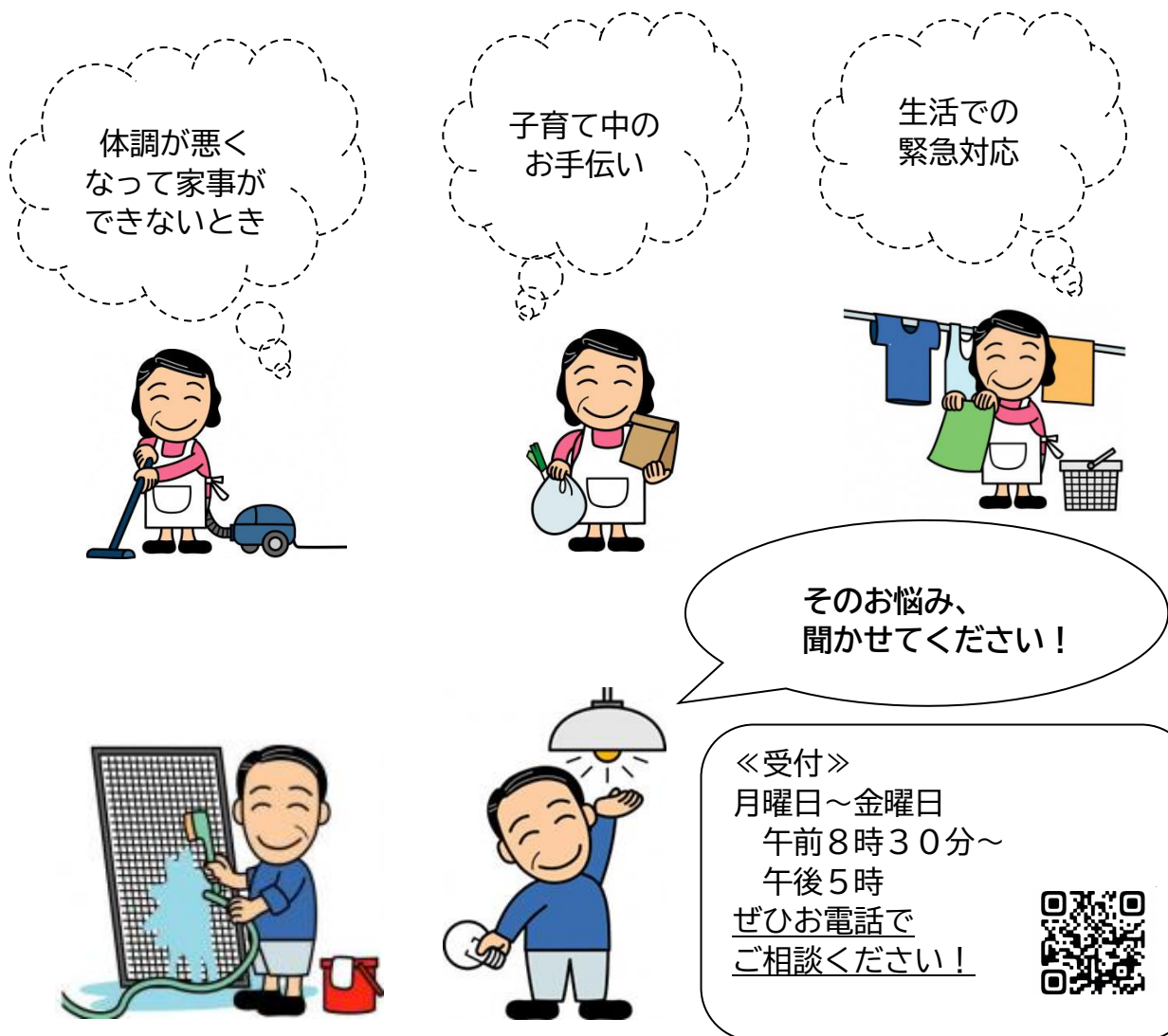
その他

所沢市シルバー人材センター 地域サポート事業

シルバー人材センターに登録した会員が、簡単な家事等のお手伝いをします。

サ ー ビ ス	・ 体調不良時の家事手伝い
内 容	・ 生活に支障がある時の修理・応急処置 ・ 子育て中のお手伝い
申 込 方 法	家事等で困りごとができたとき、まずはシルバー人材センターにお電話ください。
費 用	1 作業につき 1, 8 0 0 円から
問 合 せ	所沢市シルバー人材センター

(電話：2928-8695、FAX：2924-0630)



5. 高齢者向けの施設や住まい

市内の高齢者福祉施設等

日常的に介護を必要とする状態となった場合や自宅での生活に不安がある場合でも安心して生活できるよう、市内には次のような高齢者福祉施設や高齢者向けの住まいがあります。

入所条件等は各施設等によって異なる場合がありますので、詳細については、各施設等（P. 48～52 参照）にお問い合わせください。

高齢者福祉施設等の種類・概要

特別養護老人ホーム (介護老人福祉施設)	・寝たきりや認知症等により、常に介護の必要があり、自宅での生活が困難な場合に入所する施設です。 ・原則として、要介護3以上の認定を受けた方が、対象となっています。 ・食事、入浴、排せつ等の日常生活介護や療養上の支援を受けられます。
地域密着型特別 養護老人ホーム (地域密着型 介護老人福祉施設)	上記「特別養護老人ホーム（介護老人福祉施設）」の内容に加えて、原則として市内にお住まいの方が対象となる施設です。
介護老人保健施設	・病状が安定し、かつ、介護を必要としている高齢者に、医学的管理のもとでリハビリテーションや日常生活上のケアを行い、自宅への復帰を目指す施設です。 ・原則として、要介護1以上の認定を受けた方が、対象となっています。 ・自宅への復帰を目指す施設であるため、おおむね3か月程度を入所期間としています。

相談場所

介護予防

在宅生活支援

いきがい支援

施設や住まい

介護保険制度

医療・健康

その他

介護医療院	・長期の療養を必要とする人が、医療と日常生活上の介護を一体的に受けられる施設です。 ・要介護１以上の認定を受けた方が、対象となっています。
ケアハウス (軽費老人ホーム)	・身体機能の低下等により、自立した日常生活を送ることに不安がある場合に入所する施設です。 ・６０歳以上の方で、家族による援助を受けることが困難な方が、対象となっています。 ・食事の提供や相談・援助等、生活の支援を受けられます。
ケアハウス (軽費老人ホーム) (特定施設入居者生活介護)	上記「ケアハウス（軽費老人ホーム）」の内容に加えて、入所者に介護サービスを提供することができる施設です。
地域密着型 ケアハウス (地域密着型 特定施設入居者生活介護)	上記「ケアハウス（軽費老人ホーム）」の内容に加えて、入所者に介護サービスを提供することができる施設ですが、原則として市内にお住まいの方が対象となる施設です。
認知症高齢者 グループホーム (認知症対応型 共同生活介護)	・認知症の症状がある高齢者が、少人数で共同生活をしながら、家庭的な雰囲気の中で介護が受けられる施設です。 ・要支援２以上の認定を受けている方が対象となっています。 ・原則として市内にお住まいの方が対象となる施設です。

有料老人ホーム	・入居者に対して食事の提供、洗濯・掃除等の家事、健康管理等のサービスを提供する施設です。 ・「60歳以上の方」又は「65歳以上の方」を対象とする施設が一般的です。
住宅型 有料老人ホーム	上記「有料老人ホーム」の内容に加えて、入居者が介護を必要とする状態になった場合には、外部の介護サービスを利用しながら施設の居室での生活を継続することが可能な施設です。
介護付き 有料老人ホーム (特定施設入居者生活介護)	上記「有料老人ホーム」の内容に加えて、入居施設が提供する介護サービスを利用しながら、当該施設の居室で生活を継続することが可能な施設です。
サービス付き高齢者向け住宅	・居室の広さや手すりの設置等高齢者に配慮した設備を有し、生活相談や状況把握サービス等を提供する住宅です。 ・60歳以上の方、又は要介護・要支援の認定を受けた60歳未満の方が対象となっています。 ・介護が必要になった場合には、外部の介護サービスを利用しながら居室での生活を継続することが可能な住宅です。
サービス付き高齢者向け住宅 (特定施設入居者生活介護)	上記「サービス付き高齢者向け住宅」と同様のサービス提供を行います。介護が必要となった場合には、住宅運営事業者が提供する介護サービスを利用することが可能な住宅です。

相談場所

介護予防

在宅生活支援

いきがい支援

施設や住まい

介護保険制度

医療・健康

その他

市内の高齢者福祉施設等の所在地・連絡先

※令和7年1月現在

【特別養護老人ホーム（介護老人福祉施設）】

施設名称	所在地	電話	F A X
亀令園	東狭山ヶ丘 4-2695-1	2926-8088	2928-8875
康寿園	東狭山ヶ丘 6-2835-2	2926-7711	2926-7775
ロイヤルの園	北野 3-1-18	2947-1600	2947-1223
所沢やすらぎの里	東狭山ヶ丘 5-928-1	2921-5522	2921-5533
健寿園	北中 2-301-1	2921-7733	2921-7737
東所沢みどりの郷	坂之下 941-3	2951-3000	2945-6866
千寿里	坂之下 1153-1	2951-5811	2946-5188
飛鳥野の里	神米金 505-1	2990-2580	2990-2585
ところの苑	久米 1538-2	2929-6955	2929-6956
所沢かがやきの里	下新井 1249-2	2991-7300	2991-7277
アンミッコ	中富 1639-3	2990-2200	2990-2205
真和の森	下富 1206-1	2990-1133	2990-1144
ケアカレッジ	三ヶ島 5-1445-6	2968-8035	2968-8037
本郷希望の丘	本郷 266	2946-8899	2946-8793
ベテラン館ヴィラ	下富 1011-1	2946-9522	2946-7657
なみきロイヤルの園	北原町 1375-2	2991-5050	2991-5051
すみれ野	東狭山ヶ丘 4-2658-1	2935-3511	2935-3515
健寿園 新館	北中 2-301-2	2968-8272	2968-8279

【地域密着型特別養護老人ホーム（地域密着型介護老人福祉施設）】

施設名称	所在地	電話	F A X
飛鳥野の森	神米金 505-1	2990-1080	2990-2585
平安の森	東狭山ヶ丘 4-2678-1	2925-5230	2925-5232

【介護老人保健施設】

施設名称	所在地	電話	F A X
所沢ロイヤルの丘	北野 3-1-16	2947-1011	2947-0799
ケアステーション所沢	東狭山ヶ丘 6-2823-13	2921-1165	2921-1166
さんとめ	中富 1617	2942-3202	2942-3235
雪見野ケアセンター	下富 1150-1	2990-5300	2990-5301
エスポワール所沢	下富 1310-15	2990-2077	2990-2078
みかじま	三ヶ島 5-1636	2938-1818	2938-1819
遊	東狭山ヶ丘 4-2666-1	2929-1177	2929-1179

【介護医療院】

施設名称	所在地	電話	F A X
緑ヶ丘介護医療院	狭山ヶ丘 1-3009	2948-8181	2948-8187

【ケアハウス（軽費老人ホーム）】

施設名称	所在地	電話	F A X
所沢やすらぎの里	東狭山ヶ丘 5-928-1	2921-5522	2921-5533
ビアラ小手指	小手指町 1-40-1	2926-5041	2939-2491
所沢けやき	三ヶ島 5-551	2947-2741	2949-5383
ケアハウスロイヤルの園	北野 3-1-22	2947-1108	2947-1109
ケアハウス大光園	東狭山ヶ丘 6-750-1	2929-2233	2921-8801

【ケアハウス（軽費老人ホーム）（特定施設入居者生活介護）】

施設名称	所在地	電話	F A X
ケアハウス狭山ヶ丘	東狭山ヶ丘 5-2753	2928-6611	2928-9990

【地域密着型ケアハウス（地域密着型特定施設入居者生活介護）】

施設名称	所在地	電話	F A X
ケアハウス飛鳥野の森	神米金 505-1	2990-2580	2990-2585

相談場所

介護予防

在宅生活支援

いきがい支援

施設や住まい

介護保険制度

医療・健康

その他

【認知症高齢者グループホーム（認知症対応型共同生活介護）】

施設名称	所在地	電話	F A X
グループホーム上新井苑	山口 338-2	2903-0188	2903-0189
康寿園グループホーム輝	東狭山ヶ丘 6-2796-1	2929-8811	2929-8813
グループホーム みんなの家 東所沢	東所沢 3-36-18	2951-5671	2951-5672
あおぞら山口	山口 2584	2903-6131	2903-6130
グループホームこころ	小手指元町 1-9-2	2947-3914	2947-3981
グループホーム暖家所沢	若狭 2-1677-7	2947-8711	2947-8713
あおぞら南永井	南永井 2-7	2991-2727	2991-2728
トゥルーケア GH えがお	山口 522	2903-5650	2903-5650
グループホーム所沢ほほえみ	下新井 1249-5	2968-6105	2991-6000
所沢グループホームそよ風	小手指南 5-16-3	2926-6960	2926-6960
愛の家グループホーム所沢小手指	小手指元町 3-6-3	2938-3510	2938-3511
グループホームひばりの空	三ヶ島 5-1445-7	2947-6066	2947-6071
アンジューム所沢	こぶし町 30-31	2968-6255	2968-6256
グループホームさんとも	中富 1622	2941-6359	2941-6194
グループホームつどい「東所沢家」	東所沢 2-16-7	2945-3310	2945-3312
ニチイケアセンター東狭山ヶ丘	東狭山ヶ丘 3-682-6	2968-3554	2968-3954
医療法人 啓仁会 グループホーム つどい	北野 3-26-10	2938-1115	2938-1116
グループホーム 幸せふくろう北秋津	北秋津 686-23	2935-7673	2935-7955

【住宅型有料老人ホーム】

施設名称	所在地	電話	FAX
福祉の森	山口 1850-8	2921-3600	2926-0066
ベストタイムアリス	小手指南 4-13-4	2947-8111	2947-8112
ブランシエール所沢 ※1	御幸町 5-8, 同 5-15	2925-2212	2925-2388
ベストライフ所沢	上山口 138-1	0120-515 -472 ※2	03-5908-2200
ベストライフ所沢くすのき台	くすのき台 1-8-4		
所沢幸楽園	松葉町 7-24	2998-7527	2998-7541
グループリビングアリスの家 ローズ館	上新井 5-15-13	2929-0074	2968-4423
ゆうらく東所沢	東所沢 5-14-5	2968-3231	2945-0255
西ところざわ翔裕館	東狭山ヶ丘 4-2680-3	2929-6580	2929-8830
グループリビングアリスの家 椿峰館	小手指南 6-3-9	2949-6647	2949-6648
所澤ハウス	東所沢 2-28-14	2951-0088	2951-7778
ブランシエール新所沢	緑町 4-45-7	2903-7860	2903-7861
憩	東狭山ヶ丘 4-2683-2	2923-1981	2923-1982
医心館 小手指	小手指町 3-26-5	2937-7650	2937-7651
医心館 所沢	北秋津 822	2935-3170	2935-3180

※1 介護付き有料老人ホームと住宅型有料老人ホームが同一建物内で運営されています。

※2 株式会社ベストライフ埼玉で入居関係の問合せを受け付けています。

【介護付き有料老人ホーム（特定施設入居者生活介護）】

施設名称	所在地	電話	F A X
ブランシエール所沢 ※	御幸町 5-8	2925-2212	2925-2388
ニチイケアセンター所沢上安松	上安松 907-1	2997-0606	2997-0607
ロイヤルレジデンス東所沢	下安松 942-1	2968-6301	2968-6302
ところざわ翔裕館Ⅰ号館	下富 720-1	2943-4165	2943-4160
桂の樹	宮本町 2-23-34	2923-3695	2923-3703
なかとみ悠生苑	中富 508-1	2942-0015	2942-0002
イリーゼ所沢西	東狭山ヶ丘 1-57-1	2921-8831	2921-8832
S O M P O ケア ラヴィーレ東所沢	東所沢 2-10-4	2946-5801	2946-5802
花りぼん所沢	下富 1133-3	2941-6237	2941-6238
武蔵野の郷	下安松 1566-1	2944-3152	2944-3153
リアンレーヴ新所沢	緑町 2-12-17	0120-88 -6090	2921-1011
介護付き有料老人ホーム長寿苑	若狭 1-2932-1	2938-6050	2938-6051
なかとみ東悠生苑	中富 1304-1	2997-9775	2997-9776

※介護付き有料老人ホームと住宅型有料老人ホームが、同一建物内で運営されています。

【サービス付き高齢者向け住宅】

施設名称	所在地	電話	F A X
所沢グループリビングそよ風	上新井 5-7-12	2920-0300	2920-0303
幸せふくろう所沢	くすのき台 3-12-1	2993-7750	2993-7760
もみの木	中新井 2-286-1	2943-6600	2943-3674
なごやかレジデンス東所沢	下安松 200-1	2951-1616	2945-0038
レジデンシャル小手指 S a k u r a	小手指町 4-18-1	2941-5522	2941-5523
所沢ライフステーション 華	下安松 1521-1	2968-5730	2968-5681
エクラシア所沢	小手指元町 3-26-13	050-6861 -5625	2941-5761

【サービス付き高齢者向け住宅（特定施設入居者生活介護）】

施設名称	所在地	電話	F A X
イリーゼ新所沢	下富 522	0120-12 -2943	2943-8091

6. 介護保険制度に関すること

(1) 介護保険料

介護保険は、40歳以上の方が納める保険料と、国・県・市の負担金、利用者負担を財源に運営されています。

65歳以上の方の介護保険料は、市が3年ごとに介護サービスに要する費用等に応じた基準額を算出し、段階別に決定します。保険料の段階は、市民税の課税・非課税や前年の所得により決められます。

問 合 せ 介護保険課（電話：2998-9420、FAX：2998-9410）

(2) 要介護認定の申請

介護サービスを利用する場合は、要介護認定を受ける必要があります。申請に必要なものや申請方法は、次のとおりです。

申 請 者 介護サービスを必要とするご本人

※本人が申請できない場合には、代行申請も可能です。

【代行申請をすることができる方】

ご家族、成年後見人、民生委員、地域包括支援センター、
居宅介護支援事業者等

申 請 方 法 次の必要書類を介護保険課にご提出ください。

- ・ 要介護・要支援認定申請書
- ・ 認定調査確認表

記入にあたり必要なもの

- ・ 介護保険被保険者証
- ・ 医療保険被保険者番号等がわかるもの
- ・ 主治医の情報（病院名・医師氏名等がわかるもの）

※郵送による提出も可能です。

問 合 せ 介護保険課（電話：2998-9420、FAX：2998-9410）

相談場所

介護予防

在宅生活支援

いきがい支援

施設や住まい

介護保険制度

医療・健康

その他

(3) 介護サービスの種類

種 類	・在宅介護が中心となる「居宅サービス」 ・施設に入所して利用する「施設サービス」 ・原則として市内にお住まいの方のみ利用できる「地域密着型サービス」 ・福祉用具購入費の支給 ・住宅改修費の支給 ・紙おむつ購入費の支給 ※市独自のサービス
自己負担額	原則、介護サービス費用の自己負担割合（１割～３割）に応じた額。 ※要介護認定を受けた方には、負担割合を記載した「負担割合証」を交付します。介護サービスを利用する際には、「介護保険被保険者証」と併せて提示して下さい。
問 合 せ	介護保険課（電話：2998-9420、FAX：2998-9410）

(4) ケアプラン

（居宅介護サービス計画・介護予防サービス計画・介護予防ケアマネジメント）

介護保険では、利用者が安心してサービスを利用できるように「ケアプラン（介護サービス計画）」を作成してから、サービスを利用します。

ケアプラン の 作 成 者	【要介護認定者】 居宅介護支援事業所のケアマネジャー（介護支援専門員） 【要支援認定者・事業対象者】 地域包括支援センターの保健師等
自己負担額	自己負担はありません。 （ケアプランの作成にかかる費用は、全額保険給付です。）
問 合 せ	介護保険課 （電話：2998-9420、FAX：2998-9410）

(5) 介護保険の利用者負担の助成

介護サービスを利用した際の低所得者の負担を軽くするため、利用者負担について一定割合の助成を行っています。※市独自のサービス

対 象 者	住民税非課税世帯であって、介護保険料の滞納がない方
支 給 割 合	原則、実質的な利用者負担の4分の1 ※高額介護（予防）サービス費、 高額医療合算介護（予防）サービス費等を控除した額
申 請 方 法	領収書を添えて、利用月から6か月以内に申請をする必要があります。詳しくは担当のケアマネジャーや介護保険課にご相談ください。
問 合 せ	介護保険課（電話：2998-9420、FAX：2998-9410）

(6) 福祉用具購入費の支給

要介護又は要支援の認定を受け、自宅で介護を受けている方は、介護保険で福祉用具を購入することができます。

対象となる 用具の種類	・腰掛け便座 ・入浴補助用具 ・自動排泄処理装置の交換可能部品 ・簡易浴槽 ・移動用リフトのつり具の部分 ・排泄予測支援機器 ※固定用スロープ、歩行器（歩行車を除く）、歩行補助つえ（カナディアン・クラッチ、ロフストランド・クラッチ、プラットホームクラッチ及び多点杖に限る。松葉づえは除く。）は、貸与か購入を選べます。 ※指定を受けた福祉用具販売事業者から購入したものが対象となります。
自己負担額	購入総額10万円/年度を限度に、原則、購入費用の自己負担割合（1割～3割）に応じた額
申 請 方 法	指定を受けた福祉用具販売事業者から購入する必要があります。 <u>購入の前に担当のケアマネジャー又は特定福祉用具販売事業者にご相談ください。</u>
問 合 せ	介護保険課（電話：2998-9420、FAX：2998-9410）

相談場所

介護予防

在宅生活支援

いきがい支援

施設や住まい

介護保険制度

医療・健康

その他

(7) 住宅改修費の支給

要介護又は要支援の認定を受け、自宅で介護を受けている方は、介護保険で住宅改修を行うことができます。

対象となる	・手すりの取付け
改修工事の種類	・段差の解消 ・滑りの防止等のための床又は通路面の材料の変更 ・引き戸等への扉の取替え ・和式便器から洋式便器への取替え等
自己負担額	改修費総額20万円を限度に、原則、改修費用の自己負担割合（1割～3割）に応じた額
申請方法	<u>改修を行う前に</u> 申請をする必要があります。担当のケアマネジャーや福祉住環境コーディネーターにご相談ください。
問合せ	介護保険課（電話：2998-9420、FAX：2998-9410）

(8) 紙おむつ購入費の支給

要介護2～5の認定を受け、自宅で介護を受けている方は、介護保険で紙おむつを購入することができます。 ※市独自のサービス

対象者	要介護2～5の認定を受け、自宅で介護を受けている方 ※軽度者（要支援1・2、要介護1）の方は、主治医意見書等により、失禁を誘発する疾病による失禁が確認できる方のみ、対象となります。
対象となる紙おむつ等	・紙おむつ（テープ止め型・パンツ型・フラット型） ・尿とりパッド
自己負担額	紙おむつ購入費総額5,600円（税込）/月を限度に、費用の自己負担割合（1割～3割）に応じた額
申請方法	<u>事前に申請する</u> 必要があります。担当のケアマネジャーにご相談ください。申請日の翌月から、指定事業者が自宅に配達します。
問合せ	介護保険課（電話：2998-9420、FAX：2998-9410）

(9) 介護予防・日常生活支援総合事業の実施

介護予防・日常生活支援総合事業は、①「サービス・活動事業」と②「一般介護予防事業」の2つの事業から構成され、高齢者の皆様が心身ともに健康で自立した生活を送れることを目指して実施しています。

対 象 者	①次のいずれかに該当する方 ・要支援1又は2の認定を受けている方（65歳未満の方も対象） ・サービス事業対象者（65歳以上の方で基本チェックリストを受けて、生活機能の低下がみられた方） ※基本チェックリストとは、25項目の質問事項に回答しサービスの利用対象者であるかを判定する仕組みです。
内 容	②65歳以上の方 ①サービス・活動事業 ・訪問型サービス（予防訪問相当） ホームヘルパーによる入浴・排せつ・食事等の身体介護や、掃除・洗濯・調理等の日常生活上の支援を行うサービス。 ・通所型サービス（予防通所相当） 通所介護施設等で必要な日常生活上の支援や機能訓練等を行うサービス。 ・短期集中チャレンジ講座（通所型短期集中予防サービス） 保健・医療の専門職による生活行為改善のためのプログラムを短期間で、自立に向け行うサービス。 ※要支援向けの訪問看護や福祉用具貸与等のサービスは、介護サービスとしてのご利用となります。（P.54（3）参照）
	②一般介護予防事業 高齢者の皆様に広く介護予防の取組に参加していただくため、介護予防教室の開催や「お達者倶楽部」・「ところん元気百歳体操」に対する支援等を実施しています。（P.5、P.7参照）
問 合 せ	高齢者支援課（電話：2998-9120、FAX：2998-9138） 地域包括支援センター（電話・FAX：P.2参照）

相談場所

介護予防

在宅生活支援

いきがい支援

施設や住まい

介護保険制度

医療・健康

その他

7. 医療に関すること

(1) 国民健康保険制度

70歳を迎える誕生日の翌月（1日が誕生日の場合はその月）から医療機関での一部負担金の割合が2割または3割負担となります。

医療機関で受診する際は、マイナ保険証、資格確認書または国民健康保険被保険者証（保険証）兼高齢受給者証を窓口に提示し、自己負担割合に応じた額の医療費を支払います。

自己負担割合については、70歳になる誕生月（1日が誕生日の場合は誕生月の前月）に、マイナ保険証をお持ちの方には資格情報のお知らせを、マイナ保険証をお持ちでない方には当面の間資格確認書を送付してお知らせします。

自己負担割合は毎年見直しを行い、8月より反映します。

自己負担 原則：かかった医療費の2割

割 合 ※現役並み所得者は3割

問 合 せ 国民健康保険課（電話：2998-9131、FAX：2998-9061）

(2) 後期高齢者医療制度

75歳以上の方（一定の障害がある65歳以上75歳未満の方で、広域連合に申請し認定を受けている方を含む。）は、医療機関で受診する際にマイナ保険証、資格確認書または後期高齢者医療被保険者証を窓口に提示し、自己負担割合に応じた額の医療費を支払います。自己負担割合は毎年見直しを行い、8月より反映します。

※一定の障害とは

- ・身体障害者手帳1級～3級、4級の一部
- ・療育手帳 ㊤、A
- ・障害基礎年金1級、2級
- ・精神障害者保健福祉手帳1級、2級

自己負担割合 世帯の所得に応じて1割、2割または3割

問 合 せ 国民健康保険課 後期高齢者医療担当

（電話：2998-9218、FAX：2998-9061）

(3) 指定難病に係る医療給付制度

新規申請(期限切れを含む。)に限り、市の窓口で受け付けています。

※継続・変更申請は、狭山保健所へお問い合わせください。

問 合 せ 制度の詳細や医療給付、申請全般について

・・・埼玉県狭山保健所

(電話：04-2941-6557、FAX：04-2954-7535)

新規申請について・・・保健医療課

(電話：2998-9385、FAX：2998-9061)

(4) 在宅歯科医療に関する電話相談窓口

所沢市歯科医師会では、在宅歯科医療に関することや、在宅歯科医療を行う歯科医療機関の紹介等についての電話相談を、専任の歯科衛生士が行っています。

受 付 月曜日から金曜日まで

(土・日曜日、祝休日及び年末年始を除く)

午前10時から午後3時まで

問 合 せ 所沢市地区在宅歯科医療推進窓口地域拠点

(電話：080-7759-8020、FAX：2991-1208)

相談場所

介護予防

在宅生活支援

いきがい支援

施設や住まい

介護保険制度

医療・健康

その他

(5) 歯科診療所あおぞら

一般社団法人所沢市歯科医師会を指定管理者として、所沢市が行っている事業です。在宅要介護高齢者、障害児者及び休日に緊急で歯科診療を必要としている方を対象に行っています。

診療内容 【在宅要介護高齢者歯科診療（要予約）】

対象者：市内に在住し、原則65歳以上の寝たきり状態の方

診療日時：日曜日（午前9時から午後12時30分まで）

※訪問診療も実施しています。

【障害児者歯科診療（要予約）】

対象者：市内に在住し、一般の歯科診療所では診療が困難な
障害児者の方

診療日時：日曜日及び木曜日

（午前9時から午後12時30分まで）

【休日緊急歯科診療（予約不要）】

対象者：休日に緊急で歯科診療を必要としている方

診療日時：日曜日及び祝休日（1月1日を除く）

（午前9時から午前11時30分まで）

診療場所 所沢市保健センター内「歯科診療所あおぞら」

受診方法 歯科診療所あおぞらに直接申込みの上、受診してください。

（休日緊急歯科診療は予約不要）

問合せ 歯科診療所あおぞら（電話：2995-1171、FAX：2995-1172）



8. 健康に関すること

(1) 各種検診・健康診査

▶ がん検診・骨粗しょう症検診・成人歯科検診・結核検診・肝炎ウイルス検診等の各種検診を行っています。検診によって対象者や費用等が異なるため、あらかじめお問い合わせください。

問 合 せ 保健センター 健康管理課（電話：2991-1811、FAX：2995-1178）

▶ 国民健康保険特定健康診査を行っています。また、健診結果に基づいた特定保健指導もあわせて行っています。

対 象 者 40歳から74歳までの所沢市国民健康保険加入者
※年に1回、対象の方へ「特定健康診査受診券」をお送りしています。

費 用 800円

問 合 せ 国民健康保険課（電話：2998-9131、FAX：2998-9061）

▶ 後期高齢者健康診査を行っています。

対 象 者 市内にお住まいの埼玉県後期高齢者医療制度の被保険者
（一部施設入所者を除く）
※年に1回、対象の方へ「健康診査受診券」をお送りしています。

費 用 無料

問 合 せ 国民健康保険課 後期高齢者医療担当
（電話：2998-9218、FAX：2998-9061）

(2) 各種予防接種

成人用肺炎球菌・带状疱疹・高齢者インフルエンザ予防接種・新型コロナウイルス感染症予防接種の定期接種を行っています。予防接種によって対象者や接種時期、費用等が異なるため、あらかじめお問い合わせください。

問 合 せ 保健センター 健康管理課（電話：2991-1811、FAX：2995-1178）

相談場所

介護予防

在宅生活支援

いきがい支援

施設や住まい

介護保険制度

医療・健康

その他

(3) 精神保健福祉に関する事業の実施

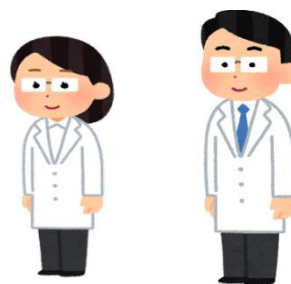
精神障害者保健福祉手帳申請受付・自立支援医療費（精神通院）申請受付、こころの健康に関する各種相談事業を行っています。

問 合 せ 保健センター こころの健康支援室（電話：2991-1812、FAX：2995-1178）

(4) 健康教育・健康相談・訪問指導等

保健師・栄養士・歯科衛生士・理学療法士による健康づくりの教室や個別の相談・訪問、障害を持つ方々の交流・つどい等、各種保健事業を実施しています。

問 合 せ 保健センター 健康づくり支援課（電話：2991-1813、FAX：2995-1178）



(5) トコトコ健幸マイレージ

歩数を計測するスマホアプリを使って、日常生活の中で楽しみながら健康づくりを実践できます。

◎普段の歩きや各種健康教室の参加等によりポイントが貯まり、抽選で景品が当たります。

◎アプリには、歩数データの確認や散歩ルートを検索、周辺の天気予報も見られるなど、楽しく歩ける機能が充実しています。

※随時、参加者を募集しています。

問 合 せ 保健センター 健康づくり支援課（電話：2991-1813、FAX：2995-1178）

【参加方法等、詳細はこちら】



※市ホームページを
ご覧いただけます。



9. 移動支援に関すること

(1) ところバス・ところワゴン特別乗車証の交付

市内にお住まいの満65歳以上の方等に、ところバス・ところワゴンを100円でご利用いただける『特別乗車証（グリーン色）』を交付しています。

対 象 者 次のいずれかに該当する方

- ① 所沢市に住民登録をされている満65歳以上の方
- ② 所沢市に住民登録をされている満40歳以上の方で、要介護・要支援認定を受けている方

申請方法 次のものをご用意の上、交付場所でご申請ください。
郵送又は電子申請でも申請可能です。

【①の方】

マイナンバーカード、免許証等で、住所・年齢を証明できるもの

【②の方】

介護保険被保険者証

※代理の方が申請する場合は、上記のほか、代理の方の身分を証明できるものが必要となります。

交付場所 都市計画課

各まちづくりセンター、各市民課サービスコーナー

利用方法 ところバス・ところワゴンを利用する際に、『特別乗車証（グリーン色）』を提示すると、運賃が100円になります。

※「介護保険被保険者証」を提示した場合も同様となります。

問 合 せ 都市計画課（電話：2998-9192、FAX：2998-9163）

※上記以外にも、市内にお住まいで障害者手帳等をお持ちの方は、オレンジ色の特別乗車証の交付を受けることで、ところバス・ところワゴンを無料でご利用いただけます。詳しくは、上記の問合せ先にお問合せください。

1日乗車券が200円で購入できる！

「特別乗車証」又は「介護保険被保険者証」をお持ちの方は
1日乗車券を200円で購入することができます。
(※ところバス・ところワゴン車内のみの販売です。)



相談場所

介護予防

在宅生活支援

いきがい支援

施設や住まい

介護保険制度

医療・健康

その他

(2) 高齢者の運転免許自主返納による ところバス・ところワゴン無料乗車券の交付

市内にお住まいの満65歳以上の方で、運転免許証を自主返納した方に、ところバス・ところワゴンで利用できる『無料乗車定期券』又は『無料乗車回数券(50回分)』を交付しています。

対 象 者	次の全てに該当する方 ・ 所沢市に住民登録をされている方 ・ 全ての運転免許証を自主返納した方 ・ 自主返納した日において満65歳以上の方 ・ 自主返納した日から1年以内である方
交付内容	次の2種類のうち、希望されるどちらか1種類 ・ 無料乗車定期券(本人のみ利用可) ・ 無料乗車回数券50回分 (本人及び同一世帯の家族のみ利用可) ※有効期間は1年間です。 ※一人1回のみの申請で、再交付はできません。
申請方法	次のものをご用意の上、都市計画課でご申請ください。 【必要なもの】 ・ 申請による運転免許の取消通知書 ・ 取消しを受けた(四隅に穴の空いた)運転免許証又は公的機関発行の本人が確認できる書類 (例：運転経歴証明書、パスポート等) ※代理の方が申請する場合は、上記のほか、代理の方の身分を証明できるものが必要となります。
交付場所	都市計画課
利用方法	『無料乗車定期券』又は『無料乗車回数券』を利用すると、ところバス・ところワゴンの運賃が無料になります。
問 合 せ	都市計画課(電話：2998-9192、FAX：2998-9163)

10. 防災に関すること

(1) 災害への備え

家具の転倒落下防止

阪神・淡路大震災における死因の多くは家屋の倒壊や家具等の転倒落下によるものでした。地震への備えとして家具の転倒落下防止策は必ず行ってください。

※家具を一つの部屋にまとめ、寝室には家具を置かないのも一つの方法です。

最低3日分、できれば7日分を備蓄

首都直下地震がもたらす被害が甚大で、物流の復旧や行政支援体制が整うまで時間がかかることから、7日分程度の備蓄が推奨されています。

※普段食べ慣れているものや好きなものを多めに買い置き、定期的（月1回）に食べれば、長期保存（5年間）できるものを備蓄しなくても大丈夫です。

携帯トイレの備蓄

過去の震災では、避難者がトイレを心配し水分を控え、エコノミークラス症候群で死亡する事例がありました。避難に備え携帯トイレやトイレトーパー、ウエットティッシュ等も備蓄しましょう。

問 合 せ 危機管理室（電話：2998-9399、FAX：2998-9042）

(2) 防災情報の入手

防災行政無線放送確認専用フリーダイヤル

防災行政無線の放送が聞き取れなかった場合や放送内容を再確認したい場合に、放送内容を電話（無料）で確認することができます。放送内容は、放送後24時間まで保存されています。

電話番号 0120-100-466 ※携帯電話でもご利用いただけます。

問 合 せ 危機管理室（電話：2998-9399、FAX：2998-9042）

「ところざわほっとメール」で配信

気象情報や避難に関する防災情報、防災行政無線の放送内容を携帯電話やスマートフォン、パソコンに配信します。(受信する際の通信料はご利用者様のご負担となります。)

登録方法



- ① hotmail@tokorozawa-hotmail.jpに空メールを送信、
又は左の二次元バーコードからメールアドレスを読み取り、
空メールを送信。
- ② 返信メールに記載されているURLにアクセス※。
- ③ 各カテゴリから「防災情報」「防災行政無線の放送内容」を選択して登録。

※返信メールが届かない場合は、メール設定で

「info@tokorozawa-hotmail.jp」を指定受信してください。

また、登録後も確実にメールを受け取れるように、このメールアドレスを指定受信登録しておくことをおすすめします。

「所沢市 LINE 公式アカウント」で受け取る

気象情報や避難に関する防災情報、防災行政無線の放送内容を LINE で受け取ることができます。(受信する際の通信料はご利用者様のご負担となります。)

登録方法



- ① LINE で友だち登録を行います。
左の二次元バーコードから登録できます。
アカウント名：所沢市 LINE ID：@tokorozawacity
- ② メニューの受信設定ボタンから、「防災情報」「防災行政無線の放送内容」を選択すると、防災情報を受け取ることができます。
- ③ 各カテゴリから「防災情報」「防災行政無線の放送内容」を選択して登録。

※配信内容はところざわほっとメールと同様です。

問 合 せ

- ・ところざわほっとメールの登録方法について
- ・所沢市 LINE 公式アカウントでの受信方法について
- ・・・広報課（電話：2998-9024、FAX：2994-0706）

カタログポケット

市では、「防災ガイド・避難所マップ」を作成・配付し、防災についての周知啓発を行っています。

カタログポケット（アプリ）でダウンロードすると、自動で読み上げてくれる機能や、英語・中国語等への翻訳も可能で、いつでもどこでも誰でも確認できます。



臨時災害 FM（77.1MHz）放送局

災害時にお手持ちのラジオ（FM77.1MHz）で、所沢市の災害に関する情報を確認できます。

災害時、早くて1週間～10日前後に臨時災害放送局を開設し、市内の被害・避難状況、物資供給等の防災情報を、1日に2～3回放送する予定です。

テレビ埼玉のデータ放送

テレビ埼玉のデータ放送で、災害等の非常時には防災情報を、通常時は市からのお知らせをお届けしています。テレビのチャンネルをテレビ埼玉（3ch）に合わせ、リモコンのdボタンを押して「所沢市」を選択してください。

問 合 せ 防災情報について・・・危機管理室

（電話：2998-9399、FAX：2998-9042）



相談場所

介護予防

在宅生活支援

いきがい支援

施設や住まい

介護保険制度

医療・健康

その他

1 1. 所沢市社会福祉協議会による各種サービス

(1) わたしのまちの車いすちょい借りステーション事業

住民及び商店、企業、福祉施設等との協働により、身近な場所で車いすの貸出を行っています。一時的に車いすが必要な方は、下記の一覧を参考に最寄りの「わたしのまちの車いすちょい借りステーション」にて貸出を受けることができます。

別途、社会福祉協議会の窓口では、3か月間以内の貸出も行っています。

わたしのまちの車いすちょい借りステーション

対 象 者 市内にお住まいの方で、病気やけが等により、歩行が困難な在宅生活者の方

※既に車いすをお持ちの方は対象外です。

貸出期間 2週間まで

(1年の内何度でも貸出可、1日を貸出期間の単位とする)

費 用 無料

申請方法 各車いすステーション(P.68～P.72参照)に、必ず車いすの空き状況を電話等でご確認頂き、身分証明書をご持参の上、次の必要書類をご提出ください。

【必要書類】

・車いす借用申請書(各ステーションに設置してあります)

問 合 せ 所沢市社会福祉協議会 地域福祉推進課

午前8時30分から午後5時15分まで

(土・日曜日、祝日及び年末年始を除く)

(電話：2925-0041、FAX：2925-3419)

市内の車いすちょい借りステーション 一覧

※特に表記がないステーションは、定休日はありません。

※年末年始の貸出については、各ステーションにお問い合わせください。

所沢地区

名称	所在地	電話	FAX	貸出時間
内野自動車	東町 23-1	2922-1811	2925-0318	午前9時から 午後5時30分まで (第2・4週目の 土・日曜日、祝日休み)

松尾観魚苑	御幸町 1-16 所沢スカイライズ タワー 2F	2922-5655	2922-5655	午前 11時から 午後 7時まで (水・木曜日休み)
所沢まちづくり センター	元町 27-5	2923-1386	2926-9727	午前 8時30分から 午後 5時15分まで (祝日休み)
みらい薬局西所沢店	星の宮 1-17-9	2920-3277	2920-3278	午前 9時から 午後 6時まで (日曜日、祝日休み)
医療生協さいたま生 活協同組合所沢 診療所	宮本町 2-23-34	2924-0121	2928-3206	午前 8時30分から 午後 5時まで (第2週目の土曜日、 日曜日、祝日休み)
株式会社北斗不動産 ホールディングス	西所沢 2-1-12 第2 北斗ビル	2925-9495	2921-3225	午前 10時から 午後 6時まで (日曜日、祝日休み)
所沢市上下水道局 (受付は 2F 総務課)	宮本町 2-21- 4 2F 総務課	2921-1084	なし	午前 8時30分から 午後 5時15分まで (土・日曜日、祝日休み)

松井地区

名称	所在地	電話	F A X	貸出時間
安松町内会『交流館』	上安松 95-6	所沢社協 2925-0041	所沢社協 2925-3419	随時
松井地区 社会福祉協議会 (松井まちづくり センター内)	上安松 1286-1	2994-1259	2994-1237	午前 8時30分から 午後 5時15分まで (祝日休み)
ウェルシア所沢 下安松店	下安松 963-3	2951-2321	2951-2322	午前 10時から 午後 8時まで (土・日曜日、祝日休み)
アリスサロン	東所沢和田 1-46-19	2008-2004	2008-2005	午前 9時から 午後 5時30分まで (土・日曜日休み)
東所沢和田三丁目 自治会	東所沢和田 3-25-9	8740-4057	なし	午前 9時から 午後 6時まで
地域福祉サポーター 佐藤重松宅	上安松 769-6	090-5412 -5760	2945-4312	午前 8時から 午後 9時まで
デイサービス 寿	東新井町 108-4	2946-8407	2946-8417	午前 10時から 午後 4時まで (日曜日休み)

柳瀬地区

名称	所在地	電話	F A X	貸出時間
特別養護老人ホーム 東所沢みどりの郷	坂之下 941-3	2951-3000	2945-6866	午前 8時30分から 午後 5時30分まで

相談場所

介護予防

在宅生活支援

いきがい支援

施設や住まい

介護保険制度

医療・健康

その他

柳瀬まちづくり センター	城 964-8	2944-2113	2944-2813	午前8時30分から 午後5時15分まで (祝日休み)
れんげの郷ところざわ	東所沢 3-38-11	2968-8230	2968-8230	午前9時から 午後5時まで (土・日曜日、祝日休み)

富岡 地区

名称	所在地	電話	F A X	貸出時間
富岡まちづくり センター	北岩岡 117-1	2942-3110	2942-3244	午前8時30分から 午後5時15分まで (祝日休み)
所沢市立キャンバス	下富 653-5	2943-6110	2943-6118	午後9時から 午後5時まで (土・日曜日、祝日休み)
老人保健施設さんとも	中富 1617	2942-3202	2942-3235	午前8時30分から 午後5時30分まで (日曜日休み)
エステシティ自治会	中富南 4-4-3	090-5795 -8015	なし	午前9時から 午後6時まで

新所沢 地区

名称	所在地	電話	F A X	貸出時間
所沢地域福祉事業所 まあち	向陽町 2001-3	2941-2111	2941-2099	午前9時から 午後6時まで (日曜日休み)
エース薬局新所沢店	緑町 3-14-4	04-2925- 0239	なし	午前8時45分から 午後6時30分まで ※土曜日のみ午前8時4 5分から午後2時まで (日曜日、祝日休み)
グリーンフィールド 居宅介護支援事業所	青葉台 1296-21	2922-0480	03-6733 -8478	午前9時から 午後6時まで (土・日曜日、祝日、 夏季休暇休み)
サンドラッグ けやき台薬局	けやき台 2-29-9	2928-1610	2928-1610	午前9時から 午後7時まで ※水曜日のみ午前10時 から午後7時 (日曜日、祝日休み)
新所沢まちづくり センター	緑町 1-8-3	2924-2955	2924-2960	午前8時30分から 午後5時15分まで (祝日休み)

新所沢東 地区

名称	所在地	電話	F A X	貸出時間
エヌピーオーいずみ 飛行船	松葉町 6-22	2941-3076	2941-3079	午前 9 時から 午後 3 時まで (土・日曜日、祝日休み)
新所沢東まちづくり センター	美原町 1-2922-16	2943-0909	2943-0915	午前 8 時 3 0 分から 午後 5 時 1 5 分まで (祝日休み)

相談場所

介護予防

三ヶ島 地区

名称	所在地	電話	F A X	貸出時間
ケアハウス大光園	東狭山ヶ丘 6-750-1	2929-2233	2921-8801	午前 8 時 3 0 分から 午後 5 時 3 0 分まで
ケアハウス所沢けやき	三ヶ島 5-551	2947-2741	2949-5383	午前 9 時から 午後 3 時まで
オレンジタウン	西狭山ヶ丘 1-2475-1	2936-7563	2936-7564	午前 9 時から 午後 5 時まで (土・日曜日、祝日休み)
三ヶ島まちづくり センター	三ヶ島 5-1639-1	2948-1204	2948-1429	午前 9 時から 午後 5 時 1 5 分まで (祝日休み)

在宅生活支援

いきがい支援

小手指 地区

名称	所在地	電話	F A X	貸出時間
小手指まちづくり協議会 (小手指まちづくり センター内)	北野南 1-5-2	2948-1295	2948-1247	午前 8 時 3 0 分から 午後 5 時 1 5 分まで (月曜日、祝日休み)
小手指公民館分館	小手指町 4-22-2	2948-8780	2948-8836	午前 8 時 3 0 分から 午後 5 時 1 5 分まで (月曜日、祝日休み)
ライオンズマンション 西所沢自治会 (管理人室)	小手指台 3-1	2928-1812	2928-1812	午前 1 0 時から 午後 4 時まで (土・日曜日、祝日休み)
特別養護老人ホーム ロイヤルの園	北野 3-1-18	2947-1600	2947-1223	午前 9 時から 午後 6 時まで
有限会社わかさ薬局	北野新町 2-4-21	2938-3060	2938-3061	午前 8 時 3 0 分から 午後 5 時 1 5 分まで ※土曜日のみ午前 1 0 時 から午後 2 時まで (日曜日・祝日休み)
あんじゅサロン	小手指町 4-4-26	090-3434 -9630	2008-0836	午前 9 時から 午後 5 時まで (土・日曜日休み)

施設や住まい

介護保険制度

医療・健康

その他

山口 地区

名称	所在地	電話	F A X	貸出時間
大鐘自治会	上山口 1570	所 沢 社 協 2925-0041	所 沢 社 協 2925-3419	午前9時から 午後5時まで
福祉の森	山口 1850-8	2921-3600	2926-0066	午前8時30分から 午後5時30分まで (土・日曜日休み)
岩崎上町自治会	山口 689-1	090-9206 -9614	なし	午前10時から 午後4時まで (土・日曜日、祝日休み)
町谷自治会館	山口 2788-3	所 沢 社 協 2925-0041	所 沢 社 協 2925-3419	午前10時から 午後4時まで
山口まちづくり センター	山口 5004	2924-1224	2924-1647	午前8時30分から 午後5時15分まで (祝日休み)

吾妻 地区

名称	所在地	電話	F A X	貸出時間
特別養護老人ホーム ところの苑	久米 1538-2	2929-6955	2929-6956	午前10時から 午後5時まで
アグリン	荒幡 106-6	2929-1213	2929-1215	午前9時から 午後5時まで (日曜日休み)
幸せふくろう所沢	くすのき台 3-12-1	2993-7750	2993-7760	午前9時から 午後5時まで
吾妻まちづくり センター	久米 2229-1	2924-0118	2924-0168	午前8時30分から 午後5時15分まで (月曜日・祝日休み)

並木 地区

名称	所在地	電話	F A X	貸出時間
スカイ薬局	中新井 3-20-35-104	2943-3222	2943-4244	午前9時から 午後7時まで (日曜日、祝日休み)
わらわら航空公園店	並木 2-1	2995-0808	2995-1100	午前9時30分から 午後8時まで (火曜日休み)
アンジューム所沢 ケアセンターとこしえ こぶし町	こぶし町 30-31	2968-6255	2968-6256	午前9時から 午後6時まで
さくら鍼灸接骨院	並木 8-1-6-120	2990-8010	2990-8011	午前9時から 午後5時まで
並木まちづくり センター	並木 8-3	2998-5911	2998-5915	午前8時30分から 午後5時15分まで (祝日休み)
所沢市立はばたき	北原町 924-3	2935-4799	2992-2329	午前8時30分から 午後4時30分まで (土・日曜日、祝日休み)

(2) 福祉サービス利用援助事業の実施 (あんしんサポートねっと)

高齢者や知的障がい、精神障がいのある方等が、安心して生活を送れるように定期的に訪問し、福祉サービスの利用に当たって必要な手続や暮らしに必要なお金の出し入れ等のお手伝いを契約により行います。

対 象 者	日常生活を送る上で、一人で判断することに不安がある高齢者や知的障がい、精神障がい等のある方
サポ-ト 種 類	【福祉サービス利用援助】福祉サービスの利用を手伝う。 ・定期的に訪問し、相談に応じる。 ・福祉サービスの内容や利用方法を説明する。 ・福祉サービス利用に対して苦情があれば解決の手伝いをする。 【日常生活上の手続援助】日常生活に必要な事務手続きを手伝う。 ・郵便物の整理や内容を説明する。 ・市役所等での手続に同行し手伝う。 ・暮らしに必要な手続きの相談を受ける。 【日常的金銭管理】日常生活に必要なお金の出し入れを手伝う。 ・福祉サービスの利用料や病院代、公共料金等を支払う。 ・銀行や郵便局の窓口で払い戻しを行い、生活に必要なお金を届けたり、お金の使い方を確認したりする。 【書類等預かりサービス】大切な書類等を預かる。 ・年金証書、実印や銀行印、預金通帳、契約書類等を預かる。
費 用	契約するまでの相談や支援計画の作成は、無料です。 ※契約後の生活支援員による援助は、有料です。
申込方法	所沢市社会福祉協議会 相談支援課にご連絡ください。
問 合 せ	所沢市社会福祉協議会 相談支援課

(電話：2929-1711、FAX：2923-4780)

相談場所

介護予防

在宅生活支援

いきがい支援

施設や住まい

介護保険制度

医療・健康

その他

索引

「あ」		
あんしんサポートねっと.....	73	
「い」		
囲碁・将棋大会.....	36	
一般介護予防事業.....	57	
インフルエンザ予防接種.....	61	
「え」		
演芸大会.....	36	
「お」		
おかえりQR.....	20	
お達者倶楽部.....	5	
「か」		
介護医療院.....	46	
外国人高齢者等福祉手当.....	33	
介護サービス計画.....	54	
介護サービスの種類.....	54	
介護者の集い.....	6	
介護保険の利用者負担の助成.....	55	
介護保険料.....	53	
介護マーク.....	18	
介護予防・生活支援サービス事業..	57	
介護予防・日常生活支援総合事業..	57	
介護予防教室.....	6	
介護予防ボランティアポイント事業..	9	
介護老人保健施設.....	45	
確定申告（障害者控除対象者認定書）	34	
家事援助（シルバー人材センター）	44	
貸切バス賃借料の補助.....	38	
家庭内の相談.....	4	
紙おむつ購入費.....	56	
がん検診.....	61	
「か」		
救急医療情報キット.....	12	
緊急通報システム.....	15	
「く」		
グループホーム.....	46	
車いすちょい借りステーション....	68	
「け」		
ケアハウス（軽費老人ホーム）....	46	
ケアプラン.....	54	
敬老事業.....	37	
結核検診.....	61	
健康診査.....	61	
健康相談.....	62	
「こ」		
後期高齢者医療健康診査.....	61	
後期高齢者医療制度.....	58	
高齢者交流・研修支援事業.....	38	
高齢者福祉施設等.....	45	
国民健康保険制度.....	58	
国民健康保険特定健康診査.....	61	
骨粗しょう症検診.....	61	
ごみ収集支援.....	17	
「さ」		
サービス付き高齢者向け住宅.....	47	
災害.....	65	
在宅介護者リフレッシュ事業.....	32	
在宅歯科医療に関する電話相談....	59	
「し」		
歯科診療所あおぞら.....	60	
施設.....	45	
指定難病に係る医療給付制度.....	59	
社会福祉協議会.....	68	
住宅改修費.....	56	
障害者控除対象者認定書.....	34	
消費生活相談.....	4	
食事の配達（配食サービス）.....	11	
シルバー人材センター.....	43	

「せ」		認知症疾患医療センター	30
成人歯科検診	61	認知症初期集中支援チーム	22
精神保健福祉に関する事業	62	認知症に関する電話相談窓口	26
成年後見制度の相談	3	「は」	
「そ」		肺炎球菌ワクチン	61
総合事業	57	配食サービス	11
相続の相談	4	「ふ」	
「ち」		福祉サービス利用援助事業	73
地域サポート事業	44	福祉の相談窓口	3
地域サロン	5	福祉用具購入費	55
地域包括支援センター	1	ふれあい収集	17
長生クラブ	42	「ほ」	
「と」		防災行政無線放送確認専用フリーダイヤル	65
特定在宅高齢者介護手当	31	「み」	
特別養護老人ホーム	45	みまもり相談員	10
トコトコ健幸マイレージ	62	民生委員・児童委員	4
トコフィット養成講座	8	みんなのカフェ	23
所沢シニア・アカデミー	35	「も」	
ところざわほっとメール	66	もの忘れ相談医	27
ところバス・ところワゴン特別乗車証	63	「ゆ」	
ところバス・ところワゴン無料乗車券	64	有料老人ホーム	47
トコロみまもりネット	19	「よ」	
トコロんおかえりQR	20	要介護認定	53
トコロん元気百歳体操	7	予防接種	61
「に」		「り」	
認知症カフェ	23	離婚の相談	4
認知症高齢者グループホーム	46	「ろ」	
認知症サポーター養成講座	21	老人憩の家	40
		老人福祉センター	40

MEMO

[illegible]

< 発行元 >

所沢市 福祉部 高齢者支援課

所在地：〒359-8501

所沢市並木一丁目1番地の1
(高層棟1階)

電 話：2998-9120

FAX：2998-9138

メール：a9120@city.tokorozawa.lg.jp



緊急…？迷ったその時！

けいれんしている、意識がない！

→迷わず 119 番！

土・日、深夜にやっている病院は…

→埼玉西部消防局休日夜間病院案内

☎ 050-1808-8872

→埼玉県救急医療機関案内

(24時間対応)

☎ #7119 又は 048-824-4199



音声案内が流れますので

3を押してください

※歯科・口腔外科・精神科を除く

今事件が起きているわけじゃない、
でも警察に詐欺や迷惑行為について
相談したい…

→警察の相談ダイヤル

☎ #9110 又は 048-822-9110

※平日：午前8時30分～

午後5時15分

夜間・土・日・祝日・年末年始

：所沢警察署

04-2996-0110

埼玉県警察本部

048-832-0110

救急車を呼ぶほどではないかも…？

→ 埼玉県救急電話相談

(24時間対応)

☎ **#7119**

又は

048-824-4199



音声案内が流れます

↳ **1**を押す

小児救急電話相談（対象：中学生まで）



☎ **#8000** から

電話ができます

つながらない場合は

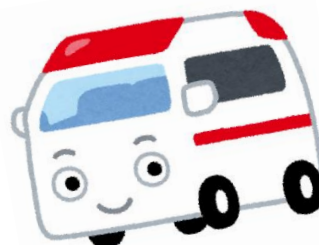
☎ 048-833-7911

↳ **2**を押す

大人の救急電話相談



☎ **#7000** から
電話ができます



「ATM で手続きをすれば、お金がかえってきます」は嘘！

還付金詐欺に気をつけましょう

【対策】

① 家にいる時でも、留守番電話に設定しましょう

② 家族と合言葉を決めておきましょう

③ 「あやしいな」と思ったら、まずは家族や市役所、
所沢警察署に確認しましょう

