

# よこはまシニア通信



## 避けられない「超高齢社会」に向き合っていくために

▶ **市を取り巻く現状** 2025年には市民の4人に1人が高齢者に

団塊の世代が75歳を迎える2025年には、市の総人口は減少に転じて372万人となる一方、65歳以上の高齢者は約97万人、高齢化率は26.1%になることが見込まれています。

高齢化に関する主な推計値 ※第6期高齢者保健福祉計画・介護保険事業計画

●75歳以上の高齢者 <b>1.4倍</b> (41万人⇒59万人)	●要介護認定者 <b>1.5倍</b> (15万人⇒23万人)	●認知症高齢者 <b>1.4倍</b> (14万人⇒20万人)
2015年⇒2025年		

▶ **市が目指す2025年の姿** 地域で支え合いながら、介護・医療が必要になっても安心して生活でき、高齢者が自らの意思で自分らしく生きることができる

目指す姿の実現に向け、具体的かつ実効性のある施策を盛り込んだアクションプランとして、よこはま地域包括ケア計画\*を策定中です。

※第7期横浜市高齢者保健福祉計画・介護保険事業計画のこと。計画期間は平成30年度～32年度第7期計画(素案)の市民意見を募集中(12月28日まで)。詳しくは、市役所市民情報センター・区役所広報相談係で配布の冊子を確認してください。

**コラム** **地域包括ケアシステム**

高齢者が可能な限り住み慣れた地域で、自分らしい暮らしを最後まで続けるために、介護・医療・介護予防・生活支援・住まいが一体的に提供される、日常生活圏域ごとの包括的な支援・サービス提供体制。全国各地で地域の実情と特性に応じた構築が進められています。

▶ **市の取組** 横浜型地域包括ケアシステムの構築に向けて

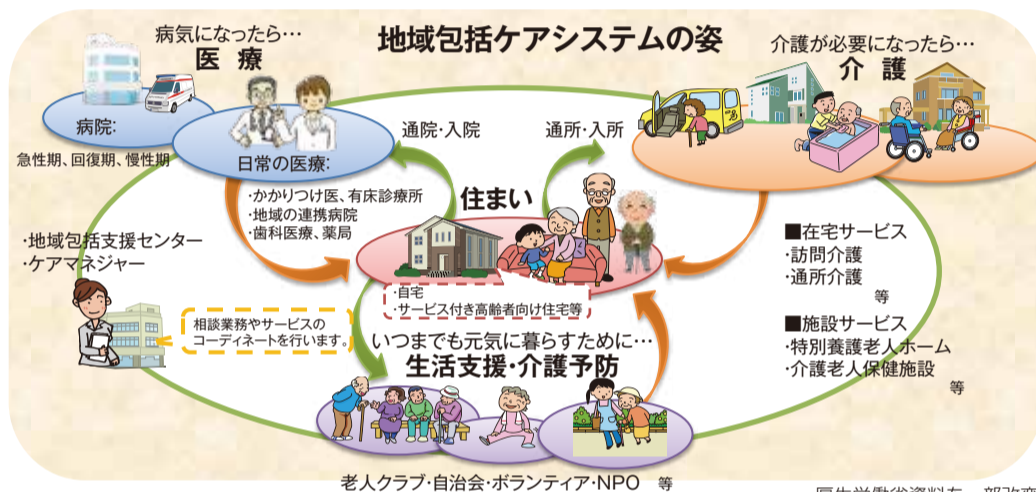
高齢化の急速な進展に伴う介護・医療ニーズの大幅な増加やさまざまな課題に対応するため、2025年までに「横浜型地域包括ケアシステム」の構築を目指しています。

地域の福祉保健の拠点である地域ケアプラザを中心に、それぞれの地域の特性に応じたきめ細かな取組を進めています。

困りごと、気がかりなことは **地域ケアプラザ(地域包括支援センター)に相談してください**

市では、高齢者が住み慣れた地域で生活続けることができるよう、地域ケアプラザと一部の特別養護老人ホームに地域包括支援センターを設置(2017年12月現在140か所)。介護保険のほか高齢者の生活全般にわたって幅広く相談を受け、必要なサービスや機関につなげます。

地域ケアプラザ



健康福祉局高齢健康福祉課 ☎ 671-3412 ☎ 681-7789

### 生きがいのある生活のために

65歳以上の市民が対象

地域貢献を通じて生きがいづくり

## よこはまシニアボランティアポイント

現在の参加者は  
**1万5000人**を  
突破しました!



イメージキャラクター 健康ほうし君

よこはまシニアボランティアポイントとは?

介護施設などでボランティア活動を行った場合にポイントがたまり、ポイントに応じて、寄附・換金できる仕組みです。参加には登録研修会の受講が必要です。

#### 対象となる活動例

- 介護施設などでお茶出しやゲームの手伝い
- 地域の高齢者への配食・会食サービス

登録研修会 いずれも13時開始

12月21日(木) / 開港記念会館	2月14日(水) / 神奈川公会堂
1月11日(木) / 旭公会堂	2月20日(火) / 南公会堂
1月17日(水) / 青葉公会堂	3月14日(水) / 西公会堂
2月 8日(木) / 港南地区センター	3月19日(月) / 開港記念会館

申込先 かながわ福祉サービス振興会 ☎ 671-0296 ☎ 671-0295

健康福祉局介護保険課 ☎ 671-4252 ☎ 681-7789

### 65歳以上の人が対象

## 介護保険料の納め忘れはありませんか?

健康福祉局介護保険課 ☎ 671-4254 ☎ 681-7789

保険料は介護保険サービスに必要な費用をまかなう重要な財源です。納付が遅れると介護保険制度を維持していく上で大きな支障となります。

※40～64歳までの人は、加入している医療保険の保険料(介護分)として納付します

#### ①納め忘れがあると

「督促状」、「催告書」を送付しています。指定期日までに納付してください。(電話による納付案内も実施しています)

#### ②特別な理由もなく、保険料を滞納していると

保険料を納付している人との公平を図るため、介護保険サービスを利用する際、自己負担が多くなる場合があります。

#### 1年以上の滞納

サービス費用が一時的に全額自己負担になり、後日申請により保険給付分が払い戻されます。

#### 2年以上の滞納

滞納した期間に応じて一定期間、サービス費用の自己負担が3割になる場合があります。また、高額介護サービス費などの支給が受けられません。

介護保険サービスの利用有無にかかわらず、法令に基づき財産差押えなどの滞納処分を受ける場合があります

高齢者の介護予防や生活支援の充実を目指して

## 市介護予防・生活支援サービス補助事業

☎ 健康福祉局高齢在宅支援課

☎ 671-3464 ☎ 681-7789

市では、高齢者の介護予防や生活支援を充実・強化するため、地域でボランティアによる介護予防や生活支援の活動をしている団体に対し、家賃などの活動に係る費用を補助しています。

現在、平成30年度の申請を受付中です。対象団体となるためには、介護保険の要支援者を受け入れることなど各種要件があります。詳しくは各地域ケアプラザや特養併設地域包括支援センター、各区社会福祉協議会の「生活支援コーディネーター」へ相談してください。

申請期間：12月26日(火)まで

対象：地域でボランティアによる高齢者の介護予防や生活支援の活動をしている団体



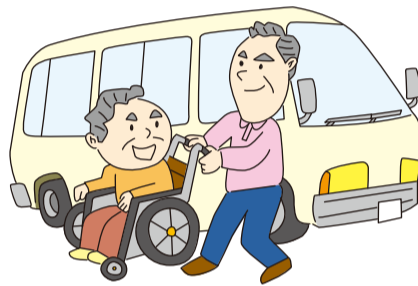
### 積み木(栄区)

私たちは、自分たちの暮らしているまちを「誰もが安心していきいきと自分らしく暮らし続けられる地域」にするために活動しています。

活動内容は、食事作りに不自由している人への配食サービスや、簡単な筋トレや脳トレも行う会食会などを実施しています。今後も、この活動をより安定して実施し続けるために補助事業への申請をしました。

## ボランティア活動を始めてみませんか

各区社会福祉協議会ボランティアセンターでは、ボランティアに関するさまざまな相談の受付や情報の提供を行っています。例えば、運転ボランティアや話し相手、イベントの手伝いやおでかけの付き添いなどのボランティア活動があります。特技や趣味を生かし、まずは関心のあるボランティア活動を始めてみませんか。新しい発見があるかもしれません。詳しくは、各区社会福祉協議会へ問い合わせてください。



### <各区社会福祉協議会>

青葉区 ☎ 972-8836	瀬谷区 ☎ 361-2117
旭区 ☎ 392-1123	都筑区 ☎ 943-4058
泉区 ☎ 802-2150	鶴見区 ☎ 504-5619
磯子区 ☎ 751-0739	戸塚区 ☎ 866-8434
神奈川区 ☎ 311-2014	中区 ☎ 681-6664
金沢区 ☎ 788-6080	西区 ☎ 450-5005
港南区 ☎ 841-0256	保土ヶ谷区 ☎ 341-9876
港北区 ☎ 547-2324	緑区 ☎ 931-2478
栄区 ☎ 894-8521	南区 ☎ 260-2510

ニーズや状況に応じた施設・住まいを目指して

## 高齢者施設・住まいの相談センター

【住所】 港南区上大岡西1-6-1 ゆめおおおかオフィスタワー10階  
☎ 342-8866 ☎ 840-5816

【受付時間】 9時～17時(土・日曜、祝休日、年末年始は休み) **予約優先**

### 高齢者の施設や住まいの相談窓口

専門の相談員が窓口や電話で個別・具体的な相談や、施設の基本情報・入所待ち状況など、さまざまな情報を提供しています。



施設選びに困ったら  
気軽に相談して  
ください!

#### 提供する施設情報

特別養護老人ホーム、介護老人保健施設、グループホーム、有料老人ホームなど

### 「施設のコンシェルジュ」からの各種サービスの案内

特別養護老人ホームの入所申込者に対して、電話などで一人ひとりの状況に適した施設や住まいを案内します。

#### 案内の例

- 各施設の入所待ち状況を活用し、比較的入所希望者が多い多床室(定員2人以上)中心の特養に申込みをしている人に、早期に入所しやすい個室の特養を案内
- 施設の利用料金の支払いに不安を持っている人に、各施設サービスの利用料金体系や利用者負担軽減制度を案内

☎ 健康福祉局高齢施設課 ☎ 671-3923 ☎ 641-6408

認知症にやさしい地域を目指して

## 気になったら電話や窓口で相談を

認知症は誰もがなる可能性がある病気です。高齢者の4人に1人が認知症、もしくは認知症の疑いがあるとされています。早期診断・早期対応により、病気の進行や介護の負担が大きく異なります。



コールセンターでは介護経験者、専門家などが相談を受けています

### よこはま認知症コールセンター

☎ 662-7833

(受付時間：火・木・金曜10時～16時) ※祝日を含む、年末年始を除く

### かながわ認知症コールセンター

☎ 0570-0-78674

(受付時間：月・水曜10時～20時、土曜10時～16時)  
※祝日を含む、年末年始を除く

65歳未満の人の疑問や悩みはこちらへ

### 若年性認知症コールセンター

☎ 0800-100-2707

(受付時間：月～土曜10時～15時) ※祝日、年末年始を除く

各区の高齢・障害支援課、地域包括支援センター(地域ケアプラザと一部の特別養護老人ホーム)でも相談できます。

☎ 健康福祉局高齢在宅支援課 ☎ 671-4129 ☎ 681-7789

※年末年始…12月29日～1月3日

紹介した取組のほかにも、地域包括ケアシステムの構築に向けて、介護サービスや在宅医療の充実など、さまざまな取組を進めています。