

令和 7 年度

高齢者のご家族のための 支援ガイド

～介護保険外制度～



 福知山市



はじめに

我が国においては世界に類を見ないスピードで高齢化が進行する中、本市においても、一人暮らしや高齢者のみの世帯、認知症の高齢者が増加しています。今後、支援や介護が必要な高齢者が増える中で、たとえ介護が必要になっても住み慣れた地域で安心して暮らし続けることができる仕組みづくりが求められています。

しかしながら、在宅介護のすべてを介護保険制度のみで支えることは困難であり、介護保険以外の多種多様なサービスも必要になってきます。

こうした状況の中、平成20年3月に作成しました「高齢者のご家族のための支援ガイド～介護保険外制度～」の情報を更新し、今回、令和7年度版を作成しました。

このガイドが本市にお住まいの高齢者の方、在宅で介護を受けておられる高齢者の方、またその介護をしておられる介護者、家族、ケアマネジメントをしている介護支援専門員やサービス事業所の方たちに少しでもお役に立てればと思います。

福知山市役所 健康福祉部 高齢者福祉課
地域包括ケア推進課

目次

相談窓口【地域包括支援センター“よりそい窓口”】	2
相談窓口【居宅介護支援事業所】	5
配食サービス事業	6
福知山 SOS ネットワーク事前登録制度	7
介護マークの配布	8
外出支援助成事業	9
いきいき・おでかけ応援事業	11
介護用品支給事業	13
安心生活見守り事業	16
救急医療情報キット配付事業	17
在宅高齢者介護者支援金事業	18
屋根雪おろし等費用助成金交付事業	19
介護支援サポーター制度事業	20
在宅介護アドバイザー派遣事業	21
老人クラブ活動	22
福知山市オリジナル介護予防体操～貯筋体操～	23
介護保険外施設のご案内	25

相談窓口

地域包括支援センター“よりそい窓口”

地域包括支援センター“よりそい窓口”は、高齢者のみなさんが住み慣れた地域で、その人らしい生活を継続できるように総合的に支援します。

福知山市では、より身近なところで相談していただけるよう、9つの日常生活圏域に1か所ずつ地域包括支援センター“よりそい窓口”を配置しています。

【地域包括支援センター“よりそい窓口”設置場所】（令和7年4月1日現在）

名 称	所 在 地	電 話・FAX 番号
南陵地域包括支援センター	内記 13-1 (福知山市役所 1 階 地域包括ケア推進課内)	電 話 : 48-9252 F A X : 22-9073
桃映地域包括支援センター	堀 2077-1(桃映地域公民館内)	電話・FAX : 48-9525
成和地域包括支援センター	拝師 446(成和地域公民館内) ※年度内に移転予定	電話・FAX : 45-3906
日新地域包括支援センター	石原 4-1(日新地域公民館内)	電 話 : 45-3227 F A X : 45-3073
六人部地域包括支援センター	多保市162-2(六人部地域公民館内)	電話・FAX : 45-3905
三和地域包括支援センター	三和町千束 515(三和支所内)	電 話 : 58-3010 F A X : 58-3013
川口地域包括支援センター	一ノ宮580(三岳会館内) ※年度内に移転予定	電話・FAX : 45-3904
夜久野地域包括支援センター	夜久野町額 19-2(夜久野ふれあいプラザ内)	電 話 : 37-1108 F A X : 37-5002
大江地域包括支援センター	大江町河守 285(大江支所内)	電 話 : 56-1106 F A X : 56-2018

【福知山市地域包括支援センター“よりそい窓口”の担当自治会名】

名称	日常生活圏域名	担当地域	
南陵 地域包括支援 センター	南陵	惇明地区	京町、呉服町、長町、上新町、下新町、鍛冶町、上紺屋町 東中ノ町、中ノ町、西中ノ町、南栄町、北栄町、駅前町 内記一丁目、内記二丁目、内記三丁目、内記四丁目 内記五丁目、内記六丁目、内記六丁目北、岡ノ一町、岡ノ二町 岡ノ三町、岡ノ上町、東岡町、西岡町、広峯町、陵北町、 南岡町、緑ヶ丘町、北岡町、旭が丘、つつじが丘、夕陽が丘 南天田町、南天田自衛隊宿舎、丸田ヶ丘
		昭和地区	下柳町、菱屋町、下紺屋町、西町、寺町、鋳物師町、和久市町 昭和新町、東本町、西本町、南本町、北本町一区、北本町二区 上篠尾一区、上篠尾二区、下篠尾、篠尾新町、東羽合、西羽合 南羽合、北羽合、向野、厚中間屋町、厚東町
桃映 地域包括支援 センター	桃映	大正地区	荒木、森垣、日吉ヶ丘、高畑、水内、本堀、南本堀 野家、東小谷ヶ丘、西小谷ヶ丘、南小谷ヶ丘 北小谷ヶ丘、内田町、蛇ヶ端、堀口、東堀
		庵我地区	猪崎、城山、下猪崎、中、中村団地、池部、安井、筈巻
成和 地域包括支援 センター	成和	上豊富地区	石場、畑中、辻、北山、小牧、下戸、法用、談、樽水、甘栗 茅ノ台、口榎原、奥榎原
		下豊富地区	上荒河、下荒河、荒河ヒルズ、かしの木台、岩井新町、岩井 奥野部、和久寺、大門、さつきヶ丘、拝師、山崎、額塚、今安 半田、新庄、厚、正明寺、市寺、室
		下川口地区	下天津、一尾、瘤木、勅使、牧、石本、波江、漆端
日新 地域包括支援 センター	日新	雀部地区	土師新町南、土師新町東、土師町、土師宮町、前田、小松ヶ丘 東佳屋野町、西佳屋野町、南佳屋野町、秋津が丘、川北
		遷喬地区	土、東野町、聖佳町、南土野町、石原、観音寺、興、戸田
		成仁地区	大池坂町、中坂町、長山町、平野町、桔梗が丘
		佐賀地区	私市、報恩寺、印内、山野口
六人部 地域包括支援 センター	六人部	上六人部 地区	萩原、上野、生野、堀越、正後寺、坂室、三俣、池田、岩崎
		中六人部 地区	島田、野間仁田、下地、中地、後正寺、大内山田 笹場、口田野、田野山田
		下六人部 地区	多保市、駒場新町、長田南、長田北、上松、長田段、市の谷 大野、岩間、長田野町一丁目、長田野町二丁目、長田野町三丁目
三和 地域包括支援 センター	三和	菟原地区	菟原下一、菟原下二、菟原中、高杉、友淵、大身
		細見地区	西松、田ノ谷、中出、辻、千束、寺尾、草山、芦淵、梅原、みわ
		川合地区	大原、台頭、上川合、岬、下川合、加用
川口 地域包括支援 センター	川口	上川口地区	野花、立原、十二、六十内、十三丘、住所大山、下小田、小田 夷、上下大内、大呂
		金谷地区	猪野々、梅谷、宮垣、田和、大見長祖、野笹、鴨野町
		三岳地区	一ノ宮、日尾、新宮、常願寺、下佐々木、中佐々木、上佐々木 喜多
		金山地区	天座区、坂浦、下野条、上野条、行積、長尾
		雲原地区	雲原

【福知山市地域包括支援センター“よりそい窓口”の担当自治会名】

名称	日常生活圏域名	担当地域	
夜久野 地域包括支援 センター	夜久野	上夜久野 地区	門垣、副谷、山中、金谷、大峠、桑谷、西垣、宮垣 栗尾、才谷、中田、上町、三谷、羽白、田谷垣、現世 今西、田谷、平野、水上、水坂、駅前、奥水坂、夜久野
		中夜久野 地区	日置、末、高内、大油子、小倉
		下夜久野 地区	今里、柿本、稲垣、金尾、西谷、桑村、小畑、今西中、井田 下町、上町、且、奥、向、上千原、中千原、下千原
大江 地域包括支援 センター	大江	美鈴(河守上) 地区	佛性寺、毛原、北原、内宮、二俣一、二俣二、二俣三、 天田内、橋谷、美鈴新
		美河(河守) 地区	上野、波美、金屋、関、下町、中央、清水、新町
		美河(河西) 地区	蓼原、小原田、公庄、日藤
		美河(河東) 地区	千原、尾藤口、尾藤奥、東部、常津、在田、西部 夏間、夏間グリーンヒル
		有仁(有路上) 地区	南一、南二、南三、南四、北一、北二、北三、北四
		有仁(有路下) 地区	二箇上、二箇下、市原、三河、高津江

【地域包括支援センター“よりそい窓口”の業務内容】



さまざまな相談ごと(総合相談)

高齢者の介護や生活に関する心配ごとなど、どこに相談してよいか分からない場合は、まずご相談ください。サービスの紹介や調整、制度の利用につなげる等の支援を行ないます。

権利擁護(虐待の防止・早期発見)

高齢者が安心して暮らしていけるよう、虐待に関する相談や連絡・通報、認知症などで判断能力が低下している方への成年後見制度などの活用を支援します。

要支援1・2と認定された方への支援

要支援1・2の方が、介護保険サービスを利用するためのケアプランを作成し、適切なサービスが受けられるように支援します。

高齢者支援ネットワーク

ケアマネジャー、医療機関、老人福祉施設など高齢者にかかわっている関係機関と連携して、高齢者を支援するためのネットワークづくりをすすめます。

相談窓口

【居宅介護支援事業所】

(令和7年4月1日現在)

事業所名	所在地	電話番号
岩戸ホーム	猪野々31 番地の 1	3 3 - 3 1 5 5
福富士会居宅介護支援事業所 (京都ルネス病院)	末広町 4 丁目 13 番地	2 2 - 3 5 5 0
コアライフ	厚 235 番地	2 3 - 0 2 5 5
居宅介護支援事業所さくら苑	堀 3374 番地	2 2 - 2 1 2 0
三愛荘居宅介護支援事業所	猪崎 25 番地の 1	2 3 - 3 5 8 0
サンヒルズ紫豊館	榎原 180 番地の 2	3 4 - 0 5 5 7
京都保健会 ほっとステーションきぼう	土 1 番地	2 0 - 4 1 5 7
ニコニコ介護支援ルーム	牧 250 番地の 5	3 3 - 3 7 7 0
駅南ニコニコハウス	駅南町 2 丁目 270 番地	2 3 - 2 1 6 6
空心福祉ケアプランセンター	天田 14 番地の 1	2 5 - 1 1 4 5
福知山市居宅介護支援事業所 ほほえみの里	長田 238 番地の 4	2 7 - 0 8 0 0
福知山市社会福祉協議会	内記 10 番地の 18	2 3 - 1 3 3 3
ミストラル介護センター	長田 2737 番地の 12	2 0 - 2 2 3 0
栄光サービスセンター	内記 48 番地の 7	2 2 - 1 2 7 2
居宅介護支援センター豊の郷	大門 900 番地	2 3 - 4 0 7 2
京都生協福祉事業部 福知山 ホームヘルプサービスセンター	駅南町 2 丁目 270 番地 駅南ニコニコハウス2階	2 4 - 2 1 6 5
福知山市社会福祉協議会 三和支所	三和町千束 515 番地	5 8 - 3 7 1 3
コスモライフ北京都	東羽合町 173 番地	2 5 - 1 8 7 5 フリーダイヤル 0120-70-2948
夜久野介護センター	夜久野町平野 1030 番地	3 8 - 1 0 3 5
ハートケア居宅介護支援事業所	夜久野町額田 1393 番地の 1	3 7 - 1 0 8 0
大江在宅介護支援センター	大江町二俣 1607 番地	5 6 - 1 9 8 5
訪問看護ステーションおおえ	大江町河守 186 番地(休止中)	5 6 - 0 1 0 1
ケアプランセンターかなや三丁目	大江町金屋 724 番地	5 6 - 5 0 0 0
厚ニコニコハウス	厚中町 200 番地	2 3 - 2 5 1 5
居宅介護支援事業所ほっぴ	荒河新町 82 番地	2 1 - 4 3 8 9

配食サービス事業



どんな制度？

65歳以上の方で、身体的に食事の支度が困難、調理をする家族等がない方に対し、お弁当を自宅までお届けします。



内容は？

利用限度：毎日(日曜日～土曜日) 昼・夜の2食
料 金：1食 520円(税込み)/おかずのみ510円(税込み)



対象は？

- ① ひとり暮らし高齢者
- ② 65歳以上の高齢者のみの世帯に属する方
- ③ 心身障害者及び65歳以上の人で構成する世帯に属する方



利用までの流れ

- ① 地域包括支援センター職員、介護支援専門員へ相談
- ② 上記職員による訪問調査
- ③ 申請(高齢者福祉課または各支所)
- ④ 許可・不許可決定
- ⑤ 許可の場合、利用開始(※入院中は申請受付不可)



配達業者

桃映・南陵・北陵・大江圏域	ふくし事業協同組合(ふくし) 電話 22-5009
日新・六人部・三和圏域	ライフデリ福知山店 電話 080-1554-1196
川口・夜久野・成和圏域	ふくし事業協同組合(ふくし) 電話 22-5009

福知山SOSネットワーク事前登録制度



どんな制度？

行方不明になる可能性のある方の名前や特徴、写真などの情報をあらかじめ登録しておくことで、万が一行方不明になった場合に地域の協力機関等で構成する「福知山SOSネットワーク」へ情報提供し、早期発見に役立てる制度です。



福知山SOSネットワークとは？

「福知山SOSネットワーク」は、高齢者等の日常的な見守りや実際に行方不明になったときに地域の支援を得て、早期に発見するためのネットワークです。福知山SOSネットワークには、警察や消防署、タクシー会社、介護保険事業所などの機関・団体に協力いただいています。



対象は？

- ① 認知症等により徘徊のおそれのある高齢者(65歳以上)
- ② 40～64歳までの介護保険第2号被保険者で認知症等により徘徊のおそれのある方



利用までの流れ

- ① 各地域包括支援センター職員、居宅介護支援事業所へ相談
- ② 所定の様式に写真(現物)を添えて申請
(地域包括ケア推進課または各地域包括支援センター“よりそい窓口”へ)
★所定の様式は、市ホームページからもダウンロード可能
市ホームページ: [くらしの情報](#) > [高齢者の福祉](#) > [福知山SOSネットワーク](#)
- ③ 登録完了
※事前に登録いただいた方は、おおむね年1回登録内容に関して変更の有無を確認させていただきます。

介護マークの配布



どんな制度？

外出中にトイレで付き添うときや介護者が下着を購入するときなど、介護する方が介護中であることを周囲に理解していただくために、介護マークを希望者に配布します



申込対象は？

高齢者または障害のある人の介護者



費用は？

無料



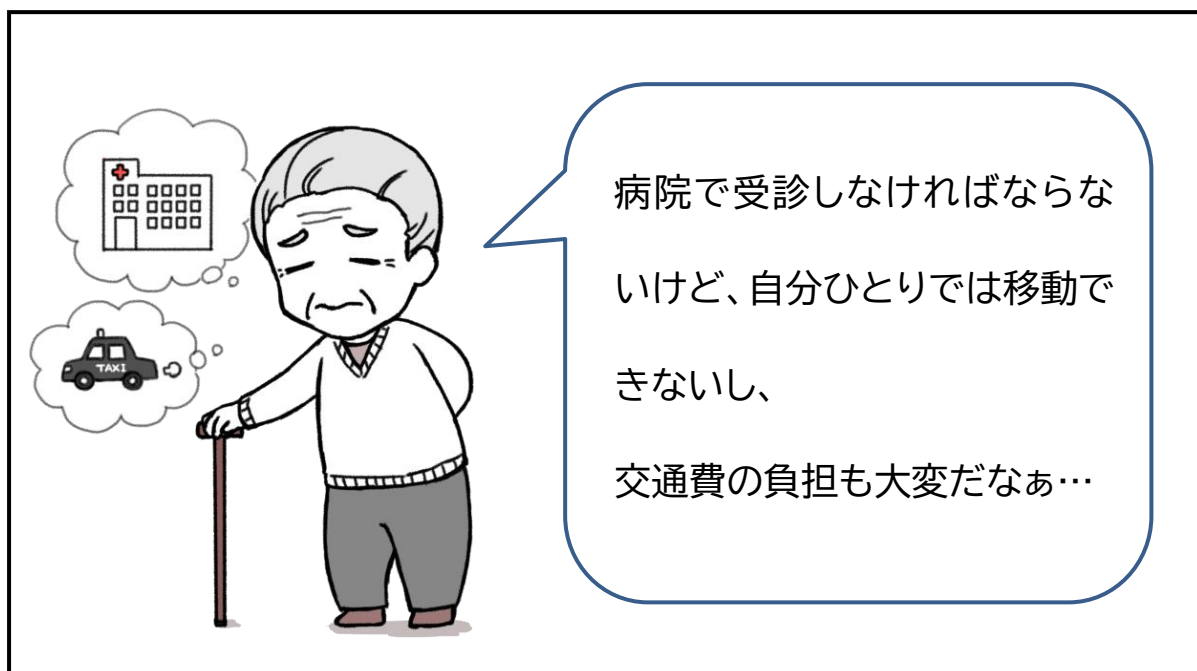
利用の流れ

- ①地域包括ケア推進課または各地域の地域包括支援センターで申請書の記入
- ②名札ケースに入れた介護マークを交付



外出先で「介護マーク」を見かけたら温かく見守ってください。

外出支援助成事業



そんなときは！

外出支援助成事業をご利用ください！



どんな制度？

介助なしに外出することが困難な方がタクシー等を利用される場合に、その利用料の一部を助成します。



対象者は？

以下のすべてに該当する方

- ① 65歳以上の在宅高齢者
- ② 市民税非課税世帯の方
- ③ 家族等による外出手段の確保ができない方
※人工透析者の方への助成券の交付については、平成28年10月より、「人工透析患者通院助成事業」(担当:障害者福祉課)に移行しました。
- ④ 原則として、要支援2以上の方
※要支援2、又は要介護1の方は、追加で条件があります。
詳細は、高齢者福祉課までお問い合わせください。



内容は？

500円分の助成券を、年間96枚交付します。

利用枚数の制限はありませんので、一回の乗車で何枚でも利用可能です。

ただし、助成券の合計額が利用料金を超えた場合は、おつりは出ません。

また、助成券利用分の領収書は発行できません。



利用までの流れ

①高齢者福祉課または各支所に、申請書と同意書を提出

②市で審査の上、許可(または不許可)の通知書が届きます。

※許可を受けた場合、申請月の翌月から利用できます。



福知山市外出支援助成事業の登録事業者（R7.4.1 現在）

タクシー事業所等

事業所名	所在地	電話番号
日交タクシー	篠尾 115 番地の 11	2 2 - 4 1 1 1
平成介護タクシー	問屋町 61 番地の 1	2 3 - 7 7 0 7
ふく福タクシー	篠尾新町 3 丁目 26 番地	2 2 - 8 8 2 2
中央タクシー	岩井 84 番地の 4	2 2 - 1 3 1 3
ひかり介護タクシー	堀 961 番地の 8	2 4 - 1 2 9 8
チームイズミ介護タクシー	上紺屋 55 番地の 2	2 1 - 6 0 7 0
KTN介護タクシー(株式会社小谷商事)	大字報恩寺小字新宮 13 番地	090-3137-0489
あやべ介護タクシー	綾部市桜ヶ丘 2-1-22	090-7707-2757
舞鶴京都タクシー株式会社	舞鶴市字森 566 番地 5	東舞鶴：0773-62-1414 西舞鶴：0773-75-1414

NPO法人・社会福祉法人等

事業所名	所在地	電話番号
福知山BGM福祉サービス	天田 94 番地 10	2 4 - 3 2 4 4
ふくちやま元気まちづくりの会	前田 1130 番地の 1	2 7 - 5 2 1 1
オークラ福祉応援団	かしの木台二丁目63-2	3 3 - 4 1 2 3
福知山健康友の会福祉サービス	篠尾新町 2 丁目 74 番地	2 3 - 5 1 5 3
福知山市社会福祉協議会三和支所	三和町千束515番地	5 8 - 3 7 3 6
成光苑 岩戸ホーム	猪野々31 番地の 1	3 3 - 3 1 5 5
大江まちづくり住民協議会(鬼タク)	大江町河守252番地	5 6 - 1 0 5 5

いきいき・お出かけ応援事業

令和7年4月1日現在



どんな制度？

75 歳以上で運転免許証を持っていない方に対し、バス・京都丹後鉄道・タクシー等で利用できる「おでかけ応援チケット」を交付します。



対象者は？

以下のすべてに該当する福知山市民の方

- ① 75 歳以上の高齢者
(当該年度内に満 75 歳に達する方を含む)
- ② 運転免許証を持っていない方
- ③ 障害者安心おでかけサポート事業・在宅高齢者外出支援助成事業を利用していない方



内容は？

100 円分のチケットを年間対象枚数分まとめて交付します。

- ① 75 歳以上で運転免許証を持っていない方
→6,000 円/年分(100 円券×60 枚)
- ① 75 歳以上で運転免許証を過去 3 年以内に自主返納された方
→12,000 円/年分(100 円券×120 枚)
※「申請による運転免許の取消通知書」が必要です



利用までの流れ

- ① 申請書及びアンケート用紙を提出(高齢者福祉課または各支所へ)
- ② 市で審査の上、許可の場合、チケットの郵送または窓口交付



福知山市いきいき・おでかけ応援事業の登録事業者(R7.4.1 現在)

バス事業者

福知山市バス(全路線)
京都交通バス(三和線を含む市内を運行する全路線)
日本交通バス(三段池公園線)
中京交通バス(園福線)
三岳バス
庵我バス
中六人部バス

タクシー事業所等

事業所名	電話番号
中央タクシー	22 - 1313
ふく福タクシー	22 - 8822
日交タクシー	22 - 4111
チームイズミ介護タクシー	21 - 6070
ひかり介護タクシー	24 - 1298
平成介護タクシー	23 - 7707
KTN 介護タクシー(株)小谷商事	090-3137-0489

有償運送 ※事前の会員登録等が必要です。

事業所名	電話番号
福知山健康友の会福祉サービス	23 - 5153
ふくちやま元気まちづくりの会	27 - 5211
福知山市社会福祉協議会三和支所	58 - 3736
福知山 BGM 福祉サービス	24 - 3244
成光苑 岩戸ホーム	33 - 3155
成光苑 紫豊館	34 - 0557
みわひまわりライド	58 - 4130
大江まちづくり住民協議会(鬼タク)	56 - 1055

介護用品支給事業



どんな制度？

65歳以上で、要介護2～要介護5の認定を受けている市民税非課税世帯に属する在宅高齢者で、介護用品を使用しておられる方に、介護用品の購入支援をします。(要介護2、要介護3については、認定調査結果により対象とならない場合もあります。)

介護保険施設に入所している、または病院に入院している方は対象外です。



内容は？

- ・申請をされた翌月からクーポン券を発行し、送付します。
- ・指定事業者でクーポン券を持参し、希望の介護用品を購入してください。
- ・1か月に付き1枚でも、複数枚でも使用できます。
- ・おつりは出ませんのでご注意ください。
- ・クーポン券の再発行はできません。



支給対象商品

【13品目】

紙おむつ(尿とりパッド含む)・失禁パンツ・おしりふき・特殊寝巻き
防水シート・尿器・携帯トイレ・ゴム手袋・消臭剤・清拭剤・飲食自助具
ドライシャンプー・シャワーボトル



利用までの流れ

- ① 申請(高齢者福祉課または各支所へ)
- ② 許可・不許可決定
- ③ 許可の場合、申請いただいた翌月分からのクーポン券を送付



助成額(クーポン券の額面金額)

区分	支給金額
要介護2	2,000円/月
要介護3	4,000円/月
要介護4	
要介護5	

介護用品クーポン券取扱指定業者一覧表 (R7.4.1 現在)

*次の店舗等において介護用品クーポン券をご利用になれます。

	店 舗 名	住 所	電話番号
1	株式会社石坪	福知山市篠尾新町 2 丁目 88 番地	22-4181
2	イオン 福知山店	福知山市字岩井 79 番地の8	25-3400
3	イン・ザ・ルーム 綾部店	綾部市若松町 14 番地	42-1052
4	イン・ザ・ルーム 福知山店	福知山市字前田 1878-49	20-3880
5	ウエルシア福知山 昭和新町店	福知山市昭和新町 73 番地	25-3033
6	オレンジ薬局 福知山店	福知山市字前田 1878 番地の 235	45-8701
7	日下丸三堂	福知山市夜久野町額田 1322 番地	37-0016
8	コスモライフ北京都	福知山市東羽合 173 番地	25-1877
9	コメリハード&グリーン丹波三和店	福知山市三和町芦刈 995 番地	59-2032
10	フレッシュバザール 福知山お城通り店	福知山市駅前町 213	23-0001
11	フレッシュバザール 福知山東野パーク店	福知山市字土小字下野 1117 番地の 594	27-3100
12	フレッシュバザール 福知山篠尾新町店	福知山市篠尾新町 2 丁目 103 番地	22-1800
13	フレッシュバザール フレスポ福知山店	福知山市篠尾長ヶ坪 115 番地の 40	23-0011
14	バザールタウン福知山	福知山市字堀小字上高田 2155 番地の 1	24-0310
15	ミニフレッシュ 三和店	福知山市三和町千束 870-1	58-3100
16	ミニフレッシュ 夜久野店	福知山市夜久野町額田 1392 番地 1	37-0300
17	ミニフレッシュ 大江店	福知山市大江町河守 1833	56-1100
18	株式会社三笑堂 福知山営業所	福知山市字前田小字池部 43 番地の 14	20-3410
19	ジャパン福知山東店	福知山市字土 1 番地	27-5858
20	新栄産業	福知山市字榎原 1740 番地	34-1033
21	スーパーセンターPLANT-3 福知山店	福知山市字多保市小字手次 114 番地の 13	45-6800
22	スマイル・サポート	綾部市井倉町東 12 番地の 1	45-3587
23	スリーエス福祉用具サービス	福知山市牧神谷 285 番地 41	25-9777
24	ダスキンヘルスレント北兵庫ステーション	朝来市和田山町枚田 909-3	079-670-2106
25	ダスキンヘルスレント福知山ステーション	福知山市和久市町 195	45-3735
26	タロー薬店	福知山市石原 2 丁目 308 番地	20-5187
27	ドラッグストア コスモス石原店	福知山市石原 2 丁目 13	20-1120

＊次の店舗等において介護用品クーポン券をご利用になれます。

	店 舗 名	住 所	電話番号
28	ドラッグストア コスモス岩井店	福知山市岩井 86-29	25-9066
29	ドラッグストア コスモス福知山駅前店	福知山市駅前町 316	25-5557
30	ドラッグストア コスモス荒河東店	福知山市荒河東町 152	25-0009
31	ドラッグユタカ 福知山厚中店	福知山市厚中町 166 番地	24-2267
32	ドラッグユタカ フレスポ福知山店	福知山市字篠尾 115 番 7	23-3214
33	ドラッグユタカ 福知山前田店	福知山市字前田小字佳屋野 1878 番地の 172	20-5115
34	中川薬局	福知山市西長 25 番地	22-4502
35	広瀬・小谷株式会社	福知山市字荒河小字狭間 4 番 1 の 6	25-3000
36	福大商事株式会社	福知山市三和町みわ小字エコートピア 16 番地の 6	59-2268
37	ふくちやまゆう薬局	福知山市篠尾新町 3 丁目 115 番地	23-6661
38	榎原ゆう薬局	福知山市字榎原小字惣ノ貝 1358・1358-3	34-1125
39	大池坂ゆう薬局	福知山市大池坂町 69	20-1577
40	お城通りゆう薬局	福知山市字内記48番地8	45-8861
41	内記ゆう薬局	福知山市字内記 63 番地 53	23-8018
42	牧ゆう薬局	福知山市字牧小字宮ヶ 491 番地	33-5252
43	株式会社ミストラルサービス	福知山市字長田大野下 2737 番地の 12	20-2221
44	株式会社ルネスアソシエイト	福知山市字天田 107-1	22-1477
45	ニチケアセンター福知山	福知山市末広町6丁目4番地福井ビル1F	25-3437
46	柵屋 藤木薬局	福知山市西中ノ町250	22-2550

安心生活見守り事業



こんなときは！

安心生活見守り事業をご利用ください。



どんな制度？

65歳以上のひとり暮らし、高齢者のみの世帯、65歳以上の高齢者と障害のある方のみで構成される世帯、障害のある方のみで構成される世帯に通報装置を設置する事業です。



内容は？

コールセンターを利用して急病、事故等の緊急時における通報や日常生活における相談に対する助言等を行うために、通報装置を貸与するとともに、定期的な見守りを行い、安心・安全な生活を支援する制度です。（※通話料は無料）

希望者には、オプションサービスで生活見守りセンサー機器の設置を行います。

（利用料 418 円/月）



利用までの流れ

- ① お住まいの担当民生委員さんに相談
- ② 申請（高齢者福祉課または各支所へ）
- ③ 許可・不許可決定
- ④ 許可の場合、緊急発信装置の取り付けを行います。

※申請時には「近隣協力者」1名が必要となります。

※本事業は、固定電話に機器を接続するため、

携帯電話のみ所有の方は対象外となります。

救急医療情報キット配付事業



こんなときは！

救急医療情報キット配付事業をご利用ください。



どんな制度？

かかりつけ医や持病などの医療情報や、診察券、健康保険証(写し)などの情報を専用の容器に入れ、自宅の冷蔵庫に保管し、万一の救急時に救急隊員がその情報を活用し迅速な救命活動等が行えるように備えるものです。



対象は？

65歳以上のひとり暮らし、65歳以上のみの世帯、身体障害者手帳1級又は2級の交付を受けている方、障害者のみ世帯、障害者と高齢者のみ世帯、その他市長が必要と認める方。



キットの中身

- ① 保管容器
- ② ステッカー(玄関ドア用1枚、冷蔵庫用1枚)
- ③ 救急情報シート



配付までの流れ

- ① 市高齢者福祉課へ申込もしくはお住まいの自治会長さんまたは担当民生委員さんへご相談ください。
- ② 申請書と引き換えにキット本体を配付

在宅高齢者介護者支援金事業



どんな制度？

毎年、7月1日または2月1日を基準日として、福知山市にお住まいの要介護4または5と認定され、その状態が6ヵ月以上継続している65歳以上の方を在宅で常時直接介護している家族に支援金を支給します。



所得要件は？

介護者及び要介護者の世帯員全員が非課税であることが要件となります。



内容は？

要介護高齢者一人につき、30,000円/年を支給します。



利用までの流れ

- ① 申請書・承諾書に記入し申請（高齢者福祉課または各支所へ）
 - * 受付期間は、毎年度7月1日～15日または2月1日～15日の2回となります。（どちらか1回限り）
 - * 1日が土・日・祝日の場合は、翌開庁日から受付。

（例：1日が土曜日の場合、（祝日ではない）月曜日である3日～（祝日ではない）月曜日の17日まで）
- ② 許可・不許可決定。
- ③ 対象の場合、指定の口座に振り込まれます。

屋根雪おろし等費用助成金交付事業



そんなときは！

屋根雪おろし等費用助成事業

をご利用ください！



どんな制度？

福知山市にお住まいの方で、積雪量がおおむね70cmを超え、事業者等の第三者に有料で屋根の雪おろし等を依頼された場合に、その費用の一部を助成します。



対象は？

市内在住の市民税非課税世帯で、次のいずれかに該当する世帯です。

- ① 65歳以上の者のみで構成する在宅高齢者世帯
- ② 母子世帯
- ③ 障害者手帳を有する者のみで構成する障害者世帯



内容は？

除雪に要した費用の2分の1(上限額20,000円/年)を助成。



利用までの流れ

- ① 事業者等の第三者に除雪を依頼し、支払い後に、領収書を受け取ってください。
- ② 高齢者福祉課または各支所に、申請書(お住まいの民生委員さんの証明を受けたもの)と領収書の写しを提出してください。
- ③ 市で審査の上、交付(または不交付)の通知書が届きます。
- ④ 交付の通知を受け取った方は、高齢者福祉課または各支所に請求書を提出していただくと、提出後から概ね1か月後に、指定口座に助成金が振り込まれます。

介護支援サポーター制度事業



どんな制度？

介護保険施設等で、介護支援サポーター活動を行っていただき、社会参加・地域貢献活動を通じて、ご自身の介護予防や健康増進等を推進することを目的とするものです。

介護支援サポーターの皆さまには、活動の実績に応じてポイントが貯まり、その貯まったポイント数により換金することができます。



どうしたらサポーターになれるの？

はじめに市が開催している説明会と研修会を受けていただきます。

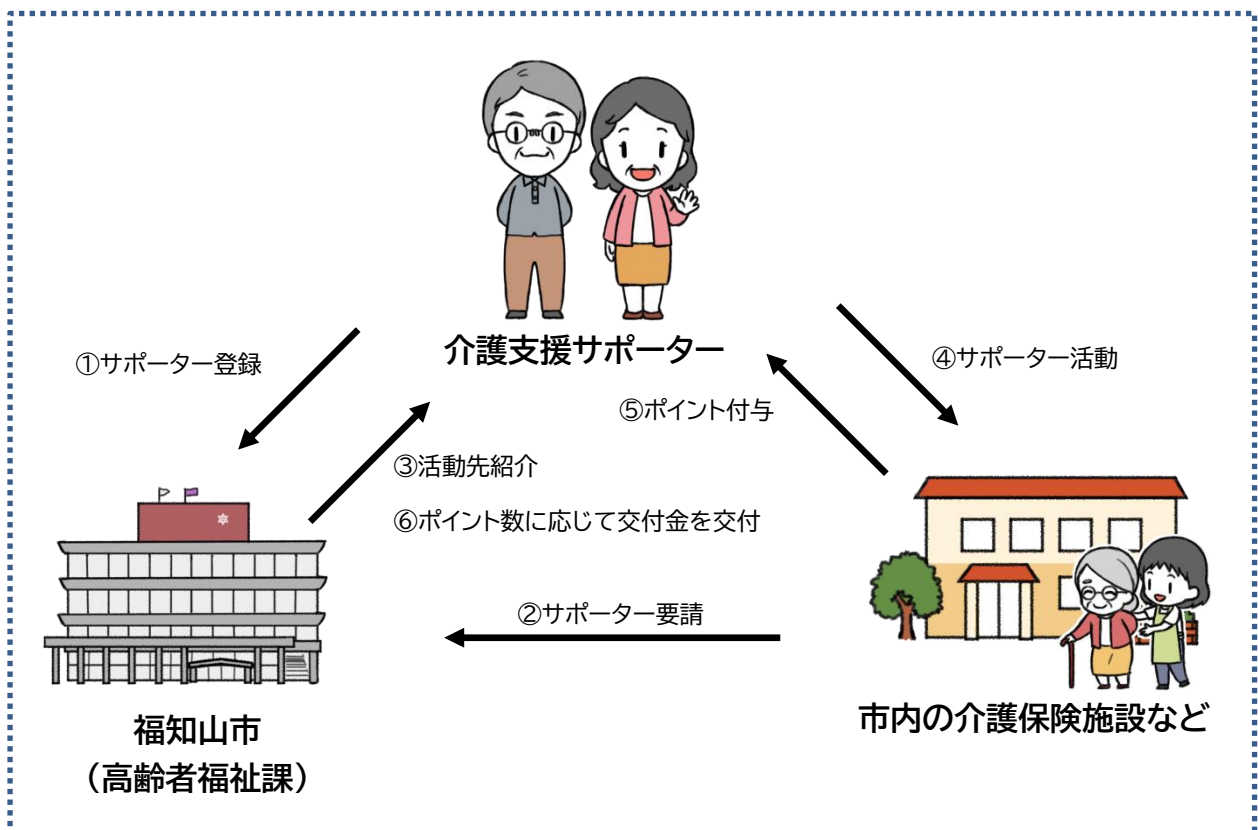
その後に登録手続きを行ってもらいます。

＊サポーターは、福知山市内の65歳以上の方が登録できます。



どんな活動をすればいいの？

介護保険施設等で行う「話し相手、レクリエーションの手伝い、掃除などの軽作業」等、介護の資格がなくてもできる活動となっています。



在宅介護アドバイザー派遣事業



どんな制度？

在宅で高齢者の介護をされている方の介護についての困りごと、悩みごとについて、作業療法士、栄養士、歯科衛生士が自宅を訪問しアドバイスをを行います。



内容は？

利 用 料:無料

派遣時間:9:00~17:00(土・日・祝日除く)

回 数:制限なし



申込対象は？

65歳以上の高齢者を介護している市民の方



利用までの流れ

- ①地域包括ケア推進課へ相談・依頼
- ②アドバイザーによる訪問の実施



たとえば、こんなことで困っていませんか？悩んでいませんか？

◎栄養士には…食事についての相談ができます

- ・トロミをつけた食事はどうしたらいいの？
- ・今の食事内容でいいのかな？

◎作業療法士には…介護の方法についての相談ができます

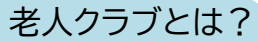
- ・体に負担のかからない介助の方法は？
- ・お風呂の介助はどうしたらいいのかな？

◎歯科衛生士には…歯やお口のことについての相談ができます

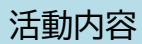
- ・お口のケアはどうすればいいの？
- ・歯の手入れはどうすればいいの？

など

老人クラブ活動

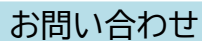


お住まいの各地域で生きがいづくり、健康づくり等の活動をしている高齢者で構成されている団体です。※各地域により組織形態は異なります。



- ・グラウンドゴルフ大会やワナゲ大会等のスポーツ活動
- ・公園や神社等の清掃活動
- ・お花見や新年会等
- ・芸術作品展での作品づくり
- ・近隣市へのバス研修旅行
- ・高齢者同士の見守り支援活動
- ・体操 など

※各地域により活動内容は異なります。



何か活動はしたいけど、なかなか踏み出せずにいる方
誰かと交流したいと思っている方

そんな方は、

ぜひ福知山市老人クラブ連合会(TEL:0773-24-0186)まで！
〈老人クラブ活動事業では、各老人クラブ様へ補助金を交付しています。〉



福知山市オリジナル介護予防体操～貯筋体操～



貯筋体操とは？

高齢者の方でも無理なく体操ができるように考案された、福知山市オリジナルの体操です。「頭が洗いやすくなる体操」や「棚の上の物が取りやすくなる体操」など、日常生活の動きと結び付けた筋力アップができます。



どんな効果がある？

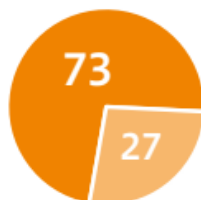
京都府と福知山公立大学が行った調査では、前期・後期高齢者ともに年齢や運動履歴にかかわらず、体力の維持効果が示されました。



柔軟性が
大きく
向上

67～74歳の参加者約
100人の調査
(単位: cm)

「外出が楽しくなった」
と **73** %の人が実感！



体力の低下を
みんなで予防
しましょう！



参加方法

■「健幸いきいき倶楽部」へ参加する場合

市内会場を巡回して、貯筋体操を行っています。

65 歳以上の方なら誰でも参加することができます。

<令和 7 年度健幸いきいき倶楽部スケジュール> ※祝日は休み

		月	火	水	木
第1	午前 (9:45~10:45)	大江支所	夜久野支所	三和支所	桃映地域公民館
	午後 (13:30~14:30)	三岳会館 (R8年からは 川口地域公民館)	小学校区 総合福祉会館 (4月~7月)	六人部地域公民館	小学校区 グリーンピラ夜久野 (4月~7月)
第2	午前 (9:45~10:45)	大江支所	夜久野支所	三和支所	桃映地域公民館
	午後 (13:30~14:30)	三岳会館 (R8年からは 川口地域公民館)	小学校区 総合福祉会館 (4月~7月)	六人部地域公民館	小学校区 グリーンピラ夜久野 (4月~7月)
第3	午前 (9:45~10:45)	大江支所	夜久野支所	三和支所	桃映地域公民館
	午後 (13:30~14:30)	下豊富会館	地域DAY	日新地域公民館	地域DAY
第4	午前 (9:45~10:45)	大江支所	夜久野支所	三和支所	桃映地域公民館
	午後 (13:30~14:30)	下豊富会館	地域DAY	日新地域公民館	地域DAY
第5	午後	-	地域DAY	-	地域DAY

★地域 DAY とは・・・

「貯筋体操をしたいけど、会場まで行けない」「地域の集まりで始めたいけど、やり方が分からない」などのお悩みを、市職員がサポートします。

<サポート内容>

- ・地域の集まりに職員が出向き、貯筋体操を体験(30 分程度)
- ・貯筋体操を継続できる方法を一緒に考えます

<日程> 毎週火・木曜日(祝日を除く)

第 3・4・5 週目の午後、13 時~16 時の間で要相談(予約制)

■自宅でスマホやパソコンを用いて行う場合

①ライブ配信で一緒に体操

ビデオ通話システムZoom(ズーム)で、体操教室の様子をライブ配信しています。

<配信日> 毎週月曜日(14 時 45 分~15 時 45 分)

毎週水曜日(11 時~11 時 30 分)

※第 5 週目・祝日を除く

②動画サイトを見ながら体操

YouTube で貯筋体操の動画を配信しています。いつでも好きな時に体操ができます。

介護保険外施設のご案内

市に申込みいただく施設

養護老人ホーム

おおむね65歳以上の方で、身の回りのことはほぼ自分で行うことができるが、家庭環境や経済的事情等により自宅での生活が困難な方が、入所される施設です。

事業所名	所在地	電話番号
養護老人ホーム三愛荘	猪崎 25 番地の 1	2 3 - 1 4 3 6

生活支援ハウス

市内にお住まいのおおむね60歳以上のひとり暮らし、または夫婦のみの世帯の方等で高齢などの理由により、独立して生活することに不安のある方に対して一定の期間住居を提供します。

事業所名	所在地	電話番号
ほほえみの里	長田 238 番地の 4	2 7 - 0 8 0 0
三和町高齢者生活福祉センター	三和町千束 375 番地	5 8 - 3 8 0 1



施設に直接申込みいただく施設

軽費老人ホーム(高齢者あんしんサポートハウス)

高齢者が食事提供、24時間の見守り等を受け、医療・介護と連携することで高齢者の生活機能維持を図る住まいとして整備している施設です。

事業所名	所在地	電話番号
サポートハウスいわと	宮垣 26・27 番地	3 3 - 3 1 5 5
サポートハウスけいあい	猪崎 31 番地	2 3 - 1 1 0 5

ケ ア ハ ウ ス

60歳以上の方、または60歳以上の配偶者を有する方で身体機能の低下または高齢等のため独立して生活をするには不安のある方が自立した生活を送れるよう支援する入所施設です。

事業所名	所在地	電話番号
厚ニコニコハウス	厚中町 200 番地	2 3 - 2 5 1 5
グリーンビラ夜久野	夜久野町平野 1030 番地	3 8 - 1 0 3 6
三愛荘	猪崎 25 番地の 1	2 3 - 1 4 3 6
サンヒルズ紫豊館	榎原 180 番地の 2	3 4 - 0 5 5 7
ニコニコハウス	牧 250 番地の 5	3 3 - 3 7 7 0

有料老人ホーム

高齢者を対象とした住宅に食事の提供や日常生活上の便宜を供与する事業を行う施設です。

事業所名	所在地	電話番号
メゾンパルテール福知山	北本町 107 番地の 1	2 2 - 3 6 7 7

サービス付き高齢者向け住宅

バリアフリー構造等高齢者にふさわしい住宅性能と安否確認等安心できる見守りサービスを備えた、高齢者単身・夫婦世帯が居住できる賃貸等の住まいです。

事業所名	所在地	電話番号
南風館	駅南町 2 丁目 265 番地	2 2 - 3 3 0 6





平成20年3月製作・発行

令和 7年 4 月 改 定

福知山市健康福祉部 高 齢 者 福 祉 課

TEL:(0773)24-7072

TEL:(0773)48-9517

地域包括ケア推進課

TEL:(0773)24-7073

〒620-8501 福知山市字内記13番地の1