

一般介護予防事業

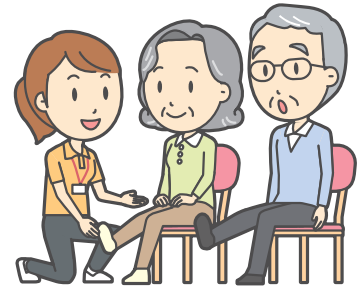
けんこう

■ 健幸いきいき倶楽部(集約型事業)

健康づくり・介護予防・認知症予防のため、市が指定する会場で貯筋体操教室を開催します。

- 実施内容 福知山市オリジナル介護予防体操「貯筋体操」を実施(1時間程度)
- 対象者 市内在住の65歳以上
- 利用料 無料

※自宅等から貯筋体操教室に参加できるように、Zoomを活用したオンライン体操教室も開催します。詳細は、高齢者福祉課(TEL:0773-24-7072)まで。



■ 体操指導者の派遣(出向き型事業)

地域活動団体が行う貯筋体操教室に、体操指導者を派遣します。

- 実施内容 福知山市オリジナル介護予防体操「貯筋体操」を実施(1時間程度)
- 対象者 市内在住の65歳以上の高齢者を含む団体(5人以上)
- 利用料 無料
- 実施会場 団体が希望する場所
- 申込方法 高齢者福祉課(TEL:0773-24-7072)まで。



■ 体操指導者の育成・フォローアップ

体操指導者の増員やスキルアップをめざして、育成等を行います。

- 実施内容 体操指導者の育成・フォローアップ講座を開催
- 対象者 体操指導者として活動を希望する人
- お問い合わせ 高齢者福祉課(TEL:0773-24-7072)まで。



■ 普及啓発事業

地域活動団体が行う活動に、専門職等を派遣し、健康づくり・介護予防・認知症予防等に関する知識の普及啓発を行います。

- 実施内容 団体の希望により、健康づくり、認知症予防、口腔、栄養、体操等の講座を開催
- 対象者 市内在住の65歳以上の高齢者の団体
- 利用料 無料
- 実施会場 団体が希望する場所
- 申込方法 地域包括ケア推進課TEL:0773-48-9258まで。



費用の支払い

●介護保険サービスの利用には上限額があります

介護保険サービスは、要介護度ごとに1か月に1～3割負担で利用できる金額に上限(利用限度額)が設けられています(右表)。限度額を超えてサービスを利用した分は全額自己負担になります。

■主な在宅サービスの利用限度額(1か月)

要介護度	利用限度額	要介護度	利用限度額
要支援1	50,320円	要介護1	167,650円
要支援2	105,310円	要介護2	197,050円
		要介護3	270,480円
		要介護4	309,380円
		要介護5	362,170円

●施設サービスを利用したときの費用

施設サービス費の自己負担分(1～3割)に加え、居住費・食費・日常生活費を支払います。

施設サービス費の1～3割 + 居住費(滞在費) + 食費 + 日常生活費(理美容代など) = 自己負担

居住費と食費については、施設の平均的な費用をもとに、基準費用額が定められています。実際の費用は施設と利用者との契約により決められます。

居住費・食費の基準費用額(1日あたり)

変更ポイント

★令和8年8月より1,545円に変更されます。

居住費(滞在費)				食費
ユニット型個室	ユニット型個室的多床室	従来型個室	多床室	
2,066円	1,728円	1,728円(1,231円)	437円(915円)	1,445円*

()内の金額は、介護老人福祉施設に入所した場合または短期入所生活介護を利用した場合の額です。

●所得が低い方は、居住費と食費の負担が軽くなります

所得が低い方に対しては、所得に応じた自己負担の上限(限度額)が設けられており、これを超える利用者負担はありません。超えた分は「特定入所者介護サービス費」として、介護保険から給付されます。

○給付を受けるには、市区町村への申請が必要です。

居住費・食費の自己負担限度額(1日あたり)

変更ポイント

★令和8年8月より82.65万円に変更されます。

利用者負担段階	所得の状況 ^{*1}	預貯金等の資産 ^{*2} の状況	居住費(滞在費)				食費施設
			ユニット型個室	ユニット型個室的多床室	従来型個室	多床室	
令和8年7月まで	生活保護受給者の方等	要件なし	880円	550円	550円(380円)	0円	300円
	1 世帯全員が市民税非課税 高齢福祉年金受給者の方	単身:1,000万円以下 夫婦:2,000万円以下					
	2 前年の合計所得金額+年金収入額が80.9万円*以下の方	単身:650万円以下 夫婦:1,650万円以下	880円	550円	550円(480円)	430円	390円【600円】
	3-① 前年の合計所得金額+年金収入額が80.9万円*超120万円以下の方	単身:550万円以下 夫婦:1,550万円以下	1,370円	1,370円	1,370円(880円)	430円	650円【1,000円】
3-② 前年の合計所得金額+年金収入額が120万円超の方	単身:500万円以下 夫婦:1,500万円以下	1,370円	1,370円	1,370円(880円)	430円	1,360円【1,300円】	
令和8年8月から	生活保護受給者の方等	要件なし	880円	550円	550円(380円)	0円	300円
	1 世帯全員が市民税非課税 高齢福祉年金受給者の方	単身:1,000万円以下 夫婦:2,000万円以下					
	2 前年の合計所得金額+年金収入額が82.65万円*以下の方	単身:650万円以下 夫婦:1,650万円以下	880円	550円	550円(480円)	430円	390円【600円】
	3-① 前年の合計所得金額+年金収入額が82.65万円*超120万円以下の方	単身:550万円以下 夫婦:1,550万円以下	1,370円	1,370円	1,370円(880円)	430円	680円【1,030円】
3-② 前年の合計所得金額+年金収入額が120万円超の方	単身:500万円以下 夫婦:1,500万円以下	1,470円	1,470円	1,470円(980円)	530円	1,420円【1,360円】	

令和8年7月まで

令和8年8月から

- 【 】内の金額は、短期入所生活介護または短期入所療養介護を利用した場合の金額です。
 ()内の金額は、介護老人福祉施設に入所した場合または短期入所生活介護を利用した場合の額です。
- ※1 住民票上世帯が異なる(世帯分離している)配偶者(婚姻届を提出していない事実婚も含む。DV防止法における配偶者からの暴力を受けた場合や行方不明の場合等は対象外)の所得も判断材料とします。
 - ※2 【預貯金等に含まれるもの】資産性があり、換金性が高く、価格評価が容易なもの。
 - *第2号被保険者は、利用者負担段階に関わらず、預貯金等の資産が単身:1,000万円以下、夫婦:2,000万円以下であれば支給対象となります。
 - ※介護保険からは、国が示した標準的な金額と各施設が設定した金額を比較し、低い方の額と負担限度額との差額を給付します。
 - ※負担軽減がない方でも、特例で利用者負担第3-①、②段階になる場合があります。(特例減額措置)

●手続き等についてご注意ください

- 平成27年度の介護保険法改正により、負担限度額認定の申請書様式及び添付書類等の申請手続きが変更になりました。(申請書に配偶者の有無や預貯金額等の申告記載欄の新設や添付書類として預貯金等の通帳の写し及び預貯金調査の同意書の提出など)
- 審査については本人の申告に基づき行いますが、市は金融機関への照会を行うことがあります。偽りの申告等による不正受給に対しては、給付した特定入所者介護サービス費の額の返還に加えて、加算金を課すペナルティが設けられています。

●社会福祉法人等による生計困難な人に対する利用者負担の軽減

生計が困難な方が、社会福祉法人が提供するサービスを利用した場合に、その利用者負担等が軽減される制度です。

対象となる方	軽減割合
世帯全員が住民税非課税で本人が老齢福祉年金受給者	介護保険の利用負担額(1割負担分)、食費及び居住費を50/100軽減
生活保護受給者 (介護保険の被保険者でない者を含む)	個室の居住費にかかる利用者負担額を100/100軽減
上記以外の方で、次の要件を全て満たす、特に生計困難な方 <ul style="list-style-type: none"> ●世帯全員が住民税非課税であること ●年間収入が単身世帯で150万円以内 (世帯員が1人増えるごとに50万円加算した額以内) ●預貯金額等が単身世帯で350万円以内 (世帯員が1人増えるごとに100万円加算した額以内) ●日常生活に供する資産以外に活用できる資産がないこと ●負担能力のある親族等に扶養されていないこと ●介護保険料を滞納していないこと 	介護保険の利用負担額(1割負担分)、食費及び居住費を25/100軽減

対象となるサービス

訪問介護、通所介護、短期入所生活介護、夜間対応型訪問介護、認知症対応型通所介護、小規模多機能型居宅介護、看護小規模多機能型居宅介護、地域密着型通所介護、介護予防短期入所生活介護、介護予防認知症対応型通所介護、介護予防小規模多機能型居宅介護、地域密着型介護老人福祉施設入居者生活介護、介護福祉施設サービス、定期巡回・随時対応型訪問介護看護、第1号訪問事業のうち介護予防訪問介護に相当する事業及び第1号通所事業のうち介護予防通所介護に相当する事業(自己負担割合が保険給付と同様のもの)

※特定入所者介護サービス費(負担限度額認定)の対象外となる施設入所者等(介護福祉施設サービス、地域密着型介護老人福祉施設入居者生活介護、短期入所生活介護、介護予防短期入所生活介護のサービスを受給している方)の食費及び居住費は社福軽減制度の対象外となります。

●訪問介護等を利用される人の利用者負担の軽減

障害者総合支援法によるホームヘルプサービスの利用において、生活保護法による被保護世帯の境界層該当として定率負担額が0円となっている方の利用者負担を軽減します。

対象者	軽減内容
年齢が65歳に到達する日以前のおおむね1年の間に障害者施策によるホームヘルプサービスを利用していた人で、年齢が65歳に到達したことで介護保険の対象となった要介護者等	0% (全額免除) ただし、障害者総合支援法における境界層の該当でなくなった場合、以後は軽減対象とならない
特定疾病によって生じた身体又は精神上的の障害が原因で、要介護又は要支援の状態となった40歳から64歳までの方	

対象となるサービス

訪問介護、夜間対応型訪問介護及び第1号訪問事業のうち介護予防訪問介護に相当する事業 (自己負担割合が保険給付と同様のもの)

●離島等地域における特別地域加算に係る利用者負担の軽減

社会福祉法人等で離島等地域にある事業所が提供する訪問介護、定期巡回・随時対応型訪問介護看護、夜間対応型訪問介護、小規模多機能型居宅介護、看護小規模多機能型居宅介護、介護予防小規模多機能型居宅介護及び第1号訪問事業のうち介護予防訪問介護に相当する事業 (自己負担割合が保険給付と同様のもの) は、15%の割増になるため、利用料を軽減するものです。

対象者	軽減内容
利用者本人が住民税非課税で、離島等地域にある事業所の訪問介護等を利用した場合	15%の特別地域加算をされた介護報酬について、利用者負担を10%から9%に軽減

※離島等地域の特別地域加算対象地域…金山、三岳、金谷、雲原、三和町全域、夜久野町全域、河守上、河東、有路下

※この制度が利用できる市内の申出対象事業所は岩戸ホームです。

※この制度は、他の軽減制度と併用はできません。

●中山間地域等の地域における加算に係る利用者負担の軽減

社会福祉法人等で中山間地域等の地域に所在する小規模の事業所が提供する訪問介護、定期巡回・随時対応型訪問介護看護、夜間対応型訪問介護、小規模多機能型居宅介護、看護小規模多機能型居宅介護、介護予防小規模多機能型居宅介護及び第1号訪問事業のうち介護予防訪問介護に相当する事業 (自己負担割合が保険給付と同様のもの) は、10%の割増になるため、利用料を軽減するものです。

対象者	軽減内容
利用者本人が住民税非課税で、中山間地域等の地域に所在する小規模の事業所の訪問介護等を利用した場合	10%の加算をされた介護報酬について、利用者負担を10%から9%に軽減

※中山間地域等の加算対象地域…福知山市全域です。

※小規模の事業所…(例) 訪問介護の場合、訪問回数が200回以下/月の事業所です。

※この制度は、他の軽減制度と併用はできません。

●高額介護サービス費(利用料の自己負担額が高額になった場合)
 1か月間の介護サービス利用料(利用者1割から3割負担分)が一定額以上となった場合に払い戻します。(施設サービス等の食費、居住費、日常生活費、在宅サービスの福祉用具購入費、住宅改修費の利用者負担額については高額介護サービス費の対象となりません。)

変更ポイント

★令和8年8月より82.65万円に変更されます。

自己負担の限度額(月額)

区分	限度額
課税所得690万円(年収約1,160万円)以上の方	140,100円(世帯)
課税所得380万円以上690万円未満(年収約770万円以上約1,160万円未満)の方	93,000円(世帯)
住民税課税世帯で課税所得380万円(年収約770万円)未満の方	44,400円(世帯)
世帯全員が住民税非課税	24,600円(世帯)
・老齢福祉年金受給者の方	24,600円(世帯)
・前年の合計所得金額 + 課税年金収入額が80.9万円★以下の方等	15,000円(個人)
生活保護受給者の方等	15,000円(個人)

高額介護サービス費の支給申請は、原則として一度の申請で足りません。申請時に、被保険者証、振込みを希望する金融機関口座が分かるものが必要です。

※申請日より過去2年以内の利用分について、さかのぼって払い戻しを受けることができます。
 ※同一世帯の利用者が支払った1か月ごとの利用者負担額の合計が上限を超えた場合も対象になります。
 ※振込口座等の変更が生じた時は、再度の申請が必要です。

●高額医療合算介護サービス費(介護と医療の自己負担が高額になった場合)
 介護サービス利用料が高額になった場合は介護保険から月額の限度額を超える分が「高額介護サービス費」として支給され、医療費が高額になった場合は国保や社保などの医療保険から月額の限度額を超えた分が「高額療養費」として支給されています。

さらに、自己負担額を軽減するために、同一世帯で介護サービス利用料と医療費の両方の自己負担が高額になった場合に、両方の制度の自己負担限度額を適用したうえで、それぞれの自己負担額を合算し、定められた年額の限度額を超えた分が「高額医療合算介護サービス費」として支給されます。

通常の高額介護サービス費とは、制度が異なるため、別に申請が必要です。

介護サービス利用料が高額になった場合
 (介護保険)月額の限度額を超えた分が「高額介護サービス費」として支給されます。

医療費が高額になった場合
 (国保や社保など)月額の限度額を超えた分が「高額療養費」として支給されます。

介護サービス利用料と医療費の両方が高額になった場合それぞれの自己負担を合算して、年額の限度額を超えた分が「高額医療合算介護サービス費」として支給されます。

●支給対象者要件などは次のとおりです

支給対象者	医療保険・介護保険の両方の自己負担額がある場合で、国保は世帯主に支給し、社保等・後期高齢者医療及び介護保険では被保険者に支給
支給対象期間	1年間(8月1日～翌年7月31日)の合計
支給額	期間内の医療保険と介護保険の自己負担額を合算して、世帯の負担限度額を超えた額 ・世帯の1か月の自己負担額は、高額療養費、高額介護サービス費の支給額を控除する。 ・高額療養費、高額介護サービス費の支給が未申請の場合は、これらを支給したものと仮定した自己負担額を対象とする。

※合算は世帯ごとに行います。ただし同一世帯でも、国保、社保、後期高齢者医療では、それぞれ別計算します。

●所得や年齢に応じて限度額が違います
 高額医療合算介護サービス費の限度額は所得や年齢に応じて異なります。表の限度額(年額)を超えたときに、その超えた額について、医療保険と介護保険で自己負担した金額に応じて支給額を按分した金額で、医療保険と介護保険からそれぞれ支給されます。(別表1、2)
 ただし、限度額を超えた額が500円未満の場合は支給されません。

(別表1)
 70歳以上の方・後期高齢者医療制度の対象者

区分		限度額
現役並み 所得者	690万円以上	212万円
	380万円以上690万円未満	141万円
	145万円以上380万円未満	67万円
一般(住民税課税世帯の方)		56万円
低所得者(住民税非課税世帯の方)		31万円
世帯の各収入から必要経費・控除を差し引いたときに所得が0円になる方(年金収入のみの場合80万円以下の方)		19万円

※区分の基準額は今後変更になる場合があります。

別表1の所得区分表

現役並み 所得者	同一世帯に一定以上(課税所得145万円以上)の所得がある70歳以上の人または後期高齢者医療制度の対象者がいる方 (例)単身世帯の場合(年金+給与収入等)年収383万円以上
低所得者Ⅱ	世帯全員が住民税非課税の方
低所得者Ⅰ	世帯全員が住民税非課税で所得が一定基準以下の人 (例)年金受給額80万円以下など
一般	上記以外の人

(別表2)
 世帯の負担限度額

所得区分	社会保険等または国民健康保険+介護保険 (70歳未満)
基礎控除後の所得が901万円超	212万円
基礎控除後の所得が600万円超～901万円以下	141万円
基礎控除後の所得が210万円超～600万円以下	67万円
基礎控除後の所得が210万円以下	60万円
住民税非課税	34万円

地域包括支援センター

地域包括支援センターは、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。

以下のような業務をしていますので、お近くのセンターにお気軽にご相談ください。

さまざまな相談事(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ずお困りの場合は、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人への成年後見制度などの活用を支援します。

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。

要支援1・2と認定された人への支援

要支援1・2の人が、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。

認知症に関する取り組みも行っています！

- ・認知症サポーター養成講座の開催
- ・認知症カフェの紹介
- ・認知症ケアパスの設置
- ・SOSネットワーク事前登録制度の申請受付 等

名称	所在地	電話番号・FAX番号
南陵地域包括支援センター	内記13-1(市役所1階地域包括ケア推進課)	電話 48-9252 FAX 22-9073
桃映地域包括支援センター	堀2077番地の1(桃映地域公民館内)	電話 48-9525 FAX 48-9525
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 FAX 45-3073
成和地域包括支援センター	内記13-1(市役所1階地域包括ケア推進課)	電話・FAX 45-3906
川口地域包括支援センター	野花870(川口地域公民館内)	電話・FAX 45-3904
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
夜久野地域包括支援センター	夜久野町額田19-2(夜久野ふれあいプラザ内)	電話 37-1108 FAX 37-5002
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 FAX 58-3013
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 FAX 56-2018

認知症を正しく理解しましょう

認知症って
どんな
病気？

認知症は、加齢によるもの忘れがひどくなった状態や心の病気と混同されがちですが、脳の細胞が死んでしまったり、働きが悪くなったりすることで、生活する上で支障が出てくる状態のことをいいます。

認知症は、誰にでもおこりうる「脳の病気」です。加齢によるもの忘れや心の病気と混同されることもあるので、心配なときはかかりつけ医を受診しましょう。

▼認知症と老化によるもの忘れとの違い

認知症

物忘れの自覚がない



ご飯を食べたことなど体験したこと自体を忘れる



判断力が低下する



時間や場所、人との関係が分からなくなる



老化によるもの忘れ

物忘れの自覚はある



ご飯のメニューなど体験の一部を忘れる



判断力の低下は見られない



時間や場所、人との関係などは分かる



認知症の
サインに
気づいたら

認知症は原因によっては、早期に発見して適切な対応をとることで治療や進行を抑えることが可能です。認知症のサインに気づいたら早急に「もの忘れ外来」や「認知症外来」を行っている専門医もしくはかかりつけ医に相談しましょう。



認知症のサイン

- ゴミを出す曜日や時間が分からない、間違える
- 約束の日時や場所を間違えることが多くなった
- 同じ事を何度も言ったり聞いたりする
- 置き忘れ・紛失が多くなった
- 物の名前が出てこなくなった
- 季節に合わない服装をしている
- 着替えや身だしなみ、入浴などを面倒くさがってやらなくなった
- 調理などを順序立てて行うことができなくなった
- 日課をしなくなった
- ささいなことで怒りっぽくなった

など



どんな病院にかかればいいの?

認知症はうつ病や難聴などとも混同されやすいので、適切な治療を受けるためには専門医にかかるのが理想です。認知症の診断は、精神科や神経内科、脳神経外科などの診療科で受けられます。「もの忘れ外来」や「認知症外来」を行っている病院もあるので、本人を連れて行くのが難しい場合は、まずは家族の方だけでも相談してみましょう。

■福知山市の認知症専門医療機関

医療機関名	所在地(福知山市)	電話番号(0773)
市立福知山市民病院(もの忘れ外来)	厚中町231番地	22-2101
クリニックまほら	駅南町2丁目188	22-6123
もみじヶ丘病院	荒木3374番地	22-2288
京都ルネス病院(認知症外来)	末広町4丁目13番地	22-3550
ふくちやま協立診療所	字土1番地	20-2666

専門医にかかるのが不安なときは

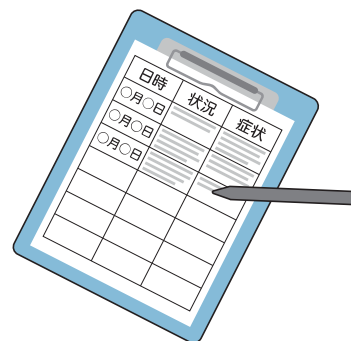
いきなり専門医にかかることに抵抗がある場合は、まずかかりつけ医へ相談してみましょう。本人の身体の状態や病歴、普段の様子も把握しているので、認知症の疑いがあると判断された場合には適切な専門医を紹介してもらえます。

また、地域の高齢者についての総合相談窓口である「地域包括支援センター」に相談してみるのもいいでしょう。

受診するときのポイント

認知症の症状のあらわれ方には個人差があり、お医者さんの前では比較的是っきりと受け答えができる場合もあります。

ありのままの姿を伝えるために日頃からどのような症状が出ているのかをメモしておきましょう。



いつごろからどのような変化や症状が出てきたのか、生活習慣、既往歴などもなるべく具体的に書いて伝えましょう。

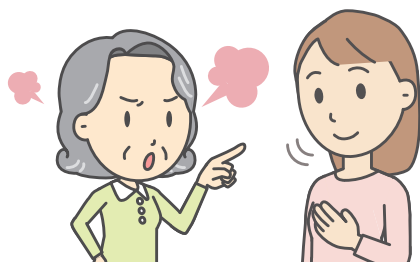
認知症の方への接し方

認知機能が低下することで、いろいろなことが分からなくなっているようでも、その人らしさや感情が無くなっているわけではありません。

関わり方次第では介護者を悩ませる周辺症状の多くを和らげることができます。

ポイント

①気持ちによりそい 自尊心を傷つけない



まずは「そうですね」と一度受け入れることから始めましょう。

②本人のペースにあわせる



環境が変わることは症状を悪化させると言われています。なじみの環境を保つことも大切です。

③笑顔でにこやかに接する



認知症の方の抱える不安をやわらげ、寂しい思いをさせないためにスキンシップも大切です。

具体的な例

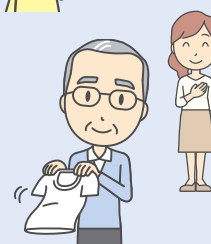
● 言ったことや聞いたことが覚えられない

- ・記憶障害が主な症状であることを周りが理解する。
- ・同じ話であることを指摘したり、修正しようとしたりしない。



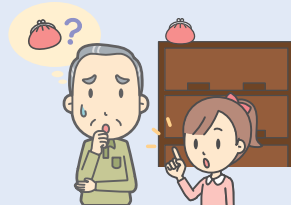
● できないことが増えてくる

- ・ゆっくり短い言葉で一言ずつ伝える。
- ・声掛けをしながら自分でできることはしてもらい、自信をつけてもらう。
- ・近所や周囲の人にあらかじめ状況を話し、理解や協力を得る。



● 普段の生活の中で

- ・物の置き場所が分からなくなったときは、責めずに一緒に探す。
- ・物や部屋の位置が分かるようにメモを貼る。
- ・薬の飲み忘れがある場合、薬をカレンダーに貼る、薬カレンダーを利用する。



認知症の介護に絶対はありませんし、今日うまくいった対応が明日もうまくいくとは限りません。「こうすべき」、「こうしてはいけない」とあまり思い込まずに関わり方のヒントとして参考にしてください。

事業所一覧

福知山市内の指定居宅介護支援事業所（ケアマネジャーがいる事業所）

※順不同

事業所名	所在地 (福知山市)	電話番号 市外局番 (0773)
岩戸ホーム	620-0984 字猪野々31番地の1	33-3155
福富士会居宅介護支援事業所(京都ルネス病院)	620-0054 末広町4丁目13番地	22-3550
コアライフ	620-0058 字厚235番地	23-0255
厚ニコニコハウス	620-0056 厚中町200番地	23-2515
居宅介護支援事業所ほっぷ	620-0063 荒河新町82番地	21-4389
居宅介護支援事業所さくら苑	620-0879 字堀3374番地	22-2120
三愛荘居宅介護支援事業所	620-0017 字猪崎25番地の1	23-3580
サンヒルズ紫豊館	620-0962 字榎原180番地の2	34-0557
京都保健会ほっとステーションきぼう	620-0808 字土1番地	20-4157
ニコニコ介護支援ルーム	620-0913 字牧250番地の5	33-3770
駅南ニコニコハウス	620-0940 駅南町2丁目270番地	23-2166
空心福祉会ケアプランセンター	620-0000 字天田14番地の1	25-1145
福知山市居宅介護支援事業所ほほえみの里	620-0845 字長田小字松山下238番地の4	27-0800
福知山市社会福祉協議会	620-0035 字内記10番地の18	23-1333
栄光サービスセンター	620-0035 字内記48番地の7	22-1272
居宅介護支援センター豊の郷	620-0952 字大門900番地	23-4072
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	620-0940 駅南町2丁目270番地 駅南ニコニコハウス2階	24-2165
コスモライフ北京都	620-0933 東羽合町173番地	25-1875 フリーダイヤル 0120-70-2948
福知山市社会福祉協議会三和支所	620-1442 三和町千束515番地	58-3713
夜久野介護センター	629-1322 夜久野町平野1030番地	38-1035
ハートケア居宅介護支援事業所	629-1304 夜久野町額田1393番地の1	37-1080
大江在宅介護支援センター	620-0324 大江町二俣1607番地	56-1985
ケアプランセンターかなや三丁目	620-0303 大江町金屋724番地	56-5000

- 令和8年4月現在、福知山市内の指定事業所をあげています。
- これ以外にも、市外の施設や事業所でも申請の代行等を依頼することができます。
- 市の高齢者福祉課や各支所でも申請を受け付けます。
- 指定事業者は増減することがあります。最新の指定業者の情報は、市の高齢者福祉課に確認ください。
(☎0773-24-7013)

〈広告〉



安心できる在宅生活のためのプランを一緒に考えます

ケアマネジャー

ミストラル居宅介護支援事業所

綾部市栗町土居ノ内31

TEL.0773-20-2230 FAX.0773-47-5335

株式会社 ミストラルサービス

認知症を正しく
理解しましょう

事業所
一覧

福知山市内の介護保険サービス事業所

●在宅 訪問系 (予防サービス含む)

※順不同

事業所名	所在地 (福知山市)	電話番号 市外局番 (0773)	訪問介護	訪問入浴介護	訪問看護	訪問リハビリ	訪問介護相当サービス	訪問型サービスA
京都保健会ほっとステーション きぼう	620-0808 字土1番地	20-4155			●			
ニチケアセンター福知山	620-0054 末広町6丁目4番地 福井ビル1F	25-3437	●					
福知山市社会福祉協議会 訪問介護事業所	620-0035 字内記10番地の18	23-1333	●				●	●
// 訪問入浴介護事業所	620-0035 字内記10番地の18	23-1333		●				
栄光サービスセンター	620-0035 字内記48番地の7	22-1272	●				●	●
福富士会訪問リハビリテーション (京都ルネス病院)	620-0054 末広町4丁目13番地	22-3550				●		
福富士会訪問看護 (京都ルネス病院)	620-0054 末広町4丁目13番地	23-6366			●			
アスケア訪問入浴福知山	620-0940 駅南町3丁目101 アルファニュービルA号	050-3317- 7322(局番なし)		●				
市立福知山市民病院	620-8505 厚中町231番地	22-2101				●		
三愛荘指定訪問介護事業所	620-0017 字猪崎25番地の1	23-1690	●				●	●
ニコニコハウスヘルパー ステーション	620-0913 字牧250番地の5	33-3770	●				●	●
訪問看護ステーションすまいる	620-0913 字牧490番地 渡辺医院2階	33-0303			●			
サンヒルズ紫豊館	620-0962 字榎原180番地の2	34-0557	●				●	●
岩戸ホーム	620-0984 字猪野々31番地の1	33-3155	●				●	

(広告)

ホームヘルパーといえ
ばミストラルにお任せ下さい

訪問介護

**ミストラル
介護センター**

福知山市前田新町20-2
TEL.0773-20-2221
FAX.0773-20-2224

株式会社 ミストラルサービス

いきるをささえる

訪問看護
リハビリテーション

居宅介護支援事業

訪問看護
ステーション

ほっぷ

福知山市荒河新町82番地
TEL.①0773-45-6667 ②0773-21-4389
FAX.0773-21-4389




事業所名	所在地 (福知山市)	電話番号 市外局番 (0773)	訪問介護	訪問入浴介護	訪問看護	訪問リハビリ	訪問介護相当サービス	訪問型サービスA
訪問看護ステーションいわと	620-0984 字猪野々31番地の1	33-3155			●			
ミストラル介護センター	620-0866 前田新町20-2	20-2221	●				●	●
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	620-0940 駅南町2丁目270番地 駅南ニコニコハウス2階	24-2165	●				●	
コアライフ	620-0058 字厚235番地	23-0255	●				●	●
福知山市社会福祉協議会三和支所 訪問介護事業所	620-1442 三和町千束515番地	58-3713	●				●	●
訪問看護ステーションほっぷ	620-0063 荒河新町82番地	21-4389			●			
訪問看護ステーションみわの里	620-1442 三和町千束375番地	58-3101			●			
福知山市社会福祉協議会 夜久野支所	629-1322 夜久野町平野1030番地	38-0611	●				●	●
訪問看護ステーションおおえ	620-0301 大江町河守186番地	56-0101			●			
福知山市社会福祉協議会大江支所	620-0301 大江町河守252番地	56-0224	●				●	●
訪問看護ステーションいすず	620-0324 大江町二俣1607番地	56-1981			●			
町の訪問かいご屋さん あず鬼	620-0342 大江町南有路1393番地	21-6214	●				●	●
こもれび	620-0846 字長田785番地	27-6508			●			
訪問リハビリテーション 「さくら苑」	620-0879 字堀小字大岩谷 3374番地	22-2120				●		
南風訪問介護事業所	620-0888 字堀小字宮ノ下 2415番地の6	25-1234	●				●	●
訪問看護ステーションCOCO	620-0857 字土師1776番地の216	45-7555			●			
訪問看護ステーションFINE	620-0940 駅南町3丁目57番地 駅南第1ビル1階	51-0071			●			
訪問看護ステーションLink	620-0867 字前田1462番地の5	27-0007			●			

〈広告〉

町の訪問かいご屋さん

あず鬼

住み慣れた家で
いつまでも暮らしたいから。
そんな想いをカタチにします。



身体介護
買物同行
入浴介助・身体清拭
食事介助
おむつ交換・トイレ誘導・着脱介助



生活援助
掃除
調理・調理補助
買物代行
洗濯・布団干し

—想いをかたちに—

challenge
unconventional
creative

株式会社
Chacotive3

福知山市大江町南有路1393番地
TEL 0773-21-6214
FAX 0773-21-4951

HP instagram

●在宅 通所系・短期入所（予防サービス含む）

※順不同

事業所名	所在地 (福知山市)	電話番号 市外局番 (0773)	通所介護	通所リハビリ	短期入所生活介護	短期入所療養介護	通所介護相当サービス
特別養護老人ホームにれの木園	620-0000 字天田14番地の2	24-1015			●		
老人保健施設さくら苑	620-0879 字堀3374番地	22-2120		●		●	
通所リハビリテーションあすろ	620-0879 字堀3374番地	23-7177		●			
三愛荘指定通所介護事業所	620-0017 字猪崎25番地の1	23-2346	●				●
特別養護老人ホーム三愛荘	620-0017 字猪崎25番地の1	23-1436			●		
ニコニコハウス デイサービスセンター	620-0913 字牧250番地の5	33-3770	●				●
土ニコニコハウス デイサービスセンター	620-0808 字土60番地	20-2515	●				●
駅南ニコニコハウス	620-0940 駅南町2丁目270番地	23-2166	●				●
南風デイサービスセンター	620-0940 駅南町2丁目265番地	22-3306					●
リハビリデイサービス たけのこ福知山店	620-0055 篠尾新町2丁目85	22-8900					●
老人保健施設第一緑風苑	620-0856 土師宮町2丁目173番地	27-6100		●		●	
デイサービス豊の郷	620-0952 字大門900番地	23-4072	●				●
ショートステイ豊の郷	620-0952 字大門900番地	23-4072			●		
サンヒルズ紫豊館	620-0962 字榎原180番地の2	34-0557	●		●		●
岩戸ホーム	620-0984 字猪野々31番地の1	33-3155	●		●		●
ショートステイきらら	620-0212 字行積141番地	36-0255			●		
厚デイサービスセンター	620-0059 厚東町74番地の1	22-5000	●				●
ミストラルもえぎの里	620-0801 字戸田743番地の4	27-4844	●				●
清水の園デイサービスセンター	620-0933 東羽合町127番地の2	25-4460	●				
福知山市デイサービスセンター ほほえみの里	620-0845 字長田小字松山下238 番地の4	27-0800	●				●

〈広告〉

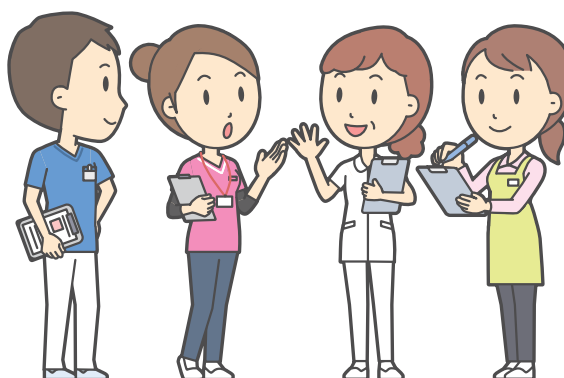
あっとホームな雰囲気
ゆっくりお過ごしできます

1日型デイサービス

**ミストラル
もえぎの里**

福知山市字戸田743-4
TEL.0773-27-4844
FAX.0773-27-4866

株式会社 ミストラルサービス



事業所名	所在地 (福知山市)	電話番号 市外局番 (0773)	通所介護	通所リハビリ	短期入所生活介護	短期入所療養介護	通所介護相当サービス
晴風ショートステイ	620-0836 字大内3173番地の1	20-2750			●		
デイサービス プラトール	620-0855 土師新町2丁目86番地の2	20-1077					●
えるむショートステイ	620-0947 旭が丘92番地の2	45-3651			●		
ふくちやま協立診療所 通所リハビリテーションきずな	620-0807 字土1番地	45-8722		●			
日新デイサービスセンター	620-0859 桔梗が丘1丁目6番地の3	20-5100	●				
リハプライド福知山	620-0000 字堀小字草木2311番地の4	45-8915	●				●
福知山市三和町 高齢者生活福祉センター	620-1442 三和町千束375番地	58-3801	●				●
橘	620-1442 三和町千束824番地	58-3339			●		
特別養護老人ホーム みわの里短期入所	620-1424 三和町友淵79番地の132	59-2525			●		
夜久野デイサービスセンター	629-1322 夜久野町平野1030番地	38-1031	●				●
グリーンビラ夜久野	629-1322 夜久野町平野1030番地	38-1031			●		
特別養護老人ホーム五十鈴荘	620-0324 大江町二俣1607番地	56-1981			●		
大江デイサービスセンター	620-0324 大江町二俣1607番地	56-1982					●
デイサービスセンターかなや三丁目	620-0303 大江町金屋724番地	56-5000	●				●
茶話本舗デイサービス花信風おさだ	620-0842 字長田南1900番地6	45-8311	●				

●在宅 訪問系 (市内のみなし事業所)

※順不同

事業所名	所在地 (福知山市)	電話番号 市外局番 (0773)	訪問介護	訪問入浴介護	訪問看護	訪問リハビリ
いづち医院	620-0932 字篠尾995番地	22-5358			●	●
土佐医院	620-0053 字天田154番地の2	23-6115			●	
竹下医院	620-0045 字天田193番地の2	22-2675			●	●
富阪眼科医院	620-0045 字天田小字犬丸237番地の2	22-3262			●	●
京都ルネス病院	620-0054 末広町4丁目13番地	22-3550			●	●
福知山市民病院 大江分院	620-0301 大江町河守180番地	56-0138				●
渡辺病院	620-0913 牧1616番地1	33-2260				●
市立福知山市民病院	620-8505 厚中町231番地	22-2101				●
松本病院	620-0856 土師宮町2丁目173	27-1588				●
西垣内科医院	629-1304 夜久野町額田1393番地の1	37-0127			●	

※のみなし事業所とは、医療法や老人福祉法、老人保健法により、介護保険施行前にすでに認可や指定を受けている事業者が行うサービスについては、指定居宅サービス事業者の申請をせずとも、指定を受けたものとみなすことをいう。

●生活環境を整えるサービス (予防サービス含む)

※順不同

事業所名	所在地 (福知山市)	電話番号 市外局番 (0773)	福祉用具貸与	特定福祉用具販売
石坪	620-0055 篠尾新町2丁目88番地	22-4181	●	●
三笑堂福知山営業所	620-0867 字前田43番地の14	20-3410	●	●
コスモライフ北京都	620-0933 東羽合町173番地	25-1877 フリーダイヤル 0120-70-2948	●	●
ダスキンヘルスレント福知山ステーション	620-0062 和久市町195番地	45-3735	●	●
イン・ザ・ルーム福知山店 (令和7年7月～休止)	620-0867 字前田1878番地の49	20-3880	●	●

●施設サービス

※順不同

事業所名	所在地 (福知山市)	電話番号 市外局番 (0773)	介護老人福祉施設	介護老人保健施設
特別養護老人ホームにれの木園	620-0000 字天田14番地の2	24-1015	●	
老人保健施設さくら苑	620-0879 字堀3374番地	22-2120		●
老人保健施設第一緑風苑	620-0856 土師宮町2丁目173番地	27-6100		●
特別養護老人ホーム三愛荘	620-0017 字猪崎25番地の1	23-1436	●	
特別養護老人ホーム豊の郷	620-0952 字大門900番地	23-4072	●	
サンヒルズ紫豊館	620-0962 字榎原180番地の2	34-0557	●	
岩戸ホーム	620-0984 字猪野々31番地の1	33-3155	●	
特別養護老人ホーム六人部晴風	620-0836 字大内3173番地の1	20-2750	●	
特別養護老人ホームみわの里	620-1424 三和町友淵79番地の132	59-2525	●	
特別養護老人ホームグリーンビラ夜久野	629-1322 夜久野町平野1030番地	38-1031	●	
特別養護老人ホーム五十鈴荘	620-0324 大江町二俣1607番地	56-1981	●	

(広告)

真ん中に笑顔がある会社。

三笑堂 ☎0773-20-3410

お問い合わせは三笑堂福知山営業所まで!

●施設に入っている人へのサービス（予防サービス含む）

※順不同

事業所名	所在地 (福知山市)	電話番号 市外局番 (0773)	特定施設入居者 生活介護
メゾンパルテール福知山	620-0041 字天田107番地の1	22-3677	●
三愛荘	620-0017 字猪崎25番地の1	23-1436	●

●各事業所（施設）は令和8年4月現在の福知山市内の事業所（施設）を掲載しています。事業所によりサービス内容に変更がある場合もありますのでご注意ください。また、このほかにも、医療機関による訪問看護や、訪問リハビリ、医療機関、薬局による居宅療養管理指導が受けられる場合がありますので、医療機関等にお尋ねください。

●住宅改修については、事業所指定制度がありませんので記載しておりません。

●福知山市外の事業所でもサービスを受けることができます。

福知山市内の地域密着型サービス事業所

●地域密着型サービス事業所（予防サービス含む）

※順不同

事業所名	所在地 (福知山市)	電話番号 市外局番 (0773)	地域密着型通所介護										
			認知症対応型通所介護	認知症対応型共同生活介護	看護小規模多機能型居宅介護	小規模多機能型居宅介護	地域密着型介護老人福祉施設	地域密着型特定施設入居者生活介護	定期巡回・随時対応型訪問介護看護	地域密着型通所介護			
厚ニコニコハウス りんご村	620-0056 厚中町200番地	23-1511	●										
駅南ニコニコハウス りんご村	620-0940 駅南町2丁目270番地	23-5252	●										
ニコニコハウス りんご村	620-0913 牧250番地の5	33-3770	●										
小規模多機能居宅介護事業おとなせ	620-0017 字猪崎754番地の53	23-8222				●							
デイサービスセンター庵	620-0017 字猪崎25番地の1	25-5577	●										

(広告)

**福祉用具を通じて
お客様の笑顔の暮らしをサポートいたします。**



福祉用具レンタル・福祉用具販売・介護リフォーム

スマイル・サポート

綾部市井倉町東12番地の1
(TEL) 0773-45-3587 (FAX) 0773-45-8357



事業所一覧

事業所名	所在地 (福知山市)	電話番号 市外局番 (0773)	認知症対応型通所介護	認知症対応型共同生活介護	看護小規模多機能型居宅介護	小規模多機能型居宅介護	地域密着型介護老人福祉施設	地域密着型特定施設入居者生活介護	定期巡回・随時対応型訪問介護看護	地域密着型通所介護
グループホーム えるむ	620-0947 旭が丘92番地の2	45-3652	●							
特別養護老人ホーム えるむ	620-0947 旭が丘92番地の2	45-3651					●			
土ニコニコハウス りんご村	620-0808 字土60番地	20-2411	●							
土ニコニコハウス にっこり村	620-0808 字土60番地	20-2520				●				
今安ニコニコハウスにっこり村 (令和7年10月～休止)	620-0953 今安1004番地の1	25-2520				●				
今安ニコニコハウス	620-0953 今安1004番地の1	25-2520	●							
グループホーム とだ	620-0801 字戸田82番地	20-1788	●							
ケアハウスとだ	620-0801 字戸田1156番地	20-2111						●		
あんしんケアコールセンター24	620-0984 字猪野々31番地の1 620-0962 字榎原180番地の2	33-3155								●
あっとホーム らく楽	620-0987 鴨野町57番地	33-0250				●				
こもれび	620-0846 字長田785番地	27-6508			●					
グループホーム 風花	620-0212 字行積141番地	36-0255	●							
介護老人福祉施設 きらら	620-0212 字行積141番地	36-0255					●			
南風デイサービスセンター	620-0940 駅南町2丁目265番地	22-3306								●
リハビリデイサービス たけのこ福知山店	620-0055 篠尾新町2丁目85	22-8900								●
デイサービス プラトール	620-0855 土師新町2丁目86番地の2	20-1077								●
小規模多機能型居宅介護事業所 アリアーテ	620-0054 末広町4丁目 32番地の1	24-0948				●				
えるむ デイサービス (令和7年1月～休止)	620-0947 旭が丘92番地の2	45-3652	●							
グループホームすこやかの家	620-1424 三和町友淵 79番地の132	59-2525	●							
福知山市社会福祉協議会 三和支所 グループデイホーム	620-1442 三和町千束 66番地の6	59-2025	●							
橘	620-1442 三和町千束824番地	58-3339					●			
ひだまりデイサービスセンター	629-1322 夜久野町平野834番地	38-1125	●							
ハートケア デイサービスセンター	629-1304 夜久野町額田 1394番地の1	37-0063	●							
ぐるーぷほーむ 森の家	629-1321 夜久野町直見4番地の7	38-2525		●						
でいけあほーむ かなや三丁目	620-0303 大江町金屋724番地	56-5000	●							
大江デイサービスセンター	620-0324 大江町二俣1607番地	56-1982								●

- 各事業所は令和8年4月現在の福知山市内の地域密着型サービス事業所をあげています。
- 地域密着型サービスの利用は原則として、福知山市民で福知山市の被保険者の人に限ります。
- 地域密着型サービス事業所は増減することがあります。最新の事業所の情報は、市の高齢者福祉課に確認ください。
(☎0773-24-7013)

心と体の リラクゼーション法

リラックス呼吸法

簡単な呼吸法で、体の緊張をほぐしてみましょ。う。

口を軽くあけて、ハァーとため息をついてください。苦しくならない程度に長く息を吐いたら、少し息を止めて休みます。息を吸うのは自然にまかせ、吸ったら、またハァーと吐いて休む、というのを繰り返します。吐く息に集中するのがポイント。気分が落ち着くまで何回でもやってみましょ。う。

動物や植物に癒される

動物に触れる「アニマル・セラピー」は、脈拍数や血圧が安定するなどの生理的な効果に加え、元気が出る、リラックスするなど、心理面でも大きなメリットがあるとされています。

植物にふれることも精神的な癒しリラクゼーション効果があると注目されています。ガーデニングはもちろん、部屋に観葉植物をひとつ置くだけでも心がなごみます。



介護リフォームから
水回りのリフォームまで
リフォーム全般お任せ下さい!



株式会社
井上工業

福知山市駒場新町3-59
福知山市岩間小字グミ谷5-23
TEL.090-3993-1024

創業大正9年
信用と実績の100余年



表装だけではなく!
ふすま・障子・クロスの
張替え致します

株式会社
日下部春光堂

福知山市西本町126番地
TEL.0773-22-3260
FAX.0773-22-3068

御見積り無料
shunkoudou@mxc.nkansai.ne.jp

Sun

The earth that we live in is the legacy of our children in the future.

Cloudy

Water

Environment
クリア

株株式会社クリア KES1-0473 <https://kuria.jp>
〒629-1304 福知山市夜久野町額田51-1
TEL (0773) 37-0304
FAX (0773) 37-1323

Ecology

Nature

Human

問合わせ先

福知山市健康福祉部高齢者福祉課
〒620-8501 京都府福知山市字内記13番地の1
(1階11番の窓口)
TEL.0773-24-7013・7072(直通)
FAX.0773-23-6537(代表)

福知山市市民憲章

「幸せを生きる」

わたしたちは、ふるさと福知山を

“しあわせの舞台”にします。

水清い由良川、緑濃い山々、行き交う人々。

生き生きとして、伸び伸びとしたふるさとをつくります。

わたしたちは、ひとりひとりの中に

人生を自由で美しいものにする力を持っています。

そのわき出る力を集め、四季を愛し、命を尊び

共に幸せを生きます。