

相 談 案 内

相 談 内 容	実 施 日 時	場 所	連 絡 先	予 約
高齢者の保健福祉・介護保険の相談	月曜日～金曜日 午前8時半～午後5時	区役所4階介護保険課	03-3546-5379	
	月曜日～土曜日 午前9時～午後6時	京橋おとしより相談センター	03-3545-1107	
		日本橋おとしより相談センター	03-3665-3547	
		人形町おとしより相談センター	03-5847-5580	
		月島おとしより相談センター	03-3531-1005	
		勝どきおとしより相談センター	03-6228-2205	
認知症サポート電話相談	月曜日～金曜日 午前8時半～午後5時	区役所4階介護保険課	03-3546-5286	
健康生きがい相談	月曜日～土曜日 午前9時～午後5時	シニアセンター	03-3531-7813	
	毎月第1金曜日 午後1時～4時	いきいき桜川（敬老館）	03-3553-0030	
	毎月第1月曜日 午後1時～4時	いきいき浜町（敬老館）	03-3669-3385	
	毎月第2月曜日 午後1時～4時	いきいき勝どき（敬老館）	03-3531-3258	
高齢者のための住み替え相談	毎月第2・4火曜日 午後1時～4時	区役所1階 区民相談室	03-3546-5355	要
住宅住み替え相談	毎月第1月曜日		03-3546-5466	要
建築物の耐震相談	月曜日～金曜日 午前8時半～午後5時	区役所5階建築課	03-3546-5459	
区民相談	月曜日～金曜日 午前8時半～午後5時	区役所1階まごころステーション	03-3546-0561	
法律相談	毎週金曜日 午後1時～4時	区役所1階区民相談室	03-3546-9590	要
	毎月第2・4水曜日 午後1時～4時	日本橋特別出張所		
	毎月第1・3月曜日 午後1時～4時	月島特別出張所		
年金相談	偶数月の第4水曜日 午後1時～4時	区役所1階区民相談室	03-3546-5370	
	5・9・1月の第3水曜日 午後1時～4時	日本橋特別出張所		
	7・11・3月の第4水曜日 午後1時～4時	月島特別出張所		
税務相談	毎月第2・4水曜日 午後1時～4時	区役所1階 区民相談室	03-3546-5266	要
遺言・公証相談	毎月第1水曜日 午後1時～4時		03-3546-9590	要
成年後見・司法書士相談	毎月第3火曜日 午後1時～4時		03-3546-9590	要
成年後見利用等に関する福祉法律相談	毎月1回 午後1時半～4時半	社会福祉協議会	03-3206-0567	要
保健福祉の相談	月曜日～金曜日 午前9時～午後5時	中央区保健所	03-3541-5930	
		日本橋保健センター	03-3661-5071	
		月島保健センター	03-5560-0765	
福祉サービス苦情・相談	毎月第1・3水曜日 午前10時～正午 午後1時～3時	区役所4階 福祉サービス苦情・相談窓口	03-3546-8373	要
電話医療相談	月曜日～金曜日 午前9時～正午 午後1時～4時	中央区保健所	03-3545-1875	
精神科専門医による こころの健康相談	第1水曜日 午前9時半～11時	中央区保健所	03-3541-5963	要
	第3水曜日 午後1時半～3時			
	第2水曜日 午前10時～11時半	日本橋保健センター	03-3661-5071	要
	第4水曜日 午後1時半～3時			
第3木曜日 午後1時半～3時	月島保健センター	03-5560-0765	要	
第3金曜日 午後2時～3時半				
栄養相談	毎月第2・4木曜日 午後1時～5時	中央区保健所	03-3541-4260	
	毎月第1・3月曜日 午後1時～5時	日本橋保健センター	03-3661-5071	
	毎月第1・3金曜日 午前9時～正午	月島保健センター	03-5560-0765	
交通事故相談	月曜日～金曜日 午前9時～午後4時	中央交通事故相談所	03-3206-0507	
消費生活相談	月曜日～金曜日 午前9時～午後4時	区役所1階中央区消費生活センター	相談専用ダイヤル 03-3543-0084 03-3546-5727	

◎予約欄に「要」と記載のあるものは事前予約が必要です。

◎相談日が祝日、休日などに当たる場合は変更になることがあります。

高齢者福祉事業の しおり

令和3年5月発行

ご利用にあたって

- この「しおり」は高齢者（おおむね65歳以上の方）に関係のある事業についてのあらましをまとめたものです。
- 目次で必要な事業をさがし、手続の方法など詳しい内容などについてはそれぞれの **問い合わせ先** にご連絡ください。
- 区役所内問い合わせ先の受付は、原則として、午前8時30分～午後5時になります。土、日、祝日および年末年始は除きます。
- 組織改正などにより、問い合わせ先が変更になる場合があります。

お手元においてご活用ください。

目次

相談窓口

医療・健康

くらし・住宅

しごと・生きがいづくり・社会参加

健康づくり（介護予防）

介護保険サービス

日常生活への支援

敬老・慶祝

あんしん・安全

外出支援

施設所在地など一覧

区内介護保険施設など一覧

さくいん

なお、しおりの内容は令和3年4月1日現在のものです。
今後、制度変更などにより内容が変わることがあります。
詳細は、各問い合わせ先へご確認ください。

目次

相談窓口

	ページ
1 おとしより相談センター（地域包括支援センター）	6
2 おとしより相談コーナー（区役所介護保険課内）	8
3 区役所内高齢者事業担当課	8
4 認知症電話相談	9
5 おとなりカフェ・ちょこっと相談会	12
6 地域福祉コーディネーターによる相談支援および地域生活一時資金貸付事業の実施	12
7 成年後見支援センター「すてっぷ中央」	13
8 公証役場	14
9 消費生活相談	15
10 福祉サービス苦情・相談窓口	16
11 介護保険サービスの苦情相談	16
12 民生・児童委員	16
13 在宅介護支援薬局	17
14 高齢者のための夜間安心電話	17

医療・健康

	ページ
1 かかりつけ医（主治医）の紹介・相談	18
2 かかりつけ歯科医（主治医）の紹介・相談	18
3 訪問看護ステーション	19
4 土曜・休日診療案内	19
5 特定健康診査・高齢者健康診査	19
6 がん検診など	20
7 区民歯科健康診査（成人歯科健康診査・高齢者歯科健康診査）	21
8 健康相談	22
9 精神科専門医による「こころの健康相談」	23
10 電話による「医療相談窓口」	23
11 インフルエンザ予防接種	23
12 肺炎球菌予防接種	24
13 難病などの医療費助成	25
14 難病患者福祉手当	25
15 気管支ぜん息などの医療費助成	26
16 機能訓練	26
17 国民健康保険	27
18 後期高齢者医療制度	29

暮らし・住宅

		ページ
1	国民年金	31
2	税金	32
3	暮らしに困ったときの相談	32
4	住み替え支援	対象年齢 65歳～
5	あんしん居住制度利用助成	対象年齢 60歳～
6	家賃債務保証制度利用助成	36
7	住宅修繕等資金の融資あっせん	36
8	耐震補強などの助成	37
9	区立住宅など	37
10	高齢者住宅（シルバーピア）	対象年齢 65歳～
11	高齢者向け優良賃貸住宅・サービス付き高齢者向け住宅	対象年齢 60歳～
12	特別養護老人ホーム・養護老人ホーム	40
13	敬老入浴事業	対象年齢 65歳～
14	コミュニティふれあい銭湯	42

しごと・生きがいづくり・社会参加

		ページ
1	シルバー人材センター	対象年齢 60歳～
2	無料職業紹介所「シルバーワーク中央」/ 高齢者の就業相談窓口	対象年齢 おおむね55歳～
3	東京しごとセンター	44
4	ハローワーク飯田橋（公共職業安定所）	45
5	ふれあい作業所	45
6	元気高齢者人材バンク	対象年齢 おおむね50歳～
7	生きがい活動支援室	対象年齢 おおむね50歳～
8	高齢者クラブ	対象年齢 60歳～
9	シニアセンター	対象年齢 おおむね50歳～
10	高齢者団体バス借上費助成	対象年齢 60歳～
11	いきいき館（敬老館）	対象年齢 60歳～
12	高齢者通いの場支援事業	52
13	社会参加・生きがいづくり支援事業	52
14	区民カレッジ「シニアコース」	対象年齢 60歳～
15	出前健康講座・講習会	53
16	ボランティアの紹介	53
17	虹のサービス協力会員・子育てサポーター募集	54
18	認知症サポーター養成講座	54
19	認知症カフェ	55
20	消費生活講座・出前講座	55

21	高齢者向けパソコン教室および 毛筆教室	対象年齢	60歳～	56
22	図書館（図書・録音テープ・CD・デジターの郵送貸出）			56

健康づくり（介護予防）

				ページ
1	健康づくり事業（介護予防）の流れ			57
2	フレイル予防事業判定			58
3	基本チェックリスト			58
4	さわやか健康教室	対象年齢	60歳～	60
5	さわやか体操リーダーなどによる体操教室	対象年齢	60歳～	60
6	はつらつ健康教室	対象年齢	おおむね65歳～	61
7	訪問健康づくり	対象年齢	おおむね65歳～	62
8	ゆうゆう講座	対象年齢	60歳～	62
9	中央粋なまちトレーニング（粋トレ）			63
10	スポーツ教室	対象年齢	50歳～	63
11	使用料などが免除になるスポーツ施設など	対象年齢	65歳～	65

介護保険サービス

				ページ
1	介護保険サービスの利用のしかた			66
2	介護保険サービスの利用者負担			68
3	介護保険サービス			69
4	介護保険給付の量を補う区のサービス			74

日常生活への支援

				ページ
1	食事サービス	対象年齢	70歳～	75
2	虹のサービス （区民どうしのたすけあい家事サポート）			75
3	入退院時サポート（虹のサービス利用料助成）	対象年齢	65歳～	76
4	暮らしの困りごとサポート	対象年齢	65歳～	76
5	ふれあい収集（ごみ・資源）			77
6	住宅設備改善給付	対象年齢	おおむね65歳～	77
7	一般寝台貸与			78
8	理美容サービス			78
9	緊急生活支援宿泊サービス （緊急ショートステイ）			79
10	ふとん乾燥・丸洗いサービス			80
11	おとしより介護応援手当の支給	対象年齢	65歳～	80
12	介護者慰労事業			81
13	歳末たすけあい運動見舞金の贈呈			82

14	紙おむつ等支給		82
15	在宅療養支援訪問看護		83
16	会食と交流事業「ほがらかサロン」		84
17	歩行補助杖の給付	対象年齢	65歳～ 84
18	補聴器購入費用助成	対象年齢	65歳～ 84

敬老・慶祝

			ページ
1	敬老大会	対象年齢	70歳～ 85
2	敬老買物券	対象年齢	75歳～ 85

あんしん・安全

			ページ
1	家具類転倒防止器具の取付	対象年齢	65歳～ 86
2	緊急通報システム	対象年齢	65歳～ 86
3	電話料金助成	対象年齢	65歳～ 87
4	友愛電話訪問	対象年齢	65歳～ 87
5	徘徊高齢者探索システム費用助成		87
6	見守りキーホルダー登録システム	対象年齢	おおむね65歳～ 88
7	救急医療情報キットの配布	対象年齢	65歳～ 88
8	地域見守り活動支援事業	対象年齢	65歳～ 89
9	おかえりPASS(パス)(行方不明高齢者情報提供シート)の配布		89
10	災害時地域たすけあい名簿		90
11	安全・安心おまかせ出前相談		90
12	住まいの防犯対策助成		90
13	自動通話録音機の貸し出し		91
14	運転免許自主返納		91

外出支援

			ページ
1	シルバーパス		92
2	コミュニティバス「江戸バス」		94
3	車いす・シルバーカーの貸し出し	対象年齢	65歳～ 96
4	ハンディキャブの貸し出し		97
5	リフト付ハイヤーの運行		97

施設所在地など一覧、区内介護保険施設など一覧、さくいん、広告のページ

		ページ
施設所在地など一覧		98
区内介護保険施設など一覧		101
さくいん		104
広告のページ		110