

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	
	晴海おとしより相談センター	03-5547-4871		
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時半～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～正午 午後1時～5時	区役所5階建築課	03-3546-5459	要
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・11月の第3水曜日 午後1時～4時	日本橋特別出張所		
	7・1月の第4水曜日 午後1時～4時	月島特別出張所		
	9・3月の第4水曜日 午後1時～4時	晴海特別出張所		
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	
		晴海保健センター	03-6381-2972	
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	区役所地下1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2金曜日 午後1時～2時半 第3水曜日 午後1時半～3時	中央区保健所	03-3541-5963	要
	第2水曜日 午前10時～11時半 第4木曜日 午前10時半～12時	日本橋保健センター	03-3661-5071	要
	第2月曜日 午後2時半～4時 第4火曜日 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1時～2時半	晴海保健センター	03-6381-2972	要
	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	
毎月第1・3火曜日 午前9時～正午		晴海保健センター	03-6381-2972	
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6年7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

施設所在地など一覧

相談窓口

医療・健康

くらし・住宅

しごと・生きがいつくり・社会参加

健康づくり（介護予防）

介護サービス

日常生活への支援

敬老・慶祝

あんしん・安全

外出支援

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6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

施設所在地など一覧

ページ

1	京橋地区	6
2	日本橋地区	8
3	月島地区	10

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）	12
2	おとしより相談コーナー（区役所介護保険課内）	14
3	区役所内高齢者事業担当課	14
4	認知症電話相談	16
5	ふくしの総合相談窓口	19
6	おとなりカフェ・ちょこっと相談会	19
7	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	20
8	成年後見支援センター「すてっぷ中央」	20
9	公証役場	22
10	消費生活相談	23
11	福祉サービス苦情・相談窓口	24
12	介護サービスの苦情相談	24
13	民生・児童委員	24
14	在宅介護支援薬局	24
15	高齢者のための夜間安心電話	25
16	おくやみコーナー	25
17	法務局に預けて安心！自筆証書遺言書保管制度	25

医療・健康

ページ

1	かかりつけ医（主治医）の紹介・相談	26
2	かかりつけ歯科医（主治医）の紹介・相談	26
3	訪問看護ステーション	27
4	土曜・休日診療案内	27
5	特定健康診査・高齢者健康診査	27
6	がん検診など	28
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）	29
8	健康相談	30
9	精神科専門医による「こころの健康相談」	31
10	電話による「医療相談窓口」	31
11	インフルエンザ予防接種	31
12	肺炎球菌予防接種	32
13	新型コロナウイルスワクチン接種	32

14	難病などの医療費助成	33
15	難病患者福祉手当	33
16	気管支ぜん息などの医療費助成	34
17	機能訓練	34
18	国民健康保険	35
19	後期高齢者医療制度	37

くらし・住宅

ページ

1	国民年金	39	
2	税金	40	
3	暮らしに困ったときの相談	40	
4	住み替え支援	対象年齢 <input type="text" value="65歳~"/>	43
5	あんしん居住制度利用助成	対象年齢 <input type="text" value="60歳~"/>	43
6	家賃債務保証制度利用助成		44
7	住宅修繕等資金の融資あっせん		44
8	耐震補強などの助成		45
9	区立住宅など		45
10	高齢者住宅（シルバーピア）	対象年齢 <input type="text" value="65歳~"/>	46
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 <input type="text" value="60歳~"/>	47
12	特別養護老人ホーム・養護老人ホーム		48
13	敬老入浴事業	対象年齢 <input type="text" value="65歳~"/>	49
14	コミュニティふれあい銭湯		50

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 <input type="text" value="60歳~"/>	51
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 <input type="text" value="おおむね55歳~"/>	51
3	東京しごとセンター		52
4	ハローワーク飯田橋（公共職業安定所）		53
5	ふれあい作業所		53
6	元気高齢者人材バンク	対象年齢 <input type="text" value="おおむね50歳~"/>	53
7	生きがい活動支援室	対象年齢 <input type="text" value="おおむね50歳~"/>	53
8	高齢者クラブ	対象年齢 <input type="text" value="60歳~"/>	54
9	シニアセンター	対象年齢 <input type="text" value="おおむね50歳~"/>	57
10	高齢者団体バス借上費助成	対象年齢 <input type="text" value="60歳~"/>	57
11	いきいき館（敬老館）	対象年齢 <input type="text" value="60歳~"/>	58
12	高齢者通いの場支援事業		60
13	社会参加・生きがいづくり支援事業		60
14	区民カレッジ「シニアコース」（3学年制）	対象年齢 <input type="text" value="60歳~"/>	61
15	出前健康講座・講習会		61
16	ボランティア活動の支援		61
17	虹のサービス協力会員・子育てサポーター募集		62

18	認知症サポーター養成講座		62
19	認知症カフェ		63
20	消費生活講座・出前講座		63
21	高齢者向けパソコン教室および 写経・毛筆教室	対象年齢	60歳～ 64
22	図書館（図書・録音テープ・CD・デジターの郵送貸出）		65

健康づくり（介護予防）

ページ

1	フレイル予防事業判定		66
2	基本チェックリスト		66
3	さわやか健康教室	対象年齢	60歳～ 68
4	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～ 69
5	はつらつ健康教室	対象年齢	おおむね65歳～ 70
6	訪問健康づくり	対象年齢	おおむね65歳～ 70
7	フレーフレイル予防！粋なまち健康プロジェクト		71
8	ゆうゆう講座	対象年齢	60歳～ 72
9	中央粋なまちトレーニング（粋トレ）		72
10	スポーツ教室	対象年齢	50歳～ 73
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～ 75

介護サービス

ページ

1	介護サービスの利用のしかた		76
2	介護サービスの利用者負担		78
3	介護サービス		79
4	介護保険給付の量を補う区のサービス		84

日常生活への支援

ページ

1	食事サービス	対象年齢	70歳～ 85
2	虹のサービス （区民どうしのたすけあい家事サポート）		85
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～ 86
4	暮らしの困りごとサポート	対象年齢	65歳～ 86
5	ふれあい収集（ごみ・資源）	対象年齢	65歳～ 87
6	住宅設備改善給付	対象年齢	おおむね65歳～ 87
7	一般寝台貸与		88
8	理美容サービス		88
9	緊急生活支援宿泊サービス （緊急ショートステイ）		89
10	ふとん乾燥・丸洗いサービス		90
11	おとしより介護応援手当の支給	対象年齢	65歳～ 90
12	介護者慰労事業		91

13	歳末たすけあい運動見舞金の贈呈		92
14	紙おむつ等支給		92
15	在宅療養支援訪問看護		93
16	会食と交流事業「ほがらかサロン」		94
17	歩行補助杖の給付	対象年齢	65歳～ 94
18	補聴器購入費用助成	対象年齢	65歳～ 94

敬老・慶祝

ページ

1	敬老大会	対象年齢	70歳～ 95
2	敬老買物券	対象年齢	75歳～ 95

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～ 96
2	緊急通報システム	対象年齢	65歳～ 96
3	友愛電話訪問	対象年齢	65歳～ 97
4	徘徊高齢者探索システム費用助成		97
5	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～ 98
6	救急医療情報キットの配布	対象年齢	65歳～ 98
7	地域見守り活動支援事業	対象年齢	65歳～ 99
8	「おかえり PASS (パス)」（行方不明高齢者情報提供シート）の配布		99
9	行方不明高齢者検索ネットワーク		100
10	災害時地域たすけあい名簿		100
11	個別避難計画		101
12	安全・安心おまかせ出前相談		101
13	住まいの防犯対策助成		101
14	自動通話録音機の貸し出し		102
15	運転免許自主返納		102

外出支援

ページ

1	シルバーパス		103
2	コミュニティバス「江戸バス」		105
3	車いす・シルバーカーの貸し出し	対象年齢	65歳～ 107
4	ハンディキャブの貸し出し		108
5	リフト付ハイヤーの運行		108

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

区内介護保険施設など一覧	109
さくいん	112
広告のページ	118