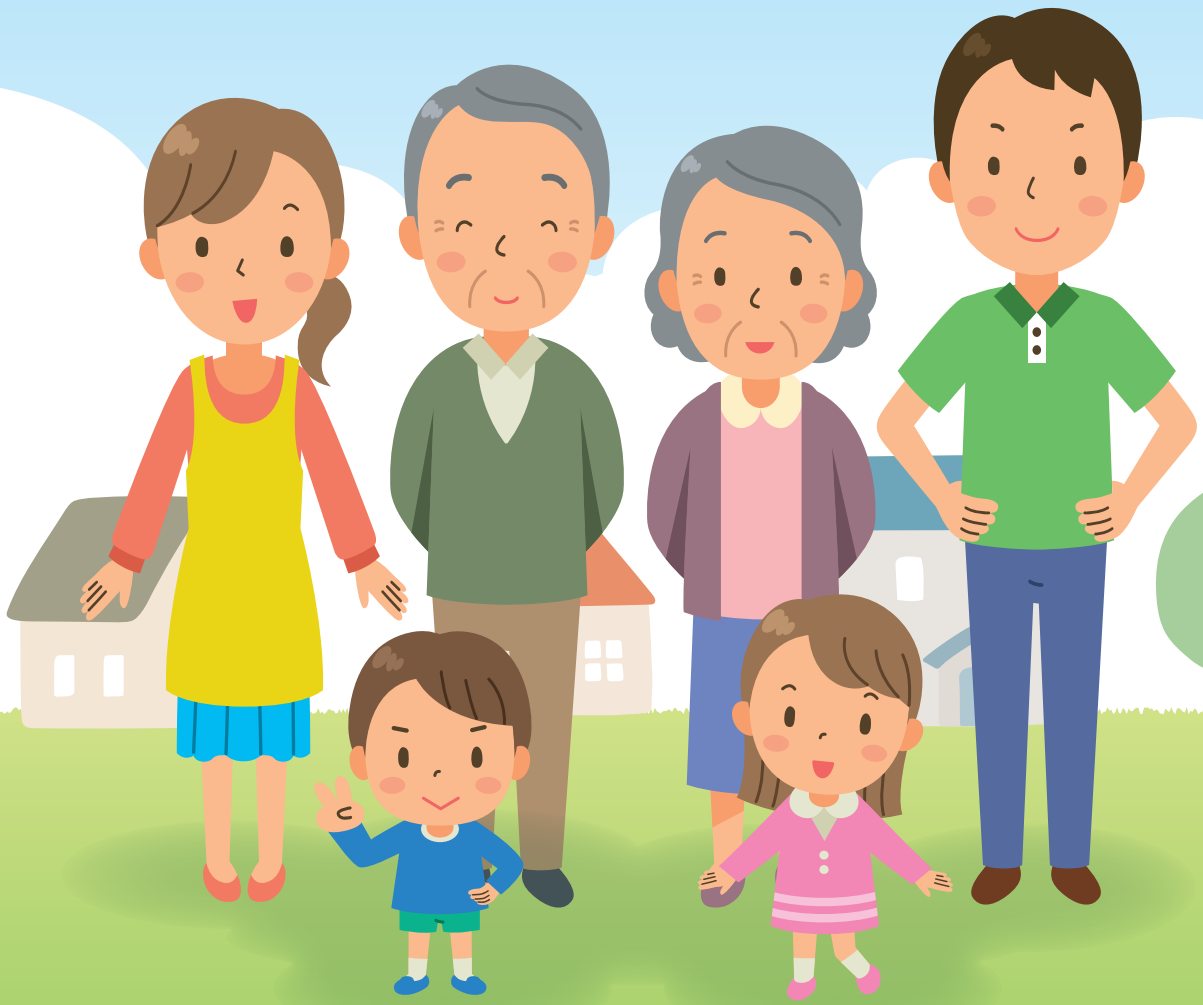
長く元気で

すこやかガイドブック

高齢者福祉のしおり

長崎市



もくじ

総合相談窓口

住民・地域のための窓口（地域センター）…… 1ページ
専門職員が地域に出向く拠点（総合事務所）…… 1ページ
長崎市地域包括支援センター …… 2ページ
高齢者虐待相談窓口 …… 3ページ
精神保健相談 …… 3ページ
各種相談窓口 …… 3ページ

介護予防・生活支援のために

介護予防・日常生活支援総合事業 …… 10ページ

介護予防・生活支援サービス事業

訪問型サービス …… 11ページ
通所型サービス …… 12ページ
総合支援配食サービス …… 13ページ

一般介護予防事業

すこやか運動教室 …… 13ページ
生涯元気教室 …… 13ページ
地域住民による集いの場 …… 13ページ
やってみよう！
ボランティア養成講座 …… 14ページ
歯つらつ健康教室 …… 15ページ
高齢者ふれあいサロン …… 15ページ

在宅生活支援事業

要介護者配食サービス …… 15ページ
緊急通報システム（旧緊急時訪問介護） …… 15ページ
徘徊高齢者等家族支援 …… 15ページ
訪問理美容サービス …… 16ページ
日常生活用具給付 …… 16ページ
高齢者安心火災警報器給付 …… 16ページ
ふれあい訪問収集 …… 16ページ
移送支援サービス …… 16ページ

その他の事業

安心カード …… 17ページ
成年後見制度利用支援 …… 17ページ
日常生活自立支援事業 …… 17ページ
徘徊高齢者等ＳＯＳネットワーク事業 …… 18ページ
長崎市認知症カフェ …… 18ページ
スマートフォンアプリを使用したみまもりあい支援 …… 19ページ
認知症のひとり歩きにより行方不明になられたら …… 19ページ

介護保険制度

介護保険ってどんな制度 …… 20 ページ
介護サービスを利用するには …… 21 ページ
介護保険で受けられるサービス …… 22 ページ
利用者の負担割合 …… 24 ページ
移送支援サービス（介護保険の市町村特別給付）…… 24 ページ
利用者の負担軽減措置 …… 24 ページ
介護保険料 …… 29 ページ
介護保険のことをもっと詳しく知りたい …… 30 ページ

自宅で介護している家族のかたに

介護用品の支給 …… 31 ページ
介護者慰労金 …… 31 ページ
家族等介護教室 …… 31 ページ

自宅へ訪問

友愛訪問 …… 32 ページ
訪問歯科 …… 32 ページ
訪問看護 …… 33 ページ

健康でありたい

健康診査 …… 37 ページ
結核検診のおすすめ …… 39 ページ
肝炎（Ｃ型・Ｂ型）ウイルス検査のおすすめ …… 39 ページ
難病患者さんやご家族のかたに …… 39 ページ
健康づくりのために …… 40 ページ
消防局からのお願い …… 41 ページ

施設などを利用したい

介護老人福祉施設（特別養護老人ホーム）…… 43 ページ
地域密着型介護老人福祉施設（特別養護老人ホーム）…… 44 ページ
介護老人保健施設 …… 45 ページ
介護医療院 …… 46 ページ
認知症対応型共同生活介護（介護予防を含む）（グループホーム）……46 ページ
軽費老人ホーム …… 49 ページ
原爆養護ホーム …… 49 ページ
養護老人ホーム …… 50 ページ
生活支援ハウス …… 50 ページ
有料老人ホーム …… 51 ページ
サービス付き高齢者向け住宅 …… 53 ページ
小規模多機能型居宅介護（介護予防含む）…… 54 ページ
看護小規模多機能型居宅介護 …… 55 ページ

生きがいづくり、仲間づくりをしたい

老人クラブへの入会 …… 56 ページ
すこやかシニアバンク・シニア世代の仲間づくり応援ネット …… 56 ページ
長崎県ねんりんピックへの参加を …… 57 ページ
老人福祉センター・老人憩の家・ふれあいセンター …… 57 ページ
いきいきカード（老人福祉カード） …… 57 ページ
高齢者講座 …… 57 ページ
ボランティア活動に参加したい …… 61 ページ
シルバー人材センター …… 62 ページ
老人福祉センター・老人憩の家をご利用下さい …… 63 ページ

敬老行事

長寿祝金（99歳のかたへのお祝い金） …… 65 ページ
100歳顕彰 …… 65 ページ
敬老の日を中心とする行事 …… 65 ページ

医療・年金・税控除制度

後期高齢者医療制度 …… 66 ページ
年　金 …… 70 ページ
税控除 …… 71 ページ

ほかにもこんなサービスがあります

高齢者交通費助成 …… 72 ページ
投票所タクシー移動費助成 …… 73 ページ
生活福祉資金の貸付 …… 74 ページ
避難行動要支援者（自力で避難できないかた）について …… 75 ページ

地域包括ケアシステム …… 77 ページ
長崎市の高齢化率の推移 …… 78 ページ
主な関係先 …… 79 ページ
町名別地域包括支援センター一覧 …… 80 ページ
町名別担当総合事務所一覧 …… 83 ページ

総合相談窓口

住民・地域のための窓口（地域センター）

地域センターは市役所の出先機関であり、各種証明書の交付や保健・福祉・まちづくり支援に関することなど、個人や地域の代表の窓口として市内に20か所設置しています。

名　　称	場　　所	電話番号
中央地域センター	魚の町４番１号（市役所１階）	829-1135
小ケ倉地域センター	小ケ倉町２丁目21番地２	878-5301
小榊地域センター	小瀬戸町1015番地７	865-0740
西浦上地域センター	千歳町５番１号（チトセピアビル２階）	848-5151
滑石地域センター	滑石３丁目９番26号	857-2978
福田地域センター	福田本町10番地	865-0111
茂木地域センター	茂木町75番地10	836-0400
式見地域センター	式見町357番地	841-0211
日見地域センター	界2丁目１番19号	838-3104
東長崎地域センター	矢上町19番１号	839-5151
土井首地域センター	柳田町45番地３	878-4534
深堀地域センター	深堀町５丁目182番地	871-3101
香焼地域センター	香焼町1070番地32	871-4111
伊王島地域センター	伊王島町1丁目甲3271番地	898-2211
高島地域センター	高島町1728番地1	896-3110
野母崎地域センター	野母町1665番地	893-1111
三和地域センター	布巻町111番地1	892-1111
三重地域センター	三重町1098番地１	850-1111
外海地域センター	神浦江川町657番地２	0959-24-0211
琴海地域センター	琴海村松町703番地14	884-2001

専門職員が地域に出向く拠点（総合事務所）

地域センターでお受けした相談のうち専門的な内容は、専門職員が出向いて対応します。

総合事務所では、高齢者の身近な総合相談窓口である「地域包括支援センター」とともに、高齢者ができるだけ長くお元気で、地域でいきいきと安心して住み続けられるよう、福祉の相談・各種サービスの決定や地域に出向いて、地域づくり活動を行います。

名　　称	場　　所	電話番号
中央総合事務所	魚の町４番１号（市役所４階）	829-1429
東総合事務所	矢上町８番21号	813-9001
南総合事務所	布巻町111番地１（三和地域センター１階）	892-1113
北総合事務所	琴海村松町703番地14（琴海南部文化センター１階）	814-3400

長崎市地域包括支援センター

家庭で介護を受けている高齢者のかたやその家族等を対象に、主任介護支援専門員、社会福祉士及び保健師等が、在宅介護や福祉・保健全般に関する相談を受け付けています。住み慣れた地域で生活を継続できるよう、介護予防や介護状態の悪化防止のために、必要に応じて各種の公的なサービスが利用できるよう、関係機関との連絡調整を行います。

主な事業

- ●保健・福祉・介護についての総合相談
- ●高齢者の権利擁護や虐待等の相談
- ●要介護状態等となることを予防するための支援
- ●地域の関係機関とのネットワーク支援

くわしくは、下記の長崎市地域包括支援センターへお問い合わせください。

長崎市地域包括支援センター一覧

R8.10.1現在

名　　称	中学校区	所　在　地	電話番号
東長崎地域包括支援センター	東長崎	田中町888	813－8060
日見・橘地域包括支援センター	日見・橘	かき道1丁目1－2	801－2037
桜馬場地域包括支援センター	桜馬場	古川町8－15 磨屋町ビル2階	818－6602
片淵・長崎地域包括支援センター	片淵・長崎	夫婦川町1－10 リバーカップル1階	801－5188
大浦地域包括支援センター	大浦・梅香崎	相生町1－17 メゾンド田中202号	818－8311
江平・山里地域包括支援センター	旧江平・山里	本原町13－15 本原ハイツ102号	841－7770
西浦上・三川地域包括支援センター	西浦上・三川	花丘町20－3 花東ビル1階	847－0151
緑が丘地域包括支援センター	緑が丘	白鳥町3－28	847－3812
淵地域包括支援センター	淵	城栄町19－7 1－Bツインズ城栄	814－0202
小江原・式見地域包括支援センター	小江原	小江原5丁目6-5 小江原ゴルフセンター2階	848－1222
西部地域包括支援センター	丸尾・福田・西泊	旭町8－23 ボナールビルディング103号	862－0119
岩屋地域包括支援センター	岩屋	岩屋町23－13 富吉ビル	855－8000
滑石・横尾地域包括支援センター	滑石・横尾	滑石3丁目5－34	814―7770
北部地域包括支援センター	琴海	琴海村松町704－14	801－2730
（三重・外海事務所）	三重・外海・池島	京泊2丁目4―37 プレジデント京泊1号室	860―1100
小島・茂木地域包括支援センター	小島・茂木・日吉	田上2丁目2－7	820－8231
戸町・小ヶ倉地域包括支援センター	戸町・小ヶ倉	上戸町2丁目9－8 1階、2階	879－7408
土井首地域包括支援センター	土井首	江川町131 102号	833－5454
深堀・香焼地域包括支援センター	深堀・香焼・伊王島・高島	深堀町1丁目11－18	895－7007
南部地域包括支援センター	三和・野母崎	布巻町111－1 三和地域センター3階	892－3124

高齢者虐待相談窓口

高齢者が虐待を受けているとき又は、その疑いがあるときに、本人からの届出、発見者からの通報・相談に応じ、総合事務所地域福祉課及び地域包括支援センター職員が継続的に支援を行います。

（養護者による虐待）
地域包括支援センター（P2参照）または総合事務所地域福祉課（P1参照）
（従事者による虐待）
福祉総務課　☎829－1161

虐待相談専用電話　☎827－6499（月曜～金曜　午前8時45分～午後5時30分）
※夜間、土日祝日は　☎822－8888（市役所代表電話・あじさいコール）へ

精神保健相談

精神保健に関する相談を受けていますので、お気軽にご利用ください。
また、「認知症の人と家族の会（あじさい会）」の例会が、毎月第４火曜日午後１時から３時までもりまちハートセンターで開催されています。

精神保健相談ダイヤル（☎829－1311）
又は、地域保健課（☎829－1153）へ

各種相談窓口

心配ごとは社会福祉協議会の総合相談（しゃきょう“なんでも”相談）窓口へ

福祉、生計、家族、苦情等、生活上の心配へのご相談をお受けし、各関係機関等と連携しながら対応させていただきます。相談は無料、秘密厳守いたします。

相談場所と日時

〇長崎市社会福祉協議会（恵美須町４番５号　NBC3rdビル３階）
各支所（三和、琴海）でも受け付けております。
月曜日～金曜日　午前９時～午後５時
※土日祝日、年末年始はお休み

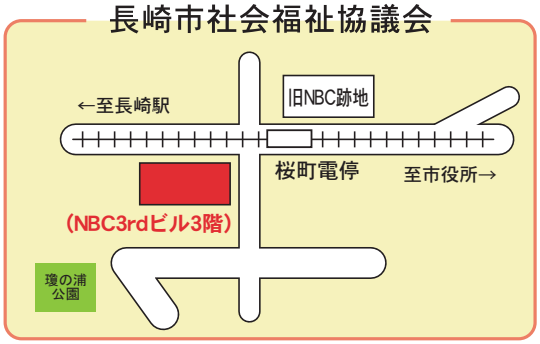
〇くわしくは、
長崎市社会福祉協議会 へ
（総合相談専用）☎828-5016

生活にお困りのかたは、長崎市生活支援相談センターへ

特に「生活が苦しい」「今後の生活に不安がある」かたの相談をお受けし、生活の立て直しに向けて対応をさせていただきます。また、来所での相談が困難な場合は、相談員がお伺いすることもできますので、お気軽にご相談ください。相談は無料、秘密厳守いたします。

相談場所と日時

〇長崎市社会福祉協議会
（恵美須町４番５号　NBC3rdビル３階）
月曜日～金曜日　午前９時～午後５時
※土日祝日、年末年始はお休み



〇くわしくは、
長崎市社会福祉協議会
（長崎市生活支援相談センター）へ
☎828−0028　フリーダイヤル 0120−223−384

〇相談専用メールアドレス
soudan@nagasakishi-shakyou.or.jp

「困難や不安を抱える女性」のための、長崎市女性相談サポートセンター

孤独や孤立により困難や不安を抱える女性が、社会との絆やつながりを回復できるように、寄り添いながら課題の解決に向けてきめ細かい支援を行います。まずは、ひとりで悩まずにご相談ください。必ず女性の相談員が対応いたします。

支援内容

生活全般の相談対応、既存制度へつなぐための同行支援、生理用品等の生活必需品の提供などを行います。

相談場所と日時

〇長崎市社会福祉協議会（恵美須町４番５号　NBC3rdビル３階）
月曜日～金曜日　午前９時～午後５時
※土日祝日、年末年始はお休み

〇くわしくは、長崎市社会福祉協議会（長崎市女性相談サポートセンター）へ
☎828−0161　フリーダイヤル 0120−224−416

〇女性相談専用メールアドレス
joseisoudan@nagasakishi-shakyou.or.jp

判断能力に不安があるかたの権利を守る長崎市権利擁護・成年後見支援センター

認知症などでお金や財産の管理に不安があるかたやその家族、親族、支援者のかたからの相談をお受けしております。相談は電話だけでなく、面談や訪問でもお受けできますので、お気軽にご相談ください。

支援内容

成年後見制度や日常生活自立支援事業など、判断能力に課題のあるかたが対象となる権利擁護支援のしくみに関する利用相談、出前講座や研修会の実施、市民後見人候補者養成講座の開催など。

相談場所と日時

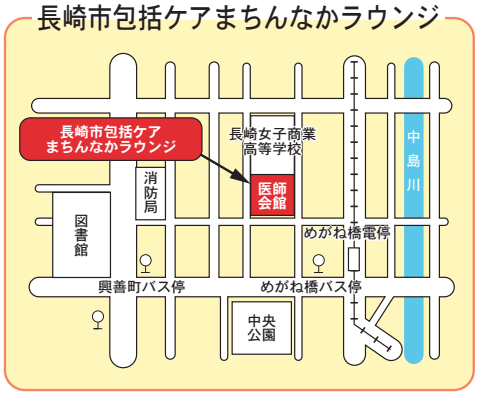
〇長崎市社会福祉協議会（恵美須町４番５号　NBC3rdビル３階）
　月曜日～金曜日　午前９時～午後５時
　※土日祝日、年末年始はお休み
〇くわしくは、長崎市社会福祉協議会（長崎市権利擁護・成年後見支援センター）へ
　☎894－4500
〇相談専用メールアドレス
　kenri@nagasakishi-shakyou.or.jp

※成年後見制度利用支援、日常生活自立支援事業について、詳しくはP17をご覧ください。

長崎市包括ケアまちんなかラウンジ

住み慣れた地域で安心して生活するために、看護師等の専門職が医療や介護に関する相談をお受けする総合相談窓口です。お気軽にご相談ください。
相談は無料です。

〇所在地
　栄町 2－22　長崎市医師会館２階
〇開設時間
　月～金：午前８時45分～午後５時30分
　※土日祝日、年末年始、８月15日はお休み
〇アクセス
　めがね橋バス停から徒歩２分
　興善町バス停から徒歩３分
　めがね橋電停から徒歩２分
〇お問い合わせ
　長崎市包括ケアまちんなかラウンジ　TEL 893－6621　FAX 826－3021



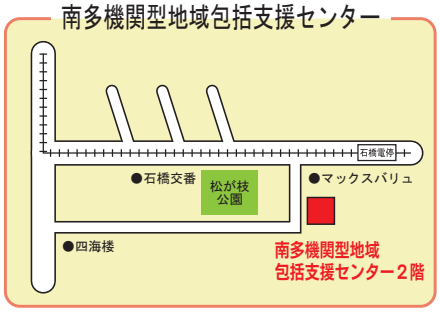
多機関型地域包括支援センター

「子育てと親の介護で大変」、「障害のある子の世話をしながら、自分の病気の治療が必要」など、家庭の中で悩みがたくさんあり、どこに相談したらいいのか分からないときには、まずご相談ください。

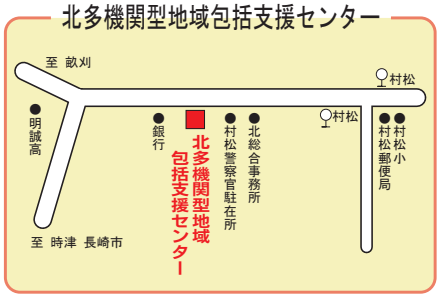
相談員（社会福祉士）が、あなたの悩みをひとつひとつ整理しながら、様々な関係機関と協力し解決に向けて支援します。

相談場所と日時

○南多機関型地域包括支援センター
長崎市相生町1-17　メゾンド田中202号
（大浦地域包括支援センター内）
月曜日～金曜日　午前８時３０分～午後５時３０分
（緊急時は、休日・時間外も連絡可能）
☎801−0711



○北多機関型地域包括支援センター
長崎市琴海村松町704-14
（北部地域包括支援センター内）
月曜日～金曜日　午前８時３０分～午後５時３０分
（緊急時は、休日・時間外も連絡可能）
☎801−2765



長崎県若年性認知症サポートセンター

県庁（長寿社会課）内に、若年性認知症支援コーディネーターを配置し、若年性認知症に関するご相談を電話やご来庁によりお受けします。

若年性認知症のことで、お困りのことがあったらお気軽にお電話ください。ご来庁の場合は事前予約をお願いします。

・相談専用電話：**895-2437**

相談場所と日時

○長崎市尾上町3-1　長崎県庁行政棟１階（長寿社会課内）
月曜日～金曜日　午前１０時～正午、午後１時～午後３時　（年末年始・祝日を除く）

毎月第３木曜日
又は第３金曜日　13：30～　**『若年性認知症の人の集い』**を開催しています。

○お問い合わせ
長崎県長寿社会課　☎895−2437　FAX 895−2576

市民相談

日常の生活のことでお困りの市民のかたの相談に応じています。

市政相談・一般相談
月～金曜日　午前8時45分～午後5時30分
（当日が祝日の時は、休み）

交通事故相談　月～金曜日　午前9時～12時／午後1時～午後4時
（当日が祝日の時は、休み）

弁護士による無料法律相談（オンライン相談可）
月・火・木曜日　午後1時～午後4時
（当日が祝日の時は、休み）

国税相談　毎月5日（土・日・祝日の時は、翌開庁日）

登記相談　火曜日（当日が祝日の時は、翌開庁日）

不動産相談　金曜日（第5金曜日は除く）（当日が祝日の時は、休み）

マンション管理相談・住宅リフォーム事前相談　第2水曜日（当日が祝日の時は、翌開庁日）

※法律・国税・登記・不動産・マンション管理・住宅リフォームの相談時間は、午後１時～午後４時。（１日８人以内）
事前予約は、前週月曜日から前日までに電話か市民相談窓口で（１日５人まで）
当日受付は、法律相談は相談当日の午前８時45分から11時30分まで。
法律相談以外は午前８時45分から午後３時40分までです。
※相談は、無料です。

くわしくは、自治振興課（市民相談窓口 ☎829－1231）へ

消費生活相談

市民のみなさんの、商品やサービスの契約など、消費生活に関するトラブル・被害等の相談に応じています。

消費生活相談　火曜日から日曜日・祝日　午前10時～午後5時
休所日　月曜日（月曜日が祝日の場合は翌平日）、年末年始
場所　消費者センター（メルカつきまち4階）
※相談は無料で、電話及び対面にて相談を受け付けています。
※長崎県消費生活センター（TEL 824－0999）も月曜日から金曜日の午前９時～午後５時（正午から午後1時を除く）まで相談を受け付けています。

くわしくは、消費者センター消費生活相談担当（☎829－1234）
または、全国共通「消費者ホットライン」（☎188）へ

消費生活出前講座

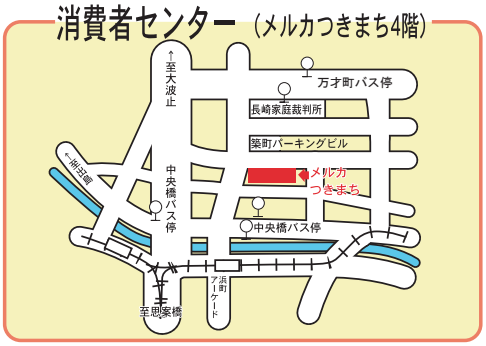
消費者トラブルに巻き込まれない、自分で考え、行動する消費者を育成するため、消費者センターの職員が出向いて講座を行います。

内　容　悪質商法等の事例、対処法及び契約の知識など消費生活に関すること

対　象　市民の老人会・老人クラブ等のグループ（原則として15名以上）でお申込みください。

日　時　原則として、消費者センター休業日（消費生活相談を参照ください）を除く日の、60分から90分程度。

その他　謝礼金・交通費は不要です。ただし、会場費用はグループで負担してください。なお、講座では、ご希望によりDVDも上映します。日程調整等ございますので、開催希望日の３週間前を目途に、まずは電話にて仮予約後、申請してください。



くわしくは、消費者センター（☎829－1500）へ

犯罪被害者等支援の総合相談

犯罪被害者やそのご家族、ご遺族が不安に感じていること、直面している問題など、その置かれている状況に応じて、市役所でできる手続きや支援制度のご案内、外部の関係機関におつなぎするなどの支援を行っています。

なお、プライバシーに配慮して個室で相談に応じています。

犯罪被害者等の支援の相談窓口　自治振興課（市役所10階）

受付日時　月～金曜日（祝日・年末年始を除く）午前8時45分～午後5時30分

くわしくは、自治振興課安全安心係（☎829－1211）へ

家庭や地域での人間関係等に関する相談

夫婦、家族、親族、恋人のこと、職場や地域での人間関係、セクハラ、DV、経済的なことで困っている。自分の生き方を見つめなおしたいなど。

一般相談（電話・面談）※予約優先

（女性相談員があなたの問題や気持ちの整理のお手伝いをします。）

日　時　毎日（年末年始を除く）：午前10時～午後４時（正午～午後１時を除く）
水曜夜間電話相談：午後６時～午後８時（祝日・年末年始を除く）

法律相談（面談）※上記一般相談後要予約

（弁護士が法的アドバイスをします）

日　時　毎週金曜日：午後１時～午後４時（祝日・年末年始を除く）

心の健康相談（面談）※予約優先

（臨床心理士が心の問題についてお話をお聴きします）

日　時　毎月２回：午後１時～午後４時

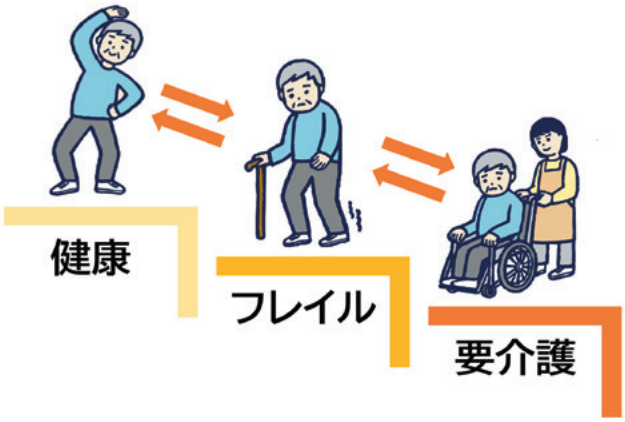
※相談は、無料です

くわしくは、人権男女共同参画室
アマランス相談（☎826－4417）へ

介護予防・生活支援のために

くわしくは、各総合事務所地域福祉課へ　中央（☎829－1429）　東（☎813－9001）
南（☎892－1113）　北（☎814－3400）

フレイルとは、元気と要介護の中間、年を重ねて体や心のはたらき、社会的なつながりが弱くなった状態です。そのまま放置すると、要介護状態になる可能性があります。大事なことは早めに気づいて適切な取り組みを行うことです。フレイルの段階で予防すれば、進行を緩やかにしたり、また元気に過ごせる可能性があります。



フレイルを予防するポイントは「運動」「食事（栄養＋口腔機能）」「社会参加」、つまり「動いて、食べて、人とつながる」ことです。いつまでも住み慣れた地域で、元気に自分らしく生活を続けるために、早めにフレイル予防に取り組み、介護が必要な状態への進行を防ぎましょう。



介護予防・日常生活支援総合事業

介護予防・生活支援サービス事業と一般介護予防事業の２つからなります。
ご利用につきましては、お近くの地域包括支援センターへご相談ください。

介護予防・生活支援サービス事業

要支援１・２又は事業対象者（※）を対象とした事業です。

※事業対象者：日常生活機能が低下していないか確認する25個の質問項目（基本チェックリスト）で介護予防の必要があると判断されたかた。介護認定不要で介護予防・生活支援サービスを利用することができます。

訪問型サービス

介護事業所による介護予防訪問介護サービスと、地域の多様なサービスからなります。

<table>
<tr><th>サービスの種類</th><th>サービス内容</th></tr>
<tr><td>短期集中型訪問サービス</td><td>理学療法士、作業療法士、歯科衛生士、管理栄養士、保健師等の保健医療専門職が訪問し、相談指導を行うことで、短期集中的に機能回復を図るサービスです。
●利用料：無料</td></tr>
<tr><td>住民主体型訪問サービス</td><td>ゴミ出し・草むしり・電球交換・花の水やり等の簡易な援助を、地域住民の協力によって提供される住民主体のサービスです。（今後実施予定）</td></tr>
<tr><td>生活援助サービス</td><td>一人暮らし、又は高齢者のみの世帯等で、家族が疾病や障害等により家事支援が難しい場合に、身体介護以外の掃除・洗濯・調理等の家事を、お手伝いするサービスです。
● 1回あたりのサービス費の目安
<table>
<tr><th>利用回数</th><th>サービス費</th><th>利用者負担額</th></tr>
<tr><td>1回あたり</td><td>2,154円～</td><td>216円～</td></tr>
</table>
※上記の額は加算に係る費用は含まれていません。
※利用者負担額は1割負担のかたの場合
※週1回程度の利用の場合、月5回まで
※週2回程度の利用の場合、月10回まで</td></tr>
<tr><td>介護予防訪問介護相当サービス</td><td>自力では困難な日常生活動作を、訪問介護員（ヘルパー）により実施する、身体介護・生活援助サービスです。
● 1か月あたりのサービス費の目安
<table>
<tr><th>利用回数</th><th>サービス費</th><th>利用者負担額</th></tr>
<tr><td>週1回程度</td><td>12,006円～</td><td>1,201円～</td></tr>
<tr><td>週2回程度</td><td>23,983円～</td><td>2,399円～</td></tr>
</table>
※上記の額は加算に係る費用は含まれていません。
※利用者負担額は1割負担のかたの場合</td></tr>
</table>

通所型サービス

介護事業所による介護予防通所介護サービスと、地域の多様なサービスからなります。

<table>
<tr><th>サービスの種類</th><th>サービス内容</th></tr>
<tr><td>短期集中型通所サービス
※送迎あり</td><td>初めて通所型サービスを利用するかた等を対象に、保健医療専門職による運動・認知機能向上プログラムを短期集中的に、集団で行うサービスです。
●利用料：無料</td></tr>
<tr><td>住民主体型通所サービス（高齢者ふれあいサロン）
※送迎なし</td><td>介護予防・閉じこもりを防止するため、地域の身近な場所で、運動やレクリエーション等を住民が自主的に行うサービスです。
●利用料：無料</td></tr>
<tr><td>ミニデイサービス
※送迎あり</td><td>生活援助や見守りが必要な高齢者に対し、機能訓練やレクリエーションなどを、半日（３～５時間）程度で行うサービスです。
※入浴・食事は含まれないため、利用の場合は実費負担となります。
●１回あたりのサービス費の目安
<table>
<tr><th>利用回数</th><th>サービス費</th><th>利用者負担額</th></tr>
<tr><td>１回あたり</td><td>3,579円～</td><td>358円～</td></tr>
</table>
※上記の額は加算に係る費用は含まれていません。
※利用者負担額は１割負担のかたの場合
※要支援１・事業対象者（週１回程度）月５回まで
※要支援２・事業対象者（週２回程度）月10回まで</td></tr>
<tr><td>介護予防通所介護相当サービス
※送迎あり</td><td>身体介助や生活援助、見守りが必要な高齢者に対し、食事・入浴・その他の必要な日常生活上の支援や機能訓練などを提供するサービスです。
●１か月あたりのサービス費の目安
<table>
<tr><th>利用回数</th><th>サービス費</th><th>利用者負担額</th></tr>
<tr><td>要支援１
事業対象者(週１回程度)</td><td>18,231円～</td><td>1,824円～</td></tr>
<tr><td>要支援２
事業対象者(週２回程度)</td><td>36,716円～</td><td>3,672円～</td></tr>
</table>
※上記の額は加算に係る費用は含まれていません。
※利用者負担額は１割負担のかたの場合</td></tr>
</table>

総合支援配食サービス

単身世帯、あるいは市が必要と認める場合で、高齢者のみの世帯又はこれに準ずる世帯に属する安否確認が必要なかたで、低栄養状態等栄養改善の必要性がある事業対象者及び要支援者のうち、日常生活における食事のみによっては、栄養状態が改善しないと見込まれるかたに対し、定期的に居宅に訪問して安否確認を行うとともに、栄養バランスの取れた食事を配達します。

利用料　1食270～620円（主食あり）、270～610円（主食なし）

一般介護予防事業

全高齢者を対象とした事業です。

すこやか運動教室

高齢者のかたが地域で自主的に運動に取り組めるよう支援しています。

月に2回、公民館やふれあいセンターなどで「すこやか運動教室」を行っています。

家庭でも取り組める筋力アップのための体操の紹介と、介護予防に関する講話等を行っています。

登録制となっておりますので、参加を希望される場合は各総合事務所地域福祉課までお問い合わせください。全高齢者を対象とした事業です。

生涯元気教室（ピンピン！からだ編、シャンシャン♪こころ編）

長く元気で生活できるよう、自宅で仲間で取り組める、からだづくり、こころづくりの具体的方法を、スポーツインストラクターやレクリエーション指導者が伝授します。市内にお住いのおおむね65歳以上で構成される団体（10名以上）を対象とします。

前月の５日までに、高齢者すこやか支援課（☎829－1146）までお申し込みください。

地域住民による集いの場

地域には、高齢者ふれあいサロン、社協サロン、自主グループ等、地域のみなさんで運営している集いの場があります。

身近な地域のみなさんと一緒に、

★健康づくり　★生きがいづくり　★仲間づくり

を通して、長く元気に過ごしていきましょう！！

くわしくは、各総合事務所地域福祉課へ　中央（☎829－1429）　東（☎813－9001）
南（☎892－1113）　北（☎814－3400）

やってみよう！

ボランティア養成講座

長く元気に、地域で生活をするために、ボランティア養成講座を開催しています。ボランティア活動を通して、仲間づくりができ、楽しみ・生きがいとなっているかたも多くいます。皆さんも一緒に活動してみませんか。

高齢者ふれあいサロンサポーター	シルバー元気応援サポーター	あじさいサポーター
		
地域の身近な場所で高齢者が気軽に集える場所として開設している「高齢者ふれあいサロン」で、企画・運営を行っています。	地域のサロンや老人クラブなどの活動場所へ出向き、介護予防体操（せ～のぉ体操）を紹介しています。	長崎市で実施している介護予防事業で、参加者への声かけ・見守り等の支援を通して、参加者が楽しく事業に参加継続できるようサポートします。
介護施設ボランティア	**在宅ボランティア**	**認知症サポートリーダー**
		
長崎市内の介護施設に入所しているかたの話し相手や趣味、施設の行事などのお手伝いをしています。	日頃から地域住民による声かけや話し相手などを通して、助け合い・見守りを行い、必要時は専門の相談機関へつなげたりします。	地域住民への「認知症」に関する啓発活動や認知症高齢者やその家族の在宅生活を支える支援者として活動しています。

※ボランティア活動について、詳しくはＰ61をご覧ください。

地域のみんなで一緒に取り組む介護予防活動を応援します

自分らしく地域で暮らし続けるためには、一人ひとりができる限り介護予防に努めるとともに、地域や家庭の中で何らかの役割を担いながら生活することが大切です。また、役割を担うことは、介護予防にもつながります。地域の誰もが参加できる、身近な場所での教室やサロンなどの住民による自主的な介護予防の立ち上げや運営、ボランティア活動への参加等、幅広く応援します。

歯つらつ健康教室

いつまでも食事をおいしくいただけるよう、お口の機能を見直し、嚥下体操等も紹介します。エイジングケアにかかせないお口の老化防止のための教室です。

前月の５日までに、高齢者すこやか支援課（☎829－1146）までお申し込みください。

高齢者ふれあいサロン　★（P 12 住民主体型通所サービス）

一人暮らし高齢者が増える中で、閉じこもりや孤立を防止することを目的に、高齢者のかたが地域の身近な場所（公民館など）で自主的に集い、交流する場として「高齢者ふれあいサロン」を開設しています。また、サロン活動を支援するサポーターの養成講座をサロンの開設前に開催しています。

在宅生活支援事業

高齢者のかたが介護が必要となっても、在宅で自立した生活が送れるよう各種支援を実施します。

くわしくは、各総合事務所地域福祉課へ　中央（☎829－1429）　東（☎813－9001）
南（☎892－1113）　北（☎814－3400）

要介護者配食サービス

要介護状態と判定された単身世帯、あるいは市が必要と認める場合で、高齢者のみの世帯又はこれに準ずる世帯に属する安否確認が必要なかたで、訪問介護サービス等での食の確保や栄養バランスが保てず、自立支援の観点からサービスを利用することが適切であるかたに対し、定期的に居宅に訪問して安否確認を行うとともに、栄養バランスの取れた食事を配達します。

利用料　1食270～620円（主食あり）、270～610円（主食なし）

緊急通報システム（旧緊急時訪問介護）

一人暮らし等の高齢者で、緊急を要する疾患をお持ちのかたに急病等の緊急時に迅速かつ適切な対応を図れるよう緊急通報装置等を設置し、必要に応じて利用者宅へ急行します。

利用料　1月あたり514円

徘徊高齢者等家族支援

認知症等によりひとり歩き徘徊をした場合に、早期に発見できるシステムを活用し、その居場所を家族に伝え、事故防止を図ります。

利用料　駆けつけ付きサービス　1月あたり1,320円（別途、サービス利用に応じた費用がかかります。）
保険付きサービス　1月あたり3,300円

訪問理美容サービス

理容店や美容院へ出向くことが困難な高齢者のかたに、理美容師が自宅へ出向いてサービスを行います。

理美容代金は自己負担（理美容院により代金は異なります。）

日常生活用具給付

一人暮らし等で心身機能の低下により、防火等の配慮が必要な高齢者のかたに、電磁調理器・火災警報器（2個まで）・自動消火器を給付します。

ただし、給付を受けようとする本人を含む世帯全員の市民税が非課税であることが要件となります。



高齢者安心火災警報器給付

火災発生時に、１人では屋外に避難できない１人暮らしの高齢者等に対し、室内の火災警報器（３個まで）、及び屋外警報ランプ付ブザーを給付します。

ただし、給付を受けようとする本人を含む世帯全員の市民税が非課税であることが要件となります。

ふれあい訪問収集

斜面地・路地の奥やエレベーターのない中高層住宅にお住まいの要支援又は要介護認定を受けた一人暮らし高齢者等で、ごみ出しが困難なかたに対し、ごみの戸別収集を行います。

なお、収集の際には安否確認のための声かけを行います。

利用料　無料

移送支援サービス（事業対象者のかた。ただし、運動機能低下該当者に限ります。）

斜面地等にお住まいで外出が困難な高齢者のかたに、通院又は日常的な社会参加を支援するため、自宅から自力で移動可能な場所まで移送支援を行います。

利用料　1回100円（片道で所要時間が30分未満を1回とします。）

その他の事業

安心カード

65歳以上の一人暮らしの高齢者もしくは避難行動要支援者等に最寄りの地域センター、各総合事務所及び各地域包括支援センターで交付します。緊急時の連絡先や健康に関わる情報を記入したカードを容器に入れて、冷蔵庫に保管してもらい、救急搬送等が必要なときに備えるものです。

くわしくは、各総合事務所地域福祉課　中央（☎829－1429）　東（☎813－9001）
南（☎892－1113）　北（☎814－3400）
高齢者すこやか支援課（☎829－1146）

成年後見制度利用支援

一人暮らしをされている高齢者等で、十分な判断能力がなく、また保護者がいないために介護保険サービス等を受けることができないかたに、本人保護の必要性を確認のうえ、市が、成年後見人の選任の申立てを家庭裁判所に対し行います。また、後見人等への報酬等は本人負担が原則ですが、本人負担が困難な場合には、市が費用の一部又は全部を負担します。

申し立てに関することは、長崎市権利擁護・成年後見センター（☎894－4500）
後見人への報酬等の助成に関することは、高齢者すこやか支援課（☎829－1146）

（※長崎市権利擁護・成年後見支援センターについて、詳しくはP5をご覧ください。）

日常生活自立支援事業

在宅や施設等で、福祉サービスの利用や日常的な金銭管理等に不安があるかたが、地域の中で安心して暮らせるようお手伝いします。

○　サービスの内容

1．福祉サービスの利用援助
2．日常的金銭管理サービス
3．生活改善のための情報提供、助言、手続きの援助
4．書類等預かりサービス

※ただし、2～4のみの利用は不可

○　利用料金

1．福祉サービス等についての相談	無料
2．利用者に代わって行うお金の出し入れや支払い、役所の手続き、福祉サービスの利用のための手続きなど	利用料金：1,500円/回 基本料金：1,000円/月

※生活保護を受けているかたは全て無料です。ただし、計画を超える回数については、有料になる場合もあります。

○　対象となるかた

認知症高齢者、知的障害者、精神障害者等で判断力が不十分なかたであって、本事業の契約内容について理解できると認められるかた。

○　受付日

月曜日～金曜日　午前9時～午後5時（土日祝日、年末年始は休み。）

くわしくは、長崎市社会福祉協議会（恵美須町4番5号 NBC3rdビル3階）
福祉あんしんセンターながさき（☎828－0162）

徘徊高齢者等ＳＯＳネットワーク事業

認知症は、誰にでも起こりうる脳の病気であり、起こる行動の１つとして**『徘徊』**があります。

認知症高齢者が徘徊等で行方不明になった時に、一刻も早く発見・保護することができるよう、またご家族の負担を軽減するため、**「長崎市徘徊高齢者等ＳＯＳネットワーク事業」**を利用しましょう。



- 事前に登録されたかたが行方不明になられた際、市内の地域包括支援センター・捜索に協力していただける協力事業所等に捜索依頼情報をメールで一斉送信し、可能な範囲で捜索に協力していただくことで、早期発見・早期保護につなげます。
- 申請書は、各総合事務所・長崎市高齢者すこやか支援課・市内の地域包括支援センター窓口にあります。
- 長崎市のホームページからもダウンロードできます。
- **本人・ご家族の利用申請に関する相談は各総合事務所へ**
- **協力事業所の登録申請は長崎市電子申請サービスから**

事前登録が必要です

長崎市認知症カフェ

◆長崎市の認知症カフェは

認知症のことや物忘れ等が気になりはじめたご本人やご家族、地域の誰もが気軽に集い、楽しく過ごしながら情報や仲間が得られ、社会とつながることができる安心な場所です。

住み慣れた地域で安心してその人らしい生活を継続すると共に、支え合える地域づくりの推進に取り組んでいます。

※病院等が独自に取り組んでいるところもあります。
※詳しくは、市ホームページまたは右記の二次元コードよりご確認ください。
※開催日時・場所等に関するお問い合わせは、各地域包括支援センターへ（P2参照）

スマートフォンアプリを使用したみまもりあい支援

◆みまもりあいアプリについて

高齢者のご家族と、捜索に手を貸していただける協力者をスマートフォンアプリでつなぎ、なるべく早く発見・保護につなげるためのみまもりシステムです。

みまもりあいアプリの流れ

Androidのかた　iPhoneのかた

①アプリ（無料）をダウンロードし、
「連絡先」「顔写真」等の事前登録をします。

②行方不明発生時、ご家族が直接、協力者へ捜索依頼を出すことができます。

③協力者が発見した場合は、「捜索者情報」の連絡先へ直接連絡が入ります。

④みまもりあいステッカー（有料）を登録すると個人情報が守られた状態で依頼ができます。



2.3×4.3㎝のオレンジ色のステッカー　※持ち物に貼ったり、服に縫い付けることができます

（利用料金）　初期費用2,000円、年会費3,600円、ステッカー48枚セット

詳細は長崎市ホームページまたは右記の二次元コードよりご確認ください。

認知症のひとり歩きにより行方不明になられたら

行方不明になられた場合に、早く発見・保護するために大切なことは、速やかに捜索を開始することです。ためらわず、警察（110番）とあじさいコール（☎822-8888）に連絡してください。

捜索についてのチェック表や各種支援の詳細は市ホームページまたは右記の二次元コードよりご確認ください。

介護保険制度

介護保険ってどんな制度

介護保険の仕組み

高齢者のかたが、介護や支援を必要とする状態になっても、自立した生活ができるよう、その介護を社会全体で支える仕組みです。

介護保険のあらまし

●制度の運営主体（保険者）は、市区町村です。

●介護保険に加入するのは、40歳以上のかたです。

●次のようなかたの場合にサービスが受けられます。

・65歳以上のかた（第1号被保険者）
常に介護を必要とする状態（要介護状態）や、日常生活に支援が必要な状態（要支援状態）になった場合に申請ができます。

・40歳から64歳までのかた（第2号被保険者）
特定の病気（「特定疾病」といい、以下の16種類が該当します。）が原因で要介護状態や要支援状態になった場合に申請ができます。

・16種類の特定疾病

①がん（医師が一般に認められている医学的知見に基づき回復の見込みがない状態に至ったと判断したものに限る。）
②関節リウマチ
③筋萎縮性側索硬化症
④後縦靭帯骨化症
⑤骨折を伴う骨粗鬆症
⑥初老期における認知症
⑦進行性核上性麻痺
大脳皮質基底核変性症及びパーキンソン病
⑧脊髄小脳変性症
⑨脊柱管狭窄症
⑩早老症
⑪多系統萎縮症
⑫糖尿病性神経障害、糖尿病性腎症及び糖尿病性網膜症
⑬脳血管疾患
⑭閉塞性動脈硬化症
⑮慢性閉塞性肺疾患
⑯両側の膝関節又は股関節に著しい変形を伴う変形性関節症

介護サービスを利用するには

申請から介護サービス利用開始までの流れ

・新規申請
・区分変更申請

介護サービスが必要になった時又は心身の状態が変わった時にいつでも申請できます。

・更新申請

引き続き介護サービスを利用される場合は、認定の有効期間が切れる60日前から申請ができます。

主治医意見書
長崎市から主治医（かかりつけ医）宛に、医学的観点から、心身の状況に関する意見書の作成を依頼します。

認定調査
調査員がご自宅又は入院・入所先に伺い、日常生活の状況について調査を行います。

介護認定審査会での審査・判定
保健・医療・福祉の分野の専門家で構成される長崎市介護認定審査会で、認定調査票と主治医意見書をもとに「非該当」、「要支援1～2」、「要介護1～5」のうち、いずれに該当するか審査・判定を行います。

認定結果の通知
申請後、およそ30日で認定審査を行い、認定結果が送られてきます。

非該当 / 要支援1・要支援2 / 要介護1～5

介護予防サービス計画の作成
地域包括支援センターの職員等が、ご本人の生活機能の維持向上を目指し、心身の状態やご希望にそって作成します。

居宅サービス計画の作成
介護支援専門員（ケアマネジャー）が、ご本人が望む生活の実現に向け、心身の状態やご希望にそって作成します。

介護予防サービス利用開始
地域支援事業を利用

介護サービス利用開始

介護保険で受けられるサービス

居宅サービス、地域密着型サービス及び施設サービス

介護保険で受けられる介護サービスは、「居宅サービス」「地域密着型サービス」「施設サービス」です。「居宅サービス」については、ケアプランにもとづいて、さまざまなサービスを組み合わせて利用できます。

要支援者が利用できるサービス一覧

区分	サービス		要支援状態区分	
			要支援1	要支援2
居宅サービス	家庭を訪問するサービス	介護予防訪問入浴介護	○	○
		介護予防訪問看護	○	○
		介護予防訪問リハビリテーション	○	○
		介護予防居宅療養管理指導	○	○
	日帰りで通うサービス	介護予防通所リハビリテーション	○	○
	施設への短期入所サービス	介護予防短期入所生活介護	○	○
		介護予防短期入所療養介護	○	○
	その他のサービス	介護予防特定施設入居者生活介護	○	○
		介護予防福祉用具貸与	△	△
		特定介護予防福祉用具購入	○	○
		介護予防住宅改修費支給	○	○
地域密着型サービス	日帰りで通うサービス	介護予防認知症対応型通所介護	○	○
	その他のサービス	介護予防小規模多機能型居宅介護	○	○
		介護予防認知症対応型共同生活介護	×	○

注　△は一部利用できないものがあります
　　×は利用できません

要介護者が利用できるサービス一覧

区分	サービス		要介護状態区分	
			要介護1	要介護2~5
居宅サービス	家庭を訪問するサービス	訪問介護	○	○
		訪問入浴介護	○	○
		訪問看護	○	○
		訪問リハビリテーション	○	○
		居宅療養管理指導	○	○
	日帰りで通うサービス	通所介護	○	○
		通所リハビリテーション	○	○
	施設への短期入所サービス	短期入所生活介護	○	○
		短期入所療養介護	○	○
	その他のサービス	特定施設入居者生活介護	○	○
		福祉用具貸与	△	△
		特定福祉用具購入	○	○
		住宅改修費支給	○	○
地域密着型サービス	家庭を訪問するサービス	定期巡回・随時対応型訪問介護看護	○	○
		夜間対応型訪問介護	○	○
	日帰りで通うサービス	地域密着型通所介護	○	○
		認知症対応型通所介護	○	○
	その他のサービス	小規模多機能型居宅介護	○	○
		看護小規模多機能型居宅介護	○	○
		認知症対応型共同生活介護	○	○
		介護老人福祉施設入所者生活介護	原則要介護3以上	
施設サービス	介護老人福祉施設		原則要介護3以上	
	介護老人保健施設		○	○
	介護医療院		○	○

注　△は一部利用できないものがあります

費用の1割～3割は利用者の負担です

介護サービスを受けた時の利用者負担は1割～3割です

●介護保険では、ホームヘルプサービスやデイサービス、特別養護老人ホームへの入所等いろいろな介護サービスを利用した時は、原則としてかかった費用の1割～3割を負担します。
●施設に入った場合には、費用の1割～3割のほか食費・居住費、日常生活費も負担します。

移送支援サービス（介護保険の市町村特別給付）

1. 坂のまち長崎での外出を支援する長崎市独自のサービス

●長崎市では、斜面地等に住んでいる高齢者のかたが介護サービスを利用する時や、病院に通うとき等に自宅から車道まで移送介護員がお手伝いする「移送支援サービス“いこ～で”」を実施しています。これは、長崎市独自の制度です。

2. 利用料はかかった費用の5％を負担していただきます

●移送支援サービスを利用するときの利用者の負担金は、移送介護員1人につき次のとおりです。
・30分未満……100円（保険からの負担が1,900円です）
・30分以上1時間未満……200円（保険からの負担が3,800円です）
●利用するためには、介護保険課に申請して、利用者証の交付を受けることが必要です。
※介護保険の対象者だけでなく、身体障害者・難病患者のかたも利用できる場合があります。（詳しくは、障害福祉課　支援係☎829-1141へご相談ください。）

いろいろな利用者負担の軽減措置があります

1. 居宅介護（障害者のホームヘルプサービス）利用者の場合

障害者施策による居宅介護（ホームヘルプサービス）の利用時に境界層該当として定率負担額が0円となっているかたで、65歳から介護保険の対象となられたかたや、特定疾病による障害が原因で要支援・要介護認定を受けた40～64歳のかたは、ホームヘルプサービスの利用者負担が0円に減免されます。

2. 低所得の障害者のかたの場合

一定の要件を満たしたかたが障害福祉サービスに相当するサービスを介護保険で利用する場合、償還払いにより、利用者負担が軽減されます。

【要件】①介護保険サービスに相当する障害福祉サービス（居宅介護、生活介護等）に係る支給決定を65歳に達する前に5年間引き続き受けていた
②障害福祉サービスに相当する介護保険サービス（訪問介護、通所介護等）を利用する
③65歳に達する日の前日の属する年度※において本人及び同一世帯に属する配偶者が「市町村民税非課税」または「生活保護」に該当していた
※65歳に達する日の前日の属する月が４月から６月までの場合にあっては前年度
④65歳に達する日の前日において障害支援区分が区分２以上であった
⑤65歳に到達した後、特定の介護保険サービス提供月※において本人及び同一世帯に属する配偶者が「市町村民税非課税」または「生活保護」に該当している
※当該サービスを利用した月が４月から６月までの場合にあっては前年度
⑥65歳に達するまでに介護保険法による保険給付を受けていない

3. 社会福祉法人が提供するサービスを利用している場合

社会福祉法人によっては、低所得者で特に生計が困難なかたや生活保護受給のかたが特別養護老人ホーム、デイサービス、ショートステイ、ホームヘルプサービス等を利用したときに利用料（生活保護受給のかたについては、個室の居住費）を減免するところもあります。

4. 施設サービスを利用する場合

施設での食費・居住費についても、所得や資産の状況に応じて減額します（下の表）。

また、介護保険制度が始まる前から特別養護老人ホームに入所しているかたは、経過措置として別途食費・居住費及び利用者負担を減額します。

施設での食費・居住費の利用者負担（令和8年8月から）

減額後の利用料（日額）／利用者負担段階		食費		居住費			
		短期入所サービス	施設サービス	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
第1段階	市民税非課税世帯の老齢福祉年金受給のかたか、生活保護受給のかた	300円	300円	880円	550円	特養380円 老・医550円	0円
第2段階	市民税非課税世帯であって、年金収入等(※1)が82.65万円以下のかた	600円	390円	880円	550円	特養480円 老・医550円	430円
第3段階①	市民税非課税世帯であって、年金収入等(※1)が82.65万円超120万円以下のかた	1,030円	680円	1,370円	1,370円	特養880円 老・医1,370円	430円
第3段階②	市民税非課税世帯であって、年金収入等(※1)が120万円超のかた	1,360円	1,420円	1,470円	1,470円	特養980円 老・医1,470円	530円 〔430円〕
第4段階	上記以外のかた	（減額はありません）					

〔　〕は老健・医療院等で室料を徴収しない場合。

下記2つのうちいずれかに該当するかたは、減額の対象となりません。

●預貯金等(※2)　年金収入額等が82.65万円以下　→預貯金等の合計が単身650万円、夫婦1,650万円超

年金収入額等が82.65万円超120万円以下　→預貯金等の合計が単身550万円、夫婦1,550万円超

年金収入額等が120万円超　→預貯金等の合計が単身500万円、夫婦1,500万円超

●配偶者の所得　世帯分離している（住民票上世帯が異なる）配偶者が課税されている

（※1）年金収入等 … 前年の課税年金収入額、その他の合計所得金額及び非課税年金収入額の合計額。

（※2）預貯金等　… 預貯金、有価証券、投資信託、現金など。

5. ひと月の利用者負担が高額になった場合(高額介護サービス費)

同じ月内に受けた介護サービスの利用者負担額（1割～3割）の合計が上限額（下の表）を超えた場合、申請により超えた分が支給されます。

くわしくは、介護保険課へおたずねください。（☎829-1163）

自己負担の限度額（月額）（令和8年8月から）

区　分		限度額
市民税課税世帯	課税所得690万円(年収約1,160万円)以上の方がいる場合	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)の方がいる場合	93,000円（世帯）
	課税所得380万円(年収約770万円)未満の方がいる場合	44,400円（世帯）
世帯全員が市民税非課税の方等		24,600円（世帯）
	・老齢福祉年金受給者の方 ・前年のその他の合計所得金額＋課税年金収入額の合計が82.65万円以下の方	24,600円（世帯） 15,000円（個人）
生活保護受給者の方等		15,000円（個人）

6. 年間の医療保険と介護保険の負担が高額になった場合(高額医療合算介護サービス費)

医療保険と介護保険の年間の自己負担額を合算して上限額（下の表）を超えた場合、申請により超えた分が支給されます。

医療と介護の自己負担合算後の限度額（年額）　●計算期間は、毎年8月1日から翌年7月31日までの12ヵ月間。

70歳未満のかた

区　分		限度額
※1 基準総所得額	901万円超	212万円
	600万円超～901万円以下	141万円
	210万円超～600万円以下	67万円
	210万円以下	60万円
市民税非課税世帯		34万円

※1 後期高齢者医療制度の対象者も含みます。

70歳以上のかた※1

区　分		限度額
課税所得	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 （市民税課税世帯のかた）		56万円
低所得者 （市民税非課税世帯のかた）		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円になるかた	19万円

高額医療・高額介護合算制度に関するお問い合わせで全般的なものは…
〇あじさいコール（☎822－8888）　例：受付場所や持参するものなど

高額医療・高額介護合算制度に関し、専門的なお問い合わせは…
〇国民健康保険のかたは国民健康保険課におたずねください。（☎829－1136）

〇後期高齢者医療保険のかたは後期高齢者医療室におたずねください。
（☎829－1139）

〇被用者保険（職場の健康保険）のかたは介護保険課で「自己負担額証明」の申請を行い、「証明書」の交付を受けた後に、各保険者の窓口に提出する必要があります。

＊各保険者におたずねください。



7. 被爆者の場合

介護保険サービス利用の助成があります。(※但し利用限度額を超えてサービスを利用した場合は限度額を超えた分は全額自己負担となります。)

訪問介護等は、所得税非課税世帯が対象で事前申請が必要です(下表★)。

<table>
<tr><th>介護保険サービス</th><th colspan="2">被爆者の利用料の自己負担分</th><th>サービス費用対象外(自己負担分)</th></tr>
<tr><td>訪問入浴介護・介護予防訪問入浴介護</td><td colspan="2" rowspan="2">1～3割負担</td><td rowspan="4">事業所の実施地域以外の場合の交通費</td></tr>
<tr><td>夜間対応型訪問介護</td></tr>
<tr><td>訪問介護・介護予防訪問介護相当サービス(ホームヘルプサービス)</td><td>1～3割負担</td><td>★所得税非課税世帯は助成あり</td></tr>
<tr><td>生活援助サービス</td><td colspan="2">1～3割負担</td></tr>
<tr><td>定期巡回・随時対応型訪問介護看護</td><td colspan="2" rowspan="5">助成あり</td><td rowspan="5">食費、おむつ代、日用品代等</td></tr>
<tr><td>訪問看護・介護予防訪問看護</td></tr>
<tr><td>訪問リハビリテーション・介護予防訪問リハビリテーション</td></tr>
<tr><td>居宅療養管理指導・介護予防居宅療養管理指導</td></tr>
<tr><td>通所介護・介護予防通所介護相当サービス・地域密着型通所介護・認知症対応型通所介護・介護予防認知症対応型通所介護(デイサービス)・通所リハビリテーション・介護予防通所リハビリテーション(デイケア)</td></tr>
<tr><td>ミニデイサービス</td><td colspan="2">1～3割負担</td><td></td></tr>
<tr><td>短期入所生活介護・介護予防短期入所生活介護(ショートステイ)、短期入所療養介護・介護予防短期入所療養介護(医療型ショートステイ)</td><td colspan="2" rowspan="3">助成あり</td><td>食費、調理代、理美容代、日用品代、滞在費等</td></tr>
<tr><td>認知症対応型共同生活介護・介護予防認知症対応型共同生活介護(グループホーム)</td><td>食費、居住費、理美容代、おむつ代、日用品代等</td></tr>
<tr><td>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</td><td rowspan="2">食費、調理代、日用品代、宿泊費等</td></tr>
<tr><td>複合型サービス(看護小規模多機能型居宅介護)</td><td colspan="2" rowspan="3">1～3割負担</td></tr>
<tr><td>特定施設入居者生活介護・介護予防特定施設入居者生活介護</td><td>おむつ代、日用品代等</td></tr>
<tr><td>福祉用具貸与・介護予防福祉用具貸与</td><td>事業所の実施地域以外の場合の交通費、搬入に係る特別な措置の費用</td></tr>
<tr><td>福祉用具購入、住宅改修費</td><td colspan="2">助成あり</td><td>―</td></tr>
<tr><td>介護老人福祉施設入所・地域密着型介護老人福祉施設(特別養護老人ホーム)入所</td><td colspan="2" rowspan="3">助成あり</td><td rowspan="3">食費、居住費、特別な食事の提供代、特別室代、理美容代、日用品代等</td></tr>
<tr><td>介護老人保健施設入所</td></tr>
<tr><td>介護医療院入所</td></tr>
<tr><td>養護老人ホーム入所(措置入所分)</td><td colspan="3">費用負担額を払い戻し(申請が必要です)</td></tr>
</table>

くわしくは、原爆被爆対策部援護課へ(☎829－1149)

介護保険料　65歳以上のかた（第1号被保険者）の保険料

保険料の決め方

介護保険料の基準額（81,600円）をもとに、毎年度の初日（4月1日）の世帯の市町村民税の課税状況と被保険者のかたの前年中の収入・所得に応じて段階的に保険料が決められます。

所得段階	対　象　者	計算方法	年間保険料
第1段階	・生活保護受給者のかた ・老齢福祉年金受給者で世帯全員が非課税のかた 世帯全員が市町村民税非課税で、 本人の前年の課税年金収入額と合計所得金額の合計が82.65万円以下のかた	基準額×0.285	23,300円
第2段階	世帯全員が市町村民税非課税で、 本人の前年の課税年金収入額と合計所得金額の合計が82.65万円超120万円以下のかた	基準額×0.485	39,600円
第3段階	世帯全員が市町村民税非課税で、 本人の前年の課税年金収入額と合計所得金額の合計が120万円を超えるかた	基準額×0.685	55,900円
第4段階	世帯の誰かに市町村民税が課税されているが本人は市町村民税非課税で、 前年の課税年金収入額と合計所得金額の合計が82.65万円以下のかた	基準額×0.9	73,400円
第5段階（基準）	世帯の誰かに市町村民税が課税されているが本人は市町村民税非課税で、 前年の課税年金収入額と合計所得金額の合計が82.65万円を超えるかた	基準額	81,600円
第6段階	本人が市町村民税課税で、前年の合計所得金額が120万円未満のかた	基準額×1.20	97,900円
第7段階	本人が市町村民税課税で、前年の合計所得金額が120万円以上210万円未満のかた	基準額×1.30	106,000円
第8段階	本人が市町村民税課税で、前年の合計所得金額が210万円以上320万円未満のかた	基準額×1.50	122,400円
第9段階	本人が市町村民税課税で、前年の合計所得金額が320万円以上420万円未満のかた	基準額×1.70	138,700円
第10段階	本人が市町村民税課税で、前年の合計所得金額が420万円以上520万円未満のかた	基準額×1.90	155,000円
第11段階	本人が市町村民税課税で、前年の合計所得金額が520万円以上620万円未満のかた	基準額×2.10	171,300円
第12段階	本人が市町村民税課税で、前年の合計所得金額が620万円以上720万円未満のかた	基準額×2.30	187,600円
第13段階	本人が市町村民税課税で、前年の合計所得金額が720万円以上のかた	基準額×2.40	195,800円

保険料の納め方

納付方法は、受けている年金の額によって違いがあります。

受けている年金の額	年額18万円未満の場合	年額18万円以上の場合
納　め　方	「普通徴収」といいます。 納付書や口座振替で納付していただきます。	「特別徴収」といいます。 年金から天引きされます。

災害や失業等の特別な事情がある場合は、保険料の減免や徴収の猶予が受けられる場合もあります。介護保険課までご相談ください。

40歳から64歳までのかた（第2号被保険者）の保険料

第2号被保険者のかたは加入している医療保険の保険料（税）に介護保険料が上乗せされています。

加入している医療保険	国民健康保険	職場の医療保険
保険料の決め方	国民健康保険税と同様に前年の収入に基づき世帯ごとに計算されます。	給与（標準報酬月額）と各医療保険ごとに設定される介護保険料率によって算定されます。
納　め　方	医療分・後期高齢者支援分・子ども・子育て支援分と介護分の合計を国民健康保険税として納めます。	従来の医療分・後期高齢者支援分・子ども・子育て支援分に介護分が上乗せされて毎月の給与及び賞与から徴収されます。

介護保険のことをもっと詳しく知りたい

ガイドブック「なるほど介護保険」をご利用ください

介護保険制度全般についてさらに詳しく説明したガイドブック「なるほど介護保険」を作成しています。

介護保険課、各地域センター、各地域包括支援センターで配布しています。

出前講座を随時開催しています。

介護保険課の職員が地域や職場に出向いて介護保険の利用方法について説明し、みなさんのご質問にお答えします。

インターネットホームページを開設しています。

長崎市のホームページでも、介護保険制度の説明や質問コーナーを開設し、みなさんの疑問等にお答えしています。



くわしくは、介護保険課（☎829－1163）へ

その他の介護保険関係情報

長崎市のホームページの他に、独立行政法人福祉医療機構が作成したホームページ（ＷＡＭＮＥＴ）があります。全国の事業所名等最新の情報が記載されています。



介護サービス情報の公表

長崎県内の介護サービス事業者のサービス内容については、厚生労働省の介護サービス情報公表システムで確認できます。



自宅で介護している家族のかたに

介護用品の支給

要介護４以上または要介護３であって対象要件に該当しているかたを介護している市内に住所がある家族のかたに、介護用品を支給します。ただし、介護を受けている本人を含む世帯全員の市民税が、非課税であることが要件となります。また、新規利用者で要介護３と判定されたかたは、要介護認定における認定調査票のうち、排尿又は排便の項目において全介助、一部介助又は見守り等に該当していることも要件となります。

支給される品目

紙おむつ、尿取りパッド、使い捨て手袋、清拭剤、ドライシャンプー、おしりふき、ポータブルトイレ用消臭剤、防水シーツ

（支給限度額　月額5,000円）

くわしくは、各総合事務所地域福祉課へ　中央（☎829－1429）　東（☎813－9001）
南（☎892－1113）　北（☎814－3400）

介護者慰労金

次の３項目のすべてに該当する寝たきりのかたを介護している市内に住所のある家族のかたに、介護者慰労金（年額10万円）を支給します。

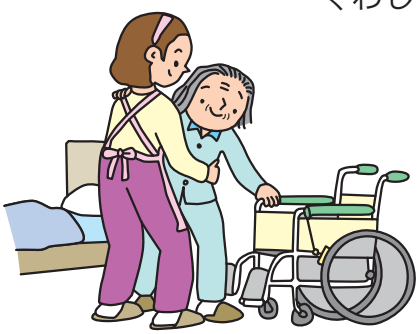
（1）　介護者慰労金の申請前6ヵ月間（入院期間を含まない）介護保険サービスを利用していないかた（1ヵ月程度のショートステイ利用は除く）
（2）　介護者慰労金の申請前6ヵ月に要介護4又は要介護5と認定されたかた
（3）　市民税非課税世帯のかた

くわしくは、各総合事務所地域福祉課へ　中央（☎829－1429）　東（☎813－9001）
南（☎892－1113）　北（☎814－3400）

家族等介護教室

在宅で高齢者の介護をしている家族や今後家族の介護をする予定のあるかたを対象に、介護に関する知識や技術を習得するための教室を開催します。

くわしくは、各総合事務所地域福祉課へ
中央（☎829－1429）　東（☎813－9001）
南（☎892－1113）　北（☎814－3400）



自宅へ訪問

友愛訪問

市内に居住する虚弱等により訪問が必要と認められるおおむね65歳以上の一人暮らしの高齢者等の安否確認や日常生活上の相談・助言のため、月1回程度各地区の民生委員さんが訪問を行います。

くわしくは、高齢者すこやか支援課（☎829－1146）へ

訪問歯科

●訪問歯科診療（長崎市歯科医師会）

通院が困難な方で歯の痛み、入れ歯が合わない、口から食べられない、以前より飲み込みづらい等という症状を改善するための治療を希望される場合はかかりつけ歯科医又は長崎市歯科医師会に直接ご連絡ください（費用は健康保険適用です）。

訪問診療可能な歯科医院の一覧は下記二次元コード（長崎市歯科医師会ホームページ）の



から閲覧可能です。

（※ご使用の端末によってはPDFデータがダウンロードされます。）

くわしくは、長崎市歯科医師会　茂里町3-19（☎846-1717）
ホームページ：https://www.nagasakidental.or.jp/

●お口“いきいき”健康支援（歯科健診）事業

長崎県後期高齢者医療の被保険者のかたは、毎年お口の中の健康チェック及び指導を無料で受けることができます。



【受診場所】「訪問型」（ご自宅）

※原則、要介護2以上で通院が困難なかたが対象です。
歯科医院で受診する「外来型」もあります。
詳しくは、P.38をご覧ください。

【自己負担費用】無料

くわしくは、長崎県後期高齢者医療広域連合（☎816-3930）へ

訪問看護　（定期的に訪問看護をしてほしい）

自宅で療養される高齢者が、安心して生活を送るために、かかりつけの医師の指示に基づき、訪問看護ステーションや医療機関の看護師が定期的に訪問して看護を行い、また、ご家族のかたに介護方法を指導し、自宅での療養を支えます。

対　象　者　①後期高齢者医療受給者で、寝たきり又は寝たり起きたりの状態の高齢者や、介護保険の要介護認定・要支援認定を受けているかた等
②障害や難病又は寝たきりの状態で療養中の乳幼児から高齢者のかた

内　　容　定期的な病状チェック、床ずれの予防・手当・清拭、洗髪、リハビリテーション、家族の介護指導・相談等

利　用　料　①介護保険対象：訪問看護ステーションによるサービス（所要時間 30 分以上 1 時間未満の場合）841 円（1 割負担の場合）
くわしくは、介護保険課（☎829－1163）へおたずねください。
②介護保険対象外：医療保険の自己負担額
ただし、交通費（バス、電車賃等）、材料費、時間外の訪問等については実費が原則として必要です。

利用手続き　介護保険対象については、居宅介護支援事業者又は介護予防支援事業者に相談し、介護保険対象外については、次表の訪問看護ステーション又はかかりつけの医師に申し込んでください。

R8.9.1現在

地区	事　業　所　の　名　称	事業所の所在地	電話番号
東部	ピエテ訪問看護ステーション	矢の平4丁目7−4 コーポM203	801−0642
	花椿訪問看護ステーション	矢の平4丁目9−18	807−4357
	セントケア訪問看護ステーション長崎	中川2丁目1-10　井手口ビル2階2F号室	823−6021
	訪問看護ステーション　ゆめライフ	桜馬場1丁目1−7	811−5077
	ニチイケアセンター長崎　訪問看護ステーション	桜馬場1丁目2−4　グリーンビル3F	811−4502
	訪問看護ステーション　Lila	桜馬場1丁目9−22	050−8895−4513
	双喜	伊勢町3-26　伊勢町コーポ301号	815−0040
	訪問看護ステーション　笑	風頭町3−29　1階	895−8725
	あなぶきケアサービス長崎　訪問看護事業所	勝山町41	895−7316
	長崎市医師会保健福祉センター	栄町2−22	818−6636
	ツクイ長崎訪問看護ステーション	万才町5−5　朝日生命長崎ビル1階	893−6167
	訪問看護ステーション　デューン長崎	金屋町9−32　ケイ・ワイ中尾201号	895−8035
	訪問看護ステーション　えきさい	興善町4番5号　カクヨウBLD3階	818−7771
	訪問看護ステーション　スマイルきゅあ	御船蔵町6−3	894−5030
	訪問看護ステーション　長崎ニューポート	中町5-14　丸善田川コーポ1階	895−8530
	グッドタイムホーム7・長崎駅前訪問看護ステーション	筑後町8-23	820−0011
	訪問看護ステーション　あいおい「立山荘」	立山5丁目17−53	827−6063
	訪問看護ステーション　あすなろ	西山4丁目474番6	804−9756
	訪問看護ステーション　ゆいまーる	宿町187-1	894−5358
	訪問看護ステーション　さくら	界1丁目9−2　大稲ビル	838−5365
	アシスト訪問看護リハビリステーション	矢上町6−10　小林ビル1階	832−0780
	訪問看護ステーション　たちばな	矢上町31−14	838−7303
	訪問看護ステーション　東長崎和仁会	中里町96	839−2051
西部	十善会訪問看護ステーション	淵町20−5	801−2620
	重工記念長崎病院訪問看護ステーション	丸尾町6−17	801−5945
	訪問看護ステーション　彩り小榊事業所	木鉢町2丁目60-5　シルフィード201	801−3632
	訪問看護ステーション　コルディアーレ長崎	大浜町317−5　大浜町松尾ビル1F	894−7511
	訪問看護ステーション　はーとふる長崎	福田本町185−2	865−2303
	訪問看護ステーション　しらゆり	三重町461-4	894−1900
	訪問看護ステーション　めぐりあい	京泊3−35−1	850−6000
	訪問看護ステーション　さくらの里	畝刈町1613−85 ニューポートメディカルビル1F	865−8170

R8.9.1現在

地区	事　業　所　の　名　称	事業所の所在地	電話番号
西部	訪問看護ステーション　PANDA	畝刈町1613−85 ニューポートメディカルビル1F	894−1441
	訪問看護ステーション　きずな	豊洋台1丁目32−2	850−6600
	合同会社訪問看護ステーション　鳴見	鳴見台2丁目5−11	850−5079
南部	訪問看護ステーション　そよかぜ	大浦町9−30	801−0680
	医療法人昭和会昭和会訪問看護ステーション	大浦町10−40	824−7041
	訪問看護ステーション　ほほえみ	日の出町4−14	801−0115
	医療法人社団春秋会訪問看護ステーション　太陽	松が枝町3−20	833−2078
	訪問看護ステーション　あすなろキッズ	新戸町1丁目7−18	090−3070−8398
	エース訪問看護ステーション	新戸町3丁目3−28　山川ビル102号室	893−8637
	訪問看護ステーション　喜まま	草住町5	090−9496−9516
	訪問看護ステーション　グリーン	江川町68−5	832−5500
	訪問看護在宅療養ステーション　桃花	末石町154−1	878−2500
	セントケア訪問看護ステーション長崎みなみ	竿浦町722−3　勝亦テナント105号	878−1011
	社会医療法人長崎記念病院　訪問看護ステーション	深堀町1丁目145−22	871−5006
	訪問看護ステーション　対人愛NJ	田上2丁目6−17	895−7499
	長崎南訪問看護ステーション“21”	田上2丁目14−15	823−2689
北部	訪問看護ステーション　ならの木	宝町9−14　2階	894−8009
	陽の出訪問看護ステーション	緑町3−19	813−0033
	日本赤十字社長崎原爆病院訪問看護ステーション	茂里町3−16	865−7806
	訪問看護ステーション　かなめ	目覚町11−6　新浦上ビル306号室	894−8331
	あいず訪問看護ステーション浦上駅前	目覚町6−1　OP目覚ビル1階	865−7266
	訪問看護ステーション　あんこう	浜口町14−16	844−4911
	フランシスコ訪問看護ステーション	小峰町9−20	846−1888
	スターチス訪問看護ステーション	三原2丁目12−8　岡アパート102号	070−9364−0802
	訪問看護ステーション　かいごの花みずき	本尾町2−32 101	842−8738
	訪問看護　ナーシングバディ	家野町10−17　田代ビル102	841−7772
	訪問看護ステーション　あおば	千歳町3−8 平方ビル2F	844−3411
	訪問看護ステーション　たにがわ	若葉町7−2 野口ビル203号	894−8177
	訪問看護ステーション　想　合同会社	赤迫2丁目9−25 MT清原3F	855−3828
	訪問看護ステーション　クローバー・ガーデン	泉3丁目2−38	849−2223
	つむぎ訪問看護ステーション	昭和1丁目7−8	801−2452

R8.9.1現在

地区	事　業　所　の　名　称	事業所の所在地	電話番号
北部	訪問看護ステーション　うぇるずらいふ大手	大手1丁目29－6	894－8821
	訪問看護ステーション　暖々	川平町1223－3	847－8030
	ここいろ訪問看護ステーション	滑石5丁目3－30　滑石商店センターB棟4号室	080－1542－1260
	虹が丘病院訪問看護ステーション	虹が丘町1－1	808－1435
	訪問看護ステーション　横尾	横尾3丁目26－2	855－0002
	訪問看護ステーション　ひかり	葉山1丁目3－12	857－3681
	訪問看護ステーション“ひまわり”	葉山1丁目28－15　S&B葉山ショッピングプラザ5F	855－3881
	訪問看護ステーション　すみ香	エミネント葉山町2－5	855－0511
	訪問看護ステーション　かすみ草	エミネント葉山町9－3	080－4275－0424
	訪問看護ステーション　結糸	緑が丘町1－4－2	841－7100
	訪問看護ステーション　Reafながさき	江里町7－9　吉岡ビル2階	050－8896－4199
	訪問看護事業所　サンハイツ	城栄町17－14　佐々野ビル2F	814－0050
	こころ訪問看護ステーション	青山町10－5	080－3227－2405
	訪問看護ステーション　あじさい	若草町3－25	894－8500
三和	訪問看護ステーション　ゆうあい	蚊焼町2348－2	892－8439
	医療法人清潮会　訪問看護ステーション　あんしん	布巻町165－1	893－8633
外海	たおやかに・訪問看護ステーション	上黒崎町777	0959－37－6352
	訪問看護ステーション　ソレイユ	下黒崎町1402	0959－25－0039
琴海	訪問看護ステーション　きんかい	琴海村松町743－3	884－0999

くわしくは、介護保険課（☎829－1163）又は上記訪問看護ステーションへ

健康でありたい

健康診査

1.「特定健康診査等」※1

対象者	40～74歳のかた	加入している医療保険者（国民健康保険、健康保険組合、共済組合など）が行います。くわしくは、加入している医療保険者にお問合せください。
	75歳以上のかた（65～74歳で一定の障害があり広域連合の認定を受けたかた）	長崎県後期高齢者医療広域連合から長崎市が受託して行います。 くわしくは後期高齢者医療室（☎829－1139）にお問合せください。
健診項目	（例：長崎市国保の場合） 問診、身体計測（身長・体重・腹囲等）、血圧測定、尿検査、血液検査（脂質・糖・肝機能・腎機能・貧血・尿酸）、医師の診察 ※注意：健診項目は、実施する保険者によって異なります。	

2.「各種がん検診」※1

くわしくは、健康づくり課（☎829－1154）へ

検診の種類	対　　象	自己負担額　※2	受診場所/申込
肺がん検診	長崎市に住民票のある満40歳以上のかた（年度に１回）	胸部X線検査　400円	市内医療機関（受診可能な医療機関については、広報ながさき４月号折込、市ホームページまたは下記二次元コードよりご確認ください。） <申込> 直接、医療機関へおたずねください。
胃がん検診	長崎市に住民票のある満40歳以上のかた（年度に１回）	胃部X線検査(バリウム)　2,000円 胃部内視鏡検査(胃カメラ) 2,000円	
大腸がん検診	長崎市に住民票のある満40歳以上のかた（年度に１回）	便潜血検査(検便)　600円	
子宮頸がん検診	長崎市に住民票のある満20歳以上の女性（２年度に1回）	頸部検査　1,000円 （体部検査有の場合1,700円）	
乳がん検診	長崎市に住民票のある満30歳～39歳の女性（年度に1回）	乳房超音波検査(エコー)　1,400円	
	長崎市に住民票のある満40歳以上の女性（2年度に1回）	乳房X線検査(マンモグラフィ) 40歳～49歳　2,000円 50歳以上　1,600円	
前立腺がん検診	長崎市に住民票のある満50歳以上の男性（年度に1回）	採血　無料	長崎市医師会医療センター診療所 <申込> あじさいコール ☎822－8888

3.「歯周病検診」※1

くわしくは、口腔保健支援センター（健康づくり課内）（☎829－1436）へ

対　象	内　容	自己負担額　※2	受診場所/申込
●20歳・25歳・30歳・35歳・40歳・50歳・60歳・70歳・80歳のかた（誕生日から1年の間に1回） ●20歳以上の禁煙を希望する喫煙者（年度に1回）	歯と歯ぐきの検査及び保健指導 （歯石除去などの治療は含みません）	400円	市内の協力歯科医院（協力歯科医院については、市ホームページまたは下記二次元コードよりご確認ください。） <申込> 直接、協力歯科医院へご予約ください。

※1　お近くの公民館等でも受診できる場合があります。予約方法・検診日程等については、毎月の広報ながさき、市ホームページまたは右記の二次元コードよりご確認ください。

※2　次のかたは、各種がん検診及び歯周病検診の自己負担額が無料になりますので、受診の際に、各種証明書等をご持参ください。

（1）高齢者の医療の確保に関する法律による後期高齢者医療被保険者
（2）医療保険各法による高齢受給者
（3）生活保護法による被保護世帯に属するかた
（4）中国残留法人等支援法に基づく特定中国残留法人等のかた
（5）市民税非課税世帯に属するかた
（6）肺がん検診のみ、65歳以上69歳以下のかた

被爆者のかたは、別に健康診断の制度があります。くわしくは、原爆被爆対策部援護課（☎829－1149）へ

4.「お口“いきいき”健康支援(歯科健診)事業」

長崎県後期高齢者医療の被保険者のかたは、毎年お口の中の健康チェック及び指導を無料で受けることができます。

【受診場所】「外来型」（歯科医院）
※原則、要介護2以上で通院が困難なかたを対象とした「訪問型」もあります。詳しくは、P.32をご覧ください。

くわしくは、長崎県後期高齢者医療広域連合（☎816－3930）へ

結核検診のおすすめ

結核は、いまなお日本の重大な感染症のひとつです。

長崎市においても、例年、結核り患率は全国平均を上回っており、そのうちの約7割は70歳以上の高齢者のかたです。

結核はけっして昔の病気ではありません。しのびよる結核に対して、次のことに心がけましょう。

(1) 65歳以上のかたを対象とした「肺がん検診」(胸部レントゲン検査)(37ページ参照)は、「結核検診」も兼ねています。結核早期発見のためにも、年１回必ず受けましょう。

(2) 咳や痰等の症状が2週間以上続くときは、医療機関で診察を受けましょう。

くわしくは、感染症対策室（☎829－1172）へ

「肝炎(Ｃ型・Ｂ型)ウイルス検査」のおすすめ

対 象 者　満20歳以上の長崎市民で、過去に肝炎ウイルス検査を受けたことのないかた
受 診 料　無料
実施機関　市内の委託医療機関（長崎市のホームページ参照）

くわしくは、感染症対策室（☎829－1172）へ

難病患者さんやご家族のかたに

難病患者さんやそのご家族に対して、次のような保健サービスを行っています。

◎事業内容

①難病相談事業	難病患者さんやご家族のかたのための療養相談に応じます。
②訪問相談事業	必要に応じて保健師等がご自宅に伺い、療養生活の相談等に応じます。

くわしくは、①健康づくり課　（☎829－1154）へ
②各総合事務所地域福祉課へ　中央（☎829－1429）　東（☎813－9001）
南（☎892－1113）　北（☎814－3400）

健康づくりのために

保健師・管理栄養士・理学療法士・歯科衛生士などの専門職が出向き、健康づくりに関する講座を行います。利用料無料。

内　　容	①知って得する！生活習慣病予防講座 ②認知症の予防 ③認知症サポーター養成講座 ④フレイル予防で介護予防！ ⑤知らないともったいない！「長崎市の健康づくり計画」 ～スタートはよりよい生活習慣から～ ⑥長崎市の「食育」計画を学んで、食生活を見直してみませんか？ ⑦知って防ごう！熱中症 ⑧健康長寿はお口の健康から～オーラルフレイルをご存じですか？～
申し込み方法	市内にお住まい又はお勤めの15人以上のグループで希望する内容①～⑧と日時・場所を決めて広報広聴課（☎829－1114）へお申し込みください。

※ただし、政治、宗教または営利を目的とした催しなどには、ご利用になれません。

くわしくは、⑤～⑧健康づくり課（☎829－1154）へ
①～④各総合事務所地域福祉課へ　中央（☎829－1429）　東（☎813－9001）
南（☎892－1113）　北（☎814－3400）

消防局からのお願い

健康的な生活を送るために、家の中の事故や緊急度の高い症状を知り対策しましょう！！

家の中でおこる大ケガの中には、日常生活での、ほんの少しの注意や心がけで、未然に防ぐことができるものがあります。例えば、玄関で転落することのないよう手すりをつけたり、廊下に置いた荷物でつまずくことのないよう家の中を整理整頓するなどです。

いつまでも元気で健康的な生活が送れるよう事故防止のための対策を実践しましょう。

また、救急車を呼ぶような、緊急度の高い症状を知ることにより、いざというときに迷わず 119 番通報ができます。

☆☆救急車が必要なときってどんな時?☆☆



～総務局HPより～

判断に困ったときは、こちらをご活用ください

急な病気やけがをしたとき、救急車を呼んだほうがいいのか、自分で病院を受診すればいいのか、判断に迷うことがあります。

そんなときは、**「#7119」（救急安心センター）又は 095－801－1217** にご相談下さい。

医師や看護師などの専門家が、受診可能な医療機関の案内や、対処法などをアドバイスします。

#7119

24時間365日対応

※救急医療機関案内(825-8199)は令和6年8月1日で終了しました。

救命講習の開催について

消防局では、いざという時に役立つ救命講習を、毎週水曜日の定期開催や、市民の皆さんの要望に応じて実施していますので、是非、ご参加ください。

1　毎週水曜日の定期開催のお申し込みはこちら

2　その他の救命講習のお問合せ先はこちら

○中央消防署　８２０－０１１９　　○南消防署　８７９－６１１９
○北消防署　８４８－０１１９　　○消防局警防課　８２２－０４４８

また、救急講習等に参加できないというかたにも、講習でお伝えする心肺蘇生法の解説動画を公開していますので、ご視聴ください。

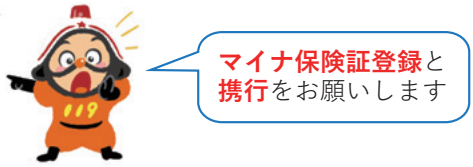
https://youtu.be/EHJLh8C1Axw



消防局では、救急現場で活動する救急隊が保険証登録をしたマイナンバーカードを活用して過去の受診歴や薬剤情報などを把握し、救急業務の円滑化を図ることを目的とするマイナ救急事業に取り組んでいます。
この取り組みにより、次のような効果が期待されます。



マイナ救急の情報
保険証の利用登録についてはこちら



施設などを利用したい

介護老人福祉施設（特別養護老人ホーム）

常に介護が必要で、自宅での生活が困難なかたが入所し、日常生活上必要な介護、機能訓練、療養上の世話が受けられる施設です。

介護保険の要介護認定において、原則「要介護3」以上と認定されたかたが利用できます。要介護1及び2のかたは特別な事情がある場合に利用可能です。

R8.9.1現在（50音順）

事業所の名称	事業所の所在地	電話番号
青葉苑	戸町4丁目7－17	898－5557
いこいの園	牧野町2168－5	840－4000
永寿園	以下宿町1912	894－2307
エルダーみずほ	岩屋町45－1	860－6322
オレンジの丘	ダイヤランド3丁目31－8	879－3661
鶴舞苑	秋月町389－1	862－5282
鶴舞苑Ⅱ	大谷町418－1	862－8881
かたふち村	片淵3丁目500－2	828－5680
喜楽苑	竿浦町945	878－7667
恵珠苑	田上2丁目15－12	828－1332
こえばる	小江原4丁目1－30	814－8225
古賀の里	古賀町806－2	839－2775
琴の浦荘	琴海戸根町743－47	884－3510
サンハイツ	油木町65－14	843－3812
三和荘	布巻町792	892－1001
橘の丘	春日町284－2	839－7330
椿ヶ丘荘	神浦丸尾町1553	0959－24－0130
長崎の家	小江原1丁目36－18	845－1801
なでしこ荘	西山台2丁目32－47	865－6665
ひこばえ	早坂町1180－7	821－7165
びわの園	茂木町2222	836－2800
プライエム横尾	横尾3丁目26－1	856－6511
プレジールの丘	立山2丁目16－5	829－3270
望星荘	岩屋町745－4	855－8116
牧島荘	牧島町9－1	837－0310
三重の里	樫山町1470	850－3221
女の都山荘	女の都1丁目1597	845－6888
もくれん	戸石町1683	837－0001

くわしくは、介護保険課（☎829－1163）へ

地域密着型介護老人福祉施設（特別養護老人ホーム）

常に介護が必要で、自宅での生活が困難なかたが入居し、日常生活上必要な介護、機能訓練、療養上の世話が受けられる施設です。

長崎市の被保険者で、介護保険の要介護認定において、原則「要介護3」以上と認定されたかたが利用できます。要介護1及び2のかたは特別な事情がある場合に利用可能です。

R8.9.1現在

地区	事業所の名称	事業所の所在地	電話番号
東部	地域密着型特別養護老人ホーム　緑風	風頭町1－27	820－8100
	こくら庵	興善町5－1	824－1103
	地域密着型特別養護老人ホーム　みぎわほーむ	片淵1丁目13－27	826－1165
	地域密着型介護老人福祉施設・日見あけぼの荘	宿町616－1	813－8111
西部	地域密着型特別養護老人ホーム　アスカ	みなと坂1丁目5－1	865－9561
	特別養護老人ホーム　三重の里	樫山町1470	850－3221
	特別養護老人ホーム　みえ愛の郷	三京町811－16	865－8573
	特別養護老人ホーム　なの花	さくらの里2丁目27－22	840－1777
	地域密着型特別養護老人ホーム　モン・サン・ノールながさき	豊洋台1丁目3－11	840－1810
南部	地域密着型介護老人福祉施設　喜楽苑こもれ陽	竿浦町923－1	893－5156
北部	特別養護老人ホーム　めざめ	目覚町7－2	865－8830
	地域密着型介護老人福祉施設　サンク・ド・滑石	滑石5丁目5－5	856－5505
	特別養護老人ホームよつば	滑石5丁目9－38	855－4848
	地域密着型介護老人福祉施設・山の木	横尾5丁目9－18	840－8830
	地域密着型特別養護老人ホーム　サンハイツ青山中央	青山町14－1	860－0015
	地域密着型特別養護老人ホーム　サンハイツ城栄	富士見町23－13	862－3822
三和	特別養護老人ホーム　南陽の丘	蚊焼町649－3	832－5678
野母崎	特別養護老人ホーム　光る海	野母町2283－7	893－1157
琴海	地域密着型特別養護老人ホーム　琴の浦荘	琴海戸根町743－47	884－3510
	特別養護老人ホーム　寿限無	琴海村松町704－3	884－0080

くわしくは、介護保険課（☎829－1163）へ

介護老人保健施設

症状が安定し、入院治療よりは看護や介護に重点をおいたケア・リハビリテーションが必要な高齢者のかたが入所します。居宅における生活への復帰を目指すために施設サービス計画にもとづく医療、看護、医療管理下での介護、機能訓練や日常生活上の世話等を受けることができます。

介護保険の要介護認定において、「要介護1」以上と認定されたかたが利用できます。

R8.9.1現在（50音順）

事業所の名称	事業所の所在地	電話番号
エスポアールそとめ	上黒崎町2201－3	0959－25－0001
コスモスガーデン桜の里	さくらの里2丁目27－28	840－1200
サンブライト愛宕	愛宕4丁目14－2	827－5222
サンブライト愛宕Ⅱ	愛宕4丁目11－1	816－0222
シンフォニー稲佐の森	大谷町418－1	862－8000
シンフォニー稲佐の森Ⅱ	大谷町418－1	862－8600
ダイヤランド崎望館	ダイヤランド3丁目31－3	879－7878
中の里	古賀町815－2	837－8880
ナーシングケア横尾	横尾3丁目26－2	855－0151
にしきの里	錦2丁目1－1	845－2133
ハーモニーガーデン	網場町492－13	839－5587
東長崎ナーシングホーム	東町1893－5	839－8002
みどりの里	布巻町165－1	892－8888
三原の園	三原1丁目8－35	845―7111
メープル	宿町36	838－2256

くわしくは、介護保険課（☎829－1163）へ

介護医療院

主に長期にわたり療養が必要なかたが入所します。医療と介護（日常生活上の世話）を一体的に受けることができます。

介護保険の要介護認定において、「要介護１」以上と認定されたかたが利用できます。

R8.9.1現在（50音順）

事業所の名称	事業所の所在地	電話番号
介護医療院 カリタス	新牧野町132－1	0959－25－0741
ニュー琴海病院介護医療院きんかい	琴海形上町1849－7	801－4304
日浦病院介護医療院	下黒崎町1402	0959－25－0039
介護医療院 学び舎	富士見町18－24	818－0020
介護医療院 安中外科・脳神経外科医院	丸山町2－6	823－4813

くわしくは、介護保険課（☎829－1163）へ

認知症対応型共同生活介護（介護予防を含む）（グループホーム）

認知症の状態にある高齢のかたが、共同生活住居で少人数（5～9人）の共同生活をしながら、介護スタッフによる食事、入浴、排泄等の日常生活の世話や機能訓練を受けることができます。

介護保険の要介護認定において、「要支援2」及び「要介護1」以上と認定されたかたが利用できます。

R8.9.1現在

地区	事業所の名称	事業所の所在地	電話番号
東部	グループホーム　坂の上の紫陽花	本河内2丁目14－15	825－8879
	グループホーム　桜坂・長崎	本河内2丁目14－2	820－1424
	グループホーム　夕陽が丘中川	中川1丁目11－8	801－0465
	グループホーム　街の夕陽が丘	築町3－1　4・5F	801－0150
	グループホーム　すずな	愛宕4丁目11－1	816－0777
	介護支援センターながさきグループホーム　桜木	桜木町3－25	818－5500
	グループホーム　モン・サン西山	西山1丁目2－7	818－4165
	グループホーム　ファミリア	界1丁目10－5	839－0033
	グループホーム　桜	網場町487－8	830－1190
	医療法人平田クリニック　グループホーム　東望の里	田中町879	838－7133
	グループホーム『おお空』	かき道1丁目29－8	839－9939
	グループホーム　なぎさ	かき道6丁目3－5	813－3921
	グループホームつつじが丘しののめ	つつじが丘4丁目15－1	813－3306
西部	グループホーム　GARDEN-HOUSE	宝栄町4－19	861－0960
	グループホーム　鶴舞苑Ⅱ	大谷町418－1	862－8881
	グループホーム　ひばり	みなと坂1丁目6－35	834－4141
	グループホーム　夕陽が丘	大浜町543－5	865－2224
	介護支援センターながさき　グループホーム福田	小浦町4－11	865－8820
	医療法人社団　健昌会　ぐるーぷほーむ　新里小江原	小江原1丁目35－13	848－8888
	グループホーム　サンハイツ夢が丘	小江原5丁目25－10	842－9866
	グループホーム　いこいの園	四杖町1738－3	865－9301
	グループホーム　さくらの里	三京町1531－1	814－1103
	グループホーム　風の郷	三京町1962	850－4275
	医療法人　秋桜会　グループホーム・新港	京泊3丁目30－3	850－6866
	グループホーム　モン・サンあぜかり	豊洋台1丁目3－1	840－1070
	グループホーム　鳴見ヶ丘	鳴見町368	840－1888
南部	有限会社サナス　グループホーム　出島	新地町4－15大久保ビル5階	820－3788
	医療法人社団 春秋会 グループホーム なんくり（短期利用型含む）	相生町9－7	827－3110
	グループホーム　みなとのみえるハウス	川上町30－1	826－5135
	グループホーム　ありすの家	椎の木町25－19	828－7588
	グループホーム　ありすの家2F	椎の木町25－19	821－3011
	民家型宅老所　ぼーれぼーれ松が枝	松が枝町3－23	823－1886
	長崎ケアハートガーデン　グループホーム　南山手	小曽根町1-33 マルタヤ南山手クラブ1階	818－3738
	医療法人社団　春秋会　二本松養生所（短期利用型含む）	戸町2丁目177－28	811－1919
	グループホーム　風の丘	戸町4丁目7－20	898－5020

R8.9.1現在

地区	事業所の名称	事業所の所在地	電話番号
南部	長崎ケアハートガーデン　グループホーム　小ヶ倉	小ケ倉町3丁目76－27	898－5111
	グループホーム　リエゾン長崎	江川町92	879－7640
	グループホーム　花椿	竿浦町37－2	878－3831
	グループホーム　和が家（短期利用型含む）	深堀町5丁目216－2	832－3360
	グループホーム　ひこばえ（短期利用型含む）	早坂町1180－7	821－7161
北部	グループホーム　イチョウの木（短期利用型含む）	川口町8－20 清原ビル	813－0005
	グループホーム　本原一丁目（短期利用型含む）	本原町13－5	860－0505
	グループホームうぇるずらいふ辻町ルミエール	辻町5－35	801－2568
	特定非営利活動法人 白岳福祉サービス グループホーム しらゆり園	住吉台町4－11 ヒルサイド泉台	849－5187
	グループホーム　夕陽が丘女の都	女の都2丁目18－22	870－5544
	グループホーム　サンハイツ女の都	女の都3丁目1－6	801－3810
	グループホーム　ぬくもりの家	大手2丁目1－63	843－0048
	グループホーム　かわびら	川平町1199	849－3006
	グループホーム　陽光の家	三川町924－5	813－0166
	グループホーム　秋桜	滑石6丁目4－3	856－2940
	グループホーム・滑石	滑石6丁目5－75	860－6666
	よなわグループホーム	岩屋町25－7	856－2717
	よなわグループホーム　やすらぎ	岩屋町25－7	856－2311
	グループホーム　サンハイツ西町（短期利用型含む）	白鳥町2－26	894－1588
	グループホーム　サンハイツ西町Ⅱ（短期利用型含む）	白鳥町9－9	842－5585
	医療法人社団　健昌会　ぐるーぷほーむ　新里油木（短期利用型含む）	江里町7－21	813－0220
	医療法人社団　健昌会　ぐるーぷほーむ　新里城栄（短期利用型含む）	城栄町11－2	813－1828
	グループホーム　サンハイツ青山（短期利用型含む）	青山町2－36	841－9398
	グループホーム　すみれの里	富士見町15－5	833－1887
	医療法人　平田クリニック　上野町グループホーム	上野町1－5	865－6150
伊王島	グループホーム　ふるさと	伊王島町2丁目793	898－2666
三和	グループホーム　晴海の丘	蚊焼町215－1	833－7033
	グループホーム　晴海の丘二番館	蚊焼町215－1	833－7033
	グループホーム　和が家・さんわ	蚊焼町1154－1	892－7555
外海	社会福祉法人　日浦会　認知症高齢者グループホーム　レープそとめ弐番館	上黒崎町2199－15	0959－25－0871
琴海	グループホーム　むつみの森	長浦町2584	886－3390
	グループホーム　モン・サン琴海	琴海戸根町713	840－3070
	グループホーム　琴の浦荘（短期利用型含む）	琴海戸根町743－47	884－3510
	グループホーム　なごみ	琴海村松町319	860－3033

くわしくは、介護保険課（☎829－1163）へ

軽費老人ホーム

60歳以上（夫婦で入所する場合は、どちらかが60歳以上であれば可）で、家庭環境、住宅事情などの理由により家庭で生活することが困難なかたが入所できます。市内には、次の2つのタイプの軽費老人ホームがあります。

A　型

水道光熱費及び食費などの生活費（全額、利用者の負担）並びに所得に応じた事務費を負担できるかたが対象となります。

ケアハウス

水道光熱費及び食費などの生活費（全額、利用者の負担）、管理費並びに所得に応じた事務費を負担できるかたが対象になります。

R8.10.1現在

施　設　名	所　在　地	定 員	電話番号
ときわ荘（A型）	三ツ山町138	50人	844－4765
老友荘（A型）	女の都1丁目1592	50人	845－6889
日見微笑園（A型）	網場町492－15	50人	839－6400
ケアハウス横尾	横尾3丁目26－2	50人	855－1151
ケアハウス大浜	大浜町934－1	50人	865－5865
ケアハウスリエゾン長崎	江川町100－1	50人	879－7640
ケアハウスさくらの里	三京町1532	50人	850－7300
ケアハウスひこばえの苑	早坂町1180－4	50人	823－7744
ケアハウスかおり	三京町811－33	50人	850－7217
ケアハウスみずほ	岩屋町45－1	50人	855－1400
ケアハウス城山台ソラール	立岩町34－16	50人	833－1212
ケアハウスサンハイツ	油木町65－14	19人	843－1359
ケアハウス稲佐の森	大谷町418－1	50人	862－3900
ケアハウスびわの園	茂木町51－1	50人	834－6030

くわしくは、上表の施設へ直接ご相談ください。

原爆養護ホーム

一般養護ホーム

市内にお住まいの被爆者で、身体上もしくは精神上又は環境上の理由により、家庭で養護を受けられないかたが入所できます。

特別養護ホーム

寝たきり等身体上又は精神上の著しい障害のため、常時の介護を必要とするが、家庭での介護が受けられない被爆者が入所できます。

※特別養護ホームでは、ショートステイを実施しています。(事前に登録が必要です。)
介護している家族が一時的にお世話をできない時、ホームで被爆者を介護します。

R8.10.1現在

施　設　名	所　在　地	定員（市措置分）	電話番号
恵の丘長崎原爆ホーム（一般養護）	三ツ山町139－5	50人（43）	845－4181
恵の丘長崎原爆ホーム（特別養護）	三ツ山町139－5 本館	300人（269）	845－4181
	三ツ山町139－2 別館		844－9809
原爆被爆者特別養護ホームかめだけ	西海市西彼町上岳郷1663－1	55人（25）	0959－27－1262

※原爆ホームの入所にあたっては、事前に原爆被爆対策部援護課（☎829－1149）へご相談ください。

養護老人ホーム

環境上の理由により、家庭で養護を受けられないおおむね65歳以上のかたで、経済的に困っておられるかたが入所できます。

入所費用は、負担能力に応じて本人及び扶養義務者から費用を徴収します。

R8.10.1現在

施　設　名	所　在　地	定員	電話番号
日見やすらぎ荘	宿町616	50人	838－2308
なごみ荘	香焼町563－17	50人	871－7753
ことのうみ	琴海村松町583－1	50人	884－2000
あいぎ荘	布巻町1490	50人	892－2100
聖マルコ園	西出津町2235－3	50人	0959－25－0075

※養護老人ホームへの入所にあたっては、事前に各総合事務所地域福祉課へご相談ください。中央（☎829－1429）　東（☎813－9001）
南（☎892－1113）　北（☎814－3400）

※被爆者の場合、入所費用の助成があります。
くわしくは、原爆被爆対策部援護課（☎829－1149）へ

生活支援ハウス

60歳以上の一人暮らしのかた、又は夫婦のみの世帯で、家族による援助を受けることが困難なかたで、自立して生活することができるものの、独立して生活することに不安があるかたが入所できます。

水道光熱費及び食費などの生活費並びに所得に応じた負担金が必要になります。

R8.10.1現在

施　設　名	所　在　地	定員	電話番号
恵珠苑	田上2丁目15－12	20人	818－6661
椿ヶ丘	神浦丸尾町1553	12人	0959－24－0130
三重の里	樫山町1470	10人	850－3221

※生活支援ハウスへの入所にあたっては、事前に各総合事務所地域福祉課へご相談ください。

中央（☎829－1429）　東（☎813－9001）
南（☎892－1113）　北（☎814－3400）

有料老人ホーム

高齢者のかたが入居し、食事の提供その他日常生活上必要な便宜を受けることを目的とする老人福祉法に位置づけられた施設です。設置者は各都道府県（中核市においては各中核市）に対して届出が義務付けられています。また、次のような類型（種類）にわかれています。

（介護付）　介護や食事等のサービスが付いた高齢者向けの居住施設です。介護が必要となっても、当該有料老人ホームが提供する特定施設入居者生活介護を利用しながら当該有料老人ホームの居室で生活を継続することが可能です。

（住宅型）　食事等のサービスが付いた高齢者向けの居住施設です。介護が必要となった場合、訪問介護等の介護サービスを利用しながら当該有料老人ホームの居室での生活を継続することが可能です。

R8.9.1現在

事業所の名称	類型		事業所の所在地	電話番号
	介護付	住宅型		
明色		○	戸石町1491	080-8586-6869
あけぼのホーム（住宅型）		○	富士見町18－24	832－1272
アシストリビング有明の園		○	界2丁目4－15	813－3710
翌檜館		○	小ケ倉町2丁目667－19	879－7000
あたたかい手　大浦		○	川上町2－1	811－5099
あづまや。。		○	東町1732－1　2F	801－3691
あん		○	界2丁目29－28	800－3392
いわみの家		○	岩見町20－9	800－7862
ウェルズライフ大手		○	大手1丁目28－15	814－0010
ウェルズライフ大手アラエステ		○	大手2丁目4－6	814－0081
ウェルズライフヒルハイム大手		○	大手1丁目28－3	894－8825
エフ・ステージ桜馬場		○	桜馬場2丁目1－9	811－7777
エルフ山の手		○	戸町1丁目5－4	826－5657
ケアホーム　王樹		○	古賀町993－1	832－0066
大浦十三番館	○	○	大浦町3－21	822－3355
かいごの花みずき	○	○	平和町17－7	842－8732
風の宿		○	三京町1962	850－4275
嬉色		○	東町1154－2	894－1618
きんぎょ家		○	小ケ倉町1丁目607	898－5922
金木犀		○	末石町154－1	801－0001

R8.9.1現在

事業所の名称	類型		事業所の所在地	電話番号
	介護付	住宅型		
グッドタイムホーム7・長崎駅前	○		筑後町8－23	820－0011
クローバーハウス櫻馬場	○		桜馬場2丁目6－8	825－2308
クローバーハウス住吉		○	泉3丁目2－38	847－1113
厚生ライフ鳴見台		○	鳴見台1丁目28－11	850－3342
こころのしろ	○		上銭座町11－8	849－3514
さくらの里		○	三京町2964－2	860－1120
サンハイツ富士見	○	○	富士見町6－1	864－7510
スマイルライフ		○	宿町729－1	832－0707
青遊荘		○	西海町3293－1	840－3100
多以良の丘		○	多以良町1672	860－1188
集いの家きんかい		○	琴海村松町743－3	884－3434
ハートステーション夕陽が丘		○	住吉町21－7	894－9503
花椿		○	為石町3199－5	892－3319
花椿　矢の平館		○	矢の平4丁目9－22	893－8282
はまゆう		○	田中町845－1	839－5888
介護支援ハウス　晴海の丘　三番館		○	蚊焼町210－2	833－7033
東長崎コスモマンション		○	かき道6丁目1－1	839－9911
ひのき		○	住吉町16－7	894－8880
響		○	西海町3262－1	840－3500
ヒューマンプラザ伊勢の杜	○		伊勢町2－14	811－7200
プラチナライフ新里浦上		○	茂里町3－20	813―1122
プラチナライフ新里大橋		○	江里町2－6	848－2020
プラチナライフ新里城山台		○	立岩町34－10	833－1200
ほっとハウス滑石		○	滑石5丁目5－23	855－2077
ほの香		○	虹が丘町1－1	801－3330
ポポロの森	○	○	戸町4丁目7－20	898－5026
マーガレット		○	網場町485－1	839－0880
マリンビュー長崎館		○	福田本町185－2	865－2300
マロニエ		○	小ケ倉町2丁目327－1	832－5222
道しるべ		○	平間町1322－2	839－5060
ももものはな		○	北陽町17－11	807－5981
モン・サン赤迫		○	赤迫3丁目7－30	856－5656
ゆいまーる		○	田中町972－2	894－5930
悠寿		○	高尾町46－33	848－0151
よつば	○		滑石5丁目9－51	856－9608
Lian南ケ丘		○	南が丘町8－6	895－8821
宅老所　和が家		○	深堀町5丁目216－2	832－3360

くわしくは、上表の事業所へ直接ご相談ください

サービス付き高齢者向け住宅

サービス付き高齢者向け住宅は、「高齢者の居住の安定確保に関する法律」により創設され、状況把握や生活相談等のサービスを提供し、バリアフリー構造など一定の居宅環境を備えた高齢者等が安心して住むことができる住宅です。

R8.9.1現在

事業所の名称	事業所の所在地	電話番号
モン・サン琴海村松	琴海村松町399	840－3010
サービス付き高齢者向け住宅　マザリーホーム光風台	鳴見台2－45－20	850－0518
トランキルテひうら壱番館	下黒崎町1342－6	0959－37－6666
サービス付き高齢者向け住宅「いしのき」	中園町10－5	842－5240
サービス付き高齢者向け住宅　グリーンピース	東町1873－8	818－2330
れいんぼうハウス滑石	滑石5丁目9－18	865－6631
る・りあん豊洋台	豊洋台1丁目32－5	850－8220
コーポラス　さくら並木	布巻町184－11	892－8822
アルファリビング長崎諏訪の杜	勝山町41	895－7101
フリーダム南長崎	ダイヤランド2丁目40－1	895－8005
サービス付き高齢者向け住宅　SOURIRE	宝栄町4－19	865－7166
長崎ケアハートガーデン　サービス付き高齢者向け住宅　南長崎	竿浦町754－1	893－8215
サービス付き高齢者向け住宅　椿ヶ丘	神浦丸尾町1553	0959－24－0130
サービス付き高齢者向け住宅　ならの木	南山手町12－43	895－5080
サービス付き高齢者向け住宅　一心	三重町461－4	894－1900
フラワーコート琴海	琴海村松町1591	865－7741
ラピナスの園	布巻町534－1	895－5871
サービス付き高齢者向け住宅　ひまわり	木鉢町1丁目4－6	865－7562
エターナルフォレスト１号館	松原町2679－1	833－0111
クラージュ風	多以良町1551－102	860－1192
たおやかに・サービス付き高齢者向け住宅	上黒崎町777	0959－37－6352
アルファリビング長崎大浦	下町4－33	087－825－0561
サービス付き高齢者向け住宅　あいおい「立山荘」	立山5丁目17－53	827－6063
南山手十三番館	南山手町3－28	828－1013
長崎ケアハートガーデン　サービス付き高齢者向け住宅　松が枝	松が枝町5－12	800－6697
医療法人平田クリニック　サービス付き高齢者向け住宅	上野町1－5	845－6175
上銭座の丘	上銭座町3－1	894－7385

くわしくは、上表の事業所へ直接ご相談ください

小規模多機能型居宅介護（介護予防含む）

高齢者のかたが、「通い」を中心として、様態や希望に応じて、随時「訪問」や「宿泊」を組み合わせてサービスを利用することにより、入浴・排泄・食事等の介護やその他の日常生活上の世話及び機能訓練などの、在宅での生活継続の支援を受けることができます。

介護保険の要介護認定において、「要支援１」以上及び「要介護１」以上と認定されたかたが利用できます。

R8.9.1現在

地区	事業所の名称	事業所の所在地	電話番号
東部	エフ・ステージ桜馬場	桜馬場2丁目1−9	811−7777
	小規模多機能型居宅介護サンブライト愛宕Ⅲ	愛宕4丁目12−53	822−8181
	小規模多機能型居宅介護サンブライト上小島	上小島3丁目1−5	820−8855
	介護ハウス　花椿　西山館	西山1丁目15−3	807−4357
	小規模多機能ホーム　王樹	古賀町994−6	832−0088
	小規模多機能型居宅介護事業所　牧島荘	牧島町9−1	837−0310
西部	小規模多機能型居宅介護　さくら	みなと坂1丁目6−35	834−4141
	小規模多機能型居宅介護　さくらⅡ	みなと坂1丁目5−1	865−9561
	クローバーハウス　オーシャン	式見町461−7	841−2211
南部	小規模多機能ホーム　なんくり	相生町9−7	823−3009
	(医)昭和会　指定小規模多機能型居宅介護事業所　みなみ風	川上町28−10	816−2288
	小規模多機能ホーム　Lian南ヶ丘	南が丘町8−6	895−8821
	長崎ケアハートガーデン　小規模多機能ホーム　南山手	小曽根町1−33 マルタヤ南山手クラブB1	800−7928
	小規模多機能型居宅介護事業所　ひばり苑	小菅町29−3	816−1133
	小規模多機能ホーム　うちんがた戸町	戸町4丁目7−20	898−5020
	小規模多機能型居宅介護事業所　ひばり苑戸町	上戸町2丁目17−11	893−8308
	長崎ケアハートガーデン　小規模多機能ホーム　小ヶ倉	小ケ倉町3丁目76−27	800−3781
	長崎ケアハートガーデン　小規模多機能ホーム　深堀	深堀町1丁目445	871−2102
	小規模多機能型居宅介護サンブライト茂木	茂木町148−18	836−3888
北部	多機能ホーム　ハートぽっぽ平和公園	岡町7−16	842−8008
	ハートステーション　夕陽が丘	住吉町21−7	894−9503
	クローバーハウス赤迫	赤迫2丁目8−3	857−7779
	クローバーハウス	昭和1丁目8−5	849−2233
	小規模多機能型居宅介護事業所　ほっとハウス北陽	滑石5丁目5−23	855−3065
	介護ハウス　かたらんね	北陽町27−6	857−1113
	多機能ホーム　いわや	岩屋町25−7	856−2311
	小規模多機能型居宅介護事業所サンハイツ西町	白鳥町9−9	801−3812
	医療法人社団健昌会　小規模多機能ホーム新里大橋	江里町2−6	848−2100
	医療法人社団健昌会　小規模多機能ホーム新里城栄	城栄町11−2	813−1808
	小規模多機能型居宅介護事業所　サンハイツ青山	青山町2−36	801−3814
	小規模多機能型居宅介護事業所　すみれの里	富士見町15−5	833−1870
	上銭座の丘	上銭座町３番１号	894−7385

R8.9.1現在

地区	事業所の名称	事業所の所在地	電話番号
伊王島	小規模多機能型居宅介護事業所　ふるさと	伊王島町2丁目792	898－2101
高島	小規模多機能型居宅介護事業所　ふるさとⅡ	高島町2706－4	896－2231
三和	介護ハウス　花椿1号館	為石町3199－5	892－3319
	介護ハウス　花椿2号館	為石町3197－1	892－7410
外海	小規模多機能型居宅介護事業所　椿ヶ丘	神浦丸尾町1497－2	0959－24－0001

くわしくは、介護保険課（☎829－1163）へ

看護小規模多機能型居宅介護

高齢者のかたが、「通い」を中心として、様態や希望に応じて、随時「訪問」や「宿泊」に「訪問看護」を組み合わせてサービスを利用することにより、入浴・排泄・食事等の介護やその他の日常生活上の世話及び機能訓練などの、在宅での生活継続の支援を受けることができます。

介護保険の要介護認定において、「要介護１」以上と認定されたかたが利用できます。

R8.9.1現在

地区	事業所の名称	事業所の所在地	電話番号
東部	かんたき花椿	矢の平4丁目9－18	895－9631
	看護小規模多機能　あいおい「立山荘」	立山5丁目17－53	827－6063
西部	看護小規模多機能　きずな	豊洋台1丁目32－2	850－6600
南部	看護小規模多機能ホーム　いきいき	松が枝町3－20	893－6600
北部	クローバーハウス住吉	泉3丁目2－38	847－1112
琴海	集いの家　きんかい	琴海村松町743－3	884－3434

くわしくは、介護保険課（☎829－1163）へ

生きがいづくり、仲間づくりをしたい

老人クラブへの入会　　生きがいと健康づくりのために

少子高齢化が進むなかで、老人クラブの果たす役割はますます重要になります。老人クラブは、高齢者のかたが長年培ってこられた豊かな知識や経験を生かし、生きがいと健康づくりのためのいろいろな社会活動を通じて、老後の生活を豊かなものとするとともに、明るい長寿社会づくりに貢献しようとするための組織です。

現在、市内には180クラブ（市老人クラブ連合会加入クラブ）、8,000人近くのかたが、仲間づくり、教養の向上、健康の維持増進、地域社会との交流や奉仕活動等で、生きがいのある毎日を送っておられます。

主な行事（市老人クラブ連合会）

老人クラブ大会・演芸大会、ゲートボール大会、グラウンド・ゴルフ大会、ペタンク大会、コーラス、フォークダンス、シルバー作品展、スポーツ大会、講演会、囲碁大会、将棋大会、健康マージャン大会

その他、各地域の老人クラブ単位でもいろいろな行事を行っています。

くわしくは、長崎市老人クラブ連合会（☎827－6060）
又は、高齢者すこやか支援課（☎829－1146）へ

シニア世代への情報提供サイト（すこやかシニアバンク・シニア世代の仲間づくり応援ネット）

社会参加をしたいと思っているシニア世代へ情報提供するために、すこやか長寿財団のホームページに、開設しています。

「すこやかシニアバンク」・・・①と②の橋渡しを行います。

①仕事や趣味、日々の生活の中で培ってきた「知識・経験・技能」を活かしたいシニア世代の登録をお待ちしています。

②イベントや講座の担い手、協力者を探している団体のみなさま、ご利用ください。

「仲間づくり応援ネット」

①趣味や興味を共有する仲間を探したい、何かはじめてみたい方など、ご利用ください。

②シニア世代が参加できる活動や、新たに立ち上げようとしている個人・団体の情報を掲載します。

くわしくは右記の二次元コードまたは
https://sukoyaka-nagasaki.or.jp/　をご覧ください。
（公財）長崎県すこやか長寿財団（☎847－5212）

長崎県ねんりんピックへの参加を

スポーツや文化交流、芸術活動を通して、高齢者の健康の保持・増進と生きがいづくりを推進するため、県内在住の 60 歳以上を対象に、5 月第 2 土曜日を中心としてスポーツ交流大会、文化交流大会を開催しています。

また、12 月には生きがい作品展も開催します。

〇スポーツ交流大会‥‥卓球・ゴルフ・太極拳等 18 競技
〇文化交流大会　　‥‥囲碁、将棋、健康マージャンの 3 競技
〇生きがい作品展　‥‥絵画、写真、書、工芸・彫刻の 4 部門

60 歳以上の方であれば、どなたでも参加・応募できます。
なお、全国健康福祉祭の派遣選手選考会を兼ねています。

くわしくは右記の二次元コードまたは
https://sukoyaka-nagasaki.or.jpをご覧ください。

（公財）長崎県すこやか長寿財団（☎847ー5212）

老人福祉センター・老人憩の家・ふれあいセンター

健康の増進、教養の向上、レクリエーション等のための施設として、老人福祉センター（4カ所）・老人憩の家（8カ所）・ふれあいセンター（31カ所）が市内に設置されています。（58・59ページ）

趣味・講座への参加やくつろぎ、入浴等にご利用ください。

※老人福祉センター・老人憩の家については、63ページ～64ページでも紹介しています。

いきいきカード（老人福祉カード）

市内にお住まいの60歳以上のかたには、地域センターで交付します。（公的な身分証明書をお持ち下さい。）老人福祉センター・老人憩の家をご利用の際は、このカードを提示してください。

※令和8年3月までで、いきいきカードの提示による観光施設の入場料の減免は終了しました。

くわしくは、各地域センター（1 ページ参照）へ

高齢者講座　　高齢者講座の開設

心も身体も生き生きと暮らすための講座を公民館で開設しています。長崎の歴史・文化、健康づくり（講議・運動・料理）など幅広い内容で、どなたでも気軽に受講できます。各公民館窓口や各公民館だより等でご案内しています。

くわしくは、各公民館（60ページ参照）へ

老人福祉センター・老人憩の家・ふれあいセンター（令和8年4月1日現在）

	施設名	所在地	電話番号	所管
老人福祉センター	あじさい荘	上銭座町1－11	845－0698	中央
	わかな荘	茂木町38	836－1043	
	すみれ荘	中園町3－5	845－2400	
	しらゆり荘	鶴見台1丁目4－4	879－0808	南
老人憩の家	ひまわり荘	丸尾町5－5	861－5920	中央
	つばき荘	浪の平町7－19	825－0297	
	さくら荘	立山1丁目7－16	823－2603	
	東望荘	田中町299	838－3719	東
	つつじ荘	白鳥町8－1	845－9705	中央
	舞の浜荘	三京町720	850－0915	北
	式見荘	式見町200－26	841－0911	中央
	香焼ひまわり	香焼町1070－4	871－4112	南
ふれあいセンター	小島地区ふれあいセンター	愛宕3丁目10－2	826－7703	中央
	緑が丘地区ふれあいセンター	白鳥町3－9	847－9552	
	戸町地区ふれあいセンター	戸町2丁目4－39	878－3079	
	滑石地区ふれあいセンター	滑石5丁目5－77	857－7333	
	仁田佐古地区ふれあいセンター	稲田町12－14	820－2474	
	三川地区ふれあいセンター	三川町1221－70	848－0029	
	淵地区ふれあいセンター	富士見町6－6	861－1972	
	横尾地区ふれあいセンター	横尾2丁目15－10	856－6572	
	ダイヤランドふれあいセンター	ダイヤランド4丁目1－1	879－4609	
	小江原地区ふれあいセンター	小江原3丁目20－10	843－1529	
	桜馬場地区ふれあいセンター	桜馬場1丁目1－5	828－2044	
	山里地区ふれあいセンター	高尾町4－10	843－0095	
	西北・岩屋ふれあいセンター	西北町13－13	843－7109	
	浦上駅前ふれあいセンター	岩川町7－1	843－1050	
	上長崎地区ふれあいセンター	片淵1丁目13－13	824－9222	
	式見地区ふれあいセンター	式見町357	841－1118	
	木鉢地区ふれあいセンター	木鉢町2丁目228－6	865－4143	

	施設名	所在地	電話番号	所管
ふれあいセンター	小ケ倉地区ふれあいセンター	小ケ倉町2丁目21−2	878−3796	中央
	手熊地区ふれあいセンター	手熊町1291−1	841−1661	
	茂木地区ふれあいセンター	茂木町75−10	836−0200	
	大浦地区ふれあいセンター	下町1−13	827−1987	
	福田地区ふれあいセンター	福田本町10	865−0116	
	橘地区ふれあいセンター	かき道2丁目45−20	838−7567	東
	日見地区ふれあいセンター	界2丁目1−19	839−8832	
	土井首地区ふれあいセンター	柳田町45−3	878−8809	南
	晴海台地区ふれあいセンター	晴海台町41−2	892−2111	
	深堀地区ふれあいセンター	深堀町5丁目182	871−2387	
	蚊焼地区ふれあいセンター	蚊焼町3020−1	892−0051	
	野母崎樺島地区ふれあいセンター	野母崎樺島町459−2	893−0501	
	脇岬地区ふれあいセンター	脇岬町3309	893−0137	
	出津地区ふれあいセンター	西出津町2794−1	0959−25−0500	北
その他の施設	長崎市高島ふれあいセンター	高島町1728−1	896−3110	南
	長崎市伊王島開発総合センター	伊王島町1丁目甲3272	898−2244	

くわしくは、各総合事務所まで　中央総合事務所総務課（☎829−1428）
東総合事務所地域福祉課（☎813−9001）
南総合事務所地域福祉課（☎898−7870）
北総合事務所地域福祉課（☎814−3400）

公民館講座開設施設一覧

	施設名	所在地	電話番号
大型公民館等	長崎市中央公民館	魚の町5－1	825－1948
	長崎市東公民館	矢上町19－1	838－3732
	長崎市西公民館	丸尾町5－5	861－5919
	長崎市南公民館	浪の平町7－19	825－0295
	長崎市北公民館	千歳町5－1	845－6362
	長崎市滑石公民館	滑石2丁目1－8	856－3751
	長崎市香焼公民館	香焼町501－2	871－5213
	長崎市外海公民館	神浦江川町2	0959－24－0460
	長崎市三和公民館	布巻町88－1	892－1919
	長崎市野母崎文化センター	野母町555	893－2022
	長崎市琴海文化センター	長浦町3777－9	885－2041
地区公民館等	長崎市戸石地区公民館	戸石町1740－1	830－2937
	長崎市三重地区公民館	三重町1142－1	850－0142
	長崎市高浜地区公民館	高浜町3203－73	894－2001
	長崎市野母地区公民館	野母町2244－1	893－2663
	長崎市黒崎地区公民館	下黒崎町5157－1	0959－25－0136
	長崎市川原地区公民館	川原町234－5	892－2477
	長崎市為石地区公民館	為石町2020－2	892－2637
	長崎市琴海南部文化センター	琴海村松町703－14	884－0376

公民館全般のことについては、生涯学習企画課（☎829－2044）へ

ボランティア活動に参加したい

長崎市社会福祉協議会では、次のようなことを行っています。

・ボランティアに関する相談……ボランティア活動をしたいけれどきっかけがつかめない、ボランティアをお願いしたいかた等の相談、紹介を行っています。

・**ボランティア保険の加入手続き**……ボランティア活動中のさまざまな事故による「ケガ」や「損害賠償責任」を補償する保険の受付を行っています。

※事前に来所日時の連絡をお願いいたします。

くわしくは、長崎市社会福祉協議会　地域福祉係（☎828－1281）
（恵美須町4番5号　NBC3rdビル3階）

◆ ◆

長崎市では、次のボランティアを募集・育成しています。講座開催については、広報ながさき等でお知らせします。

①介護予防事業で参加者のサポートやスタッフ補助として活動する「あじさいサポーター」
②地域のサロンや老人クラブなどの活動場所に出向き介護予防体操を紹介する「シルバー元気応援サポーター」
③高齢者の身近な外出の場として高齢者ふれあいサロンを企画・運営する「高齢者ふれあいサロンサポーター」
④地域へ認知症への理解を普及する「認知症サポートリーダー」
⑤介護施設で入所者の話し相手や行事のお手伝いをする「介護施設ボランティア」
⑥食を通した健康づくりをお手伝いしたい「食生活改善推進員」
⑦ウォーキングを通じて、市民の皆さんと健康づくりをしたい「ロードウォークサポーター」

※③④⑤については、ボランティアポイント制度が利用できます。
長崎市に在住の40歳以上のかたで、「高齢者ふれあいサロンサポーター」「介護施設ボランティア」「認知症サポートリーダー」養成講座を修了し、ボランティア活動を実施すると、１日上限２ポイント（1ポイント1時間程度）を受けることができます。なお、１年間の上限ポイントは50ポイント（5,000円相当）で、貯まったポイントに応じて「はあと屋」の買い物券又は交付金へ交換することができます。

①②③⑥⑦については、各総合事務所地域福祉課へ　中央（☎829－1429）　東（☎813－9001）
南（☎892－1113）　北（☎814－3400）
④⑤、ボランティアポイント制度の利用については、高齢者すこやか支援課へ（☎829－1146）

シルバー人材センター

高齢者の経験や技能を生かし、働くことをとおして生きがいづくりや社会参加をしたいかた

原則60歳以上のかたで、培ってきた経験や技能を生かし、働くことをとおして生きがいづくりや社会参加をしたいと思っているかたの会員組織として、シルバー人材センターがあります。

1．シルバー人材センターとは

・自主的な会員組織であり、会員の総意と主体的な参画により運営される公益社団法人です。
・就業や収入の保証はありませんが、働いた場合に「配分金（会員業務委託料）」を支払います。

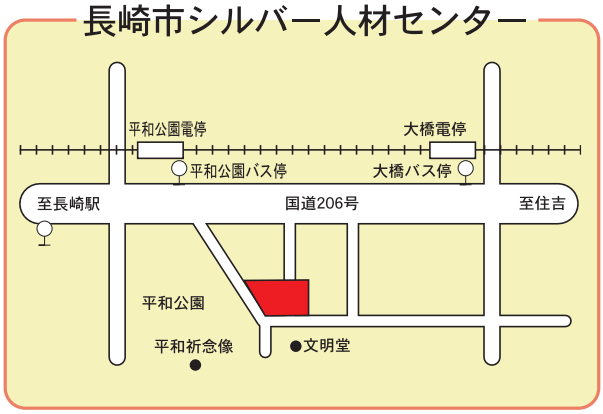
2．会員の入会資格・条件

・長崎市内に居住している原則60歳以上のかたで、かつ健康で働く意欲のあるかた。
・毎月第1水曜日及び第3水曜日（祝日の場合は翌日）の午前10時から開催される入会説明会に参加し、若しくはwebでの入会申込みを行いセンターの理念や趣旨に賛同し、入会申込書を提出したかた。
・定められた会費（正会員2,000円、ゴールド会員500円）を納入されたかた。

3．具体的には次のような臨時的かつ短期的又は軽易な仕事（おおむね月10日以内、週20時間以内の就業）に就いています。

除草（空地や庭の草刈）、植木手入れ、公園管理、室内外清掃、施設管理、家事の手伝い、調理、賞状書き、襖張り、チラシ配布　など

くわしくは、シルバー人材センター（長崎市岡町2番13号　☎842－9500）へ



お知らせ　老人福祉センター・老人憩の家をご利用下さい





老人福祉センター **あじさい荘**
長崎市上銭座町1-11　TEL845-0698





老人憩の家 **ひまわり荘**
長崎市丸尾町5-5　TEL861-5920





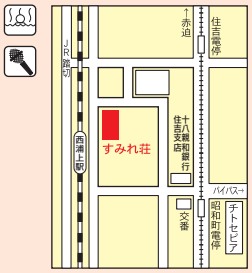
老人福祉センター **わかな荘**
長崎市茂木町38　TEL836-1043





老人憩の家 **つばき荘**
長崎市浪の平町7-19　TEL825-0297





老人福祉センター **すみれ荘**
長崎市中園町3-5　TEL845-2400





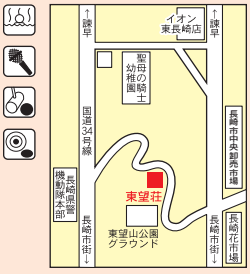
老人憩の家 **さくら荘**
長崎市立山1丁目7-16 TEL823-2603





老人福祉センター **しらゆり荘**
長崎市鶴見台1丁目4-4　TEL879-0808





老人憩の家 **東望荘**
長崎市田中町299　TEL838-3719





老人憩の家 **つつじ荘**
長崎市白鳥町8-1 TEL845-9705

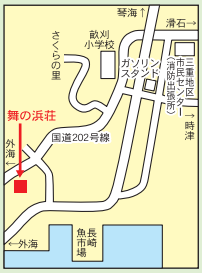




老人憩の家 **式見荘**
長崎市式見町200-26　TEL841-0911



老人憩の家 **舞の浜荘**
長崎市三京町720　TEL.850-0915





老人憩の家 **香焼ひまわり**
長崎市香焼町1070-4　TEL.871-4112

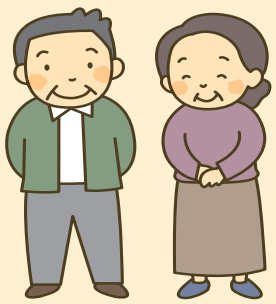


令和８年９月１日現在

風呂		ゲートボール	
カラオケ		ローンボール	

長崎市の老人福祉センター・老人憩の家は、高齢者の健康の増進、教養の向上、レクリエーションのための施設です。市内居住の60歳以上のかたならどなたでも、趣味、教養講座への参加や入浴などができます。是非ご利用下さい。

○休　館　日　毎週日曜日・祝日・年末年始（12/29～1/3）
○利 用 時 間　10：00～16：30
（ひまわり荘・さくら荘・東望荘は9：30～16：30）
○浴室利用時間　11：00～15：00（火・木・土のみ）
○利　用　料　無料
○利 用 資 格　市内に居住する60歳以上のかた



敬老行事

くわしくは、高齢者すこやか支援課（☎829－1146）へ

長寿祝金（99歳のかたへのお祝い金）

市内に1年以上お住まいの99歳のかたへ、長寿祝金を支給します。

令和８年度の場合　昭和2年4月1日～昭和3年3月31日（99歳）に生まれたかたが対象です。

祝金の額（1回のみ支給）　50,000円

申請方法　該当するかたへ誕生月の前月にご案内のハガキをお送りしますので、ハガキ、本人名義の預金通帳（信漁連を除く）、公的な身分証明書、印かん（認め印）をお持ちのうえ、お近くの地域センター・地区事務所・連絡員事務所で申請手続きを行ってください。なお、誕生月の１日にご存命、かつ、市内在住のかたが支給対象になります。

100歳顕彰

100歳を迎えられるかたに対し、顕彰を行います。

敬老の日を中心とする行事

長寿のお祝い　最高齢者・最高齢夫婦及び老人ホームに入所中のかたを市長及び市議会議長が訪問し、長寿をお祝いします。

シルバー作品展　60歳以上のかたの作品を一堂に展示して、生きがいと、敬老精神の高揚を図るため、シルバー作品展を毎年開催しています。

医療・年金・税控除制度

後期高齢者医療制度

75歳になられたかた（65歳以上で一定の障害があり、広域連合の認定を受けたかたを含む）は、今まで加入していた国民健康保険や社会保険を脱退して、この制度に加入することになります（加入の手続きは不要です。ただし、一定の障害のあるかたが新規加入する際には申請が必要です。）。

加入者のうち、85歳以上のかた及びマイナ保険証を普段から利用されていないかたには、令和９年７月末まで使える資格確認書を交付します。

マイナ保険証を利用している場合は引き続きマイナ保険証をご利用下さい。

【保険料】

加入されたかたの収入などに応じて、お一人おひとりに納めていただきます。所得が低い世帯におられるかたや、会社などの健康保険（国民健康保険は除く）の被扶養者であったかたについては、保険料の軽減措置があります。

〇納付方法

①受給されている年金から天引き（加入年度の翌年度以降）

・1年間の年金の受給額が18万円以上であるかた

②納付書による納付

・介護保険料と後期高齢者医療保険料を合わせた金額が、1回の年金支給額の2分の1を超えるかた

・①以外のかた

※①および②のかたのうち、必要な手続きをされたかたは、口座振替にすることができます。

【自己負担割合】

外来、入院ともにかかった医療費の1割負担、一定以上所得があるかたは２割負担、現役並み所得者は3割負担。

【自己負担限度額】　2026年８月から

区　分		高額医療自己負担限度額		高額医療・介護合算制度における自己負担限度額
		外来(個人ごと) 月　額	外来＋入院(世帯単位) 月　額	年額（8月～翌年7月）
現役並み所得者	①課税所得690万円以上	270,300円＋(医療費－901,000円)×1% (年間上限1,680,000円) ※(140,100円)		212万円
	②課税所得380万円以上 (現役Ⅱ)	179,100円＋(医療費－597,000円)×1% (年間上限1,110,000円) ※(93,000円)		141万円
	③課税所得145万円以上 (現役Ⅰ)	85,800円＋(医療費－286,000円)×1% (年間上限530,000円) ※(44,400円)		67万円
④一般の方（一般Ⅰ、一般Ⅱ）		22,000円 (年間上限216,000円)	61,500円 (年間上限530,000円) ※(44,400円)	56万円
⑤住民税非課税の世帯に属するかた (低所得Ⅱ(区分Ⅱ))　(⑥以外)		11,000円 (年間上限96,000円)	25,700円 (年間上限290,000円) ※(24,600円)	31万円
⑥ ⑤のうち年金受給額806,700円以下等のかた (低所得Ⅰ(区分Ⅰ)(老福))		8,000円	15,700円 (年間上限180,000円)	19万円

※　(　)内の金額は、過去12ヵ月以内に3回以上高額療養費の支給を受けた場合の4回目以降の限度額。

高額療養費

1ヵ月に医療機関へ支払った窓口負担が自己負担限度額を超えたときは、申請すると超えた分の払い戻しを受けられます（申請は、最初の一度のみでよく、領収書を添付していただく必要はありません）。

また、所得の状況によってかかった医療費の1割から3割の自己負担を支払いますが、同一医療機関への支払いは、自己負担限度額までになります。ただし、住民税非課税世帯に属するかた（低所得Ⅰ・低所得Ⅱに該当するかた）、現役並み所得者のうち現役Ⅰ・現役Ⅱに該当するかたでマイナ保険証をお持ちでないかたは、限度区分を併記した資格確認書を医療機関へ提示する必要があります。

限度区分を併記した資格確認書は申請により交付します。これまで「限度額適用標準負担額認定証」「限度額適用認定証」の交付を受けていたかたには限度区分を併記した資格確認書を郵送により交付します（申請の必要はありません）。

高額介護合算療養費

世帯内で後期高齢者医療・介護保険の両方の年間の自己負担額を合計して自己負担限度額を超えたときは、申請すると超えた分の払い戻しを受けられます（自己負担限度額は66ページを参照）。

療養費

次のような場合で、かかった医療費の全額を本人が立て替え払いをしたときは、申請すると自己負担分を除いた残額の払い戻しが受けられます。

- 旅行等で緊急その他の理由により、マイナ保険証又は資格確認書を医療機関に提示できなかったとき。
- 医師が必要と認めたコルセット等の治療用装具料を支払ったとき。

【入院時の食事代に係る標準負担額】

入院時の食事の費用については、定額の自己負担額を支払うことになります。

（食費：1食あたり）　2026年６月以降

区　　分	一　般　病　床	療　養　病　床
①現役並み所得者 ②一般のかた（一般Ⅰ・一般Ⅱ）	食　費　550円 ※1	食　費　550円 ※1 ※2
③住民税非課税世帯に属するかた（④以外）（低所得Ⅱ（区分Ⅱ））	食　費　270円（入院90日まで） 220円（入院90日超）※3	食　費　270円（入院90日まで） 220円（入院90日超）※3
④③のうち各収入から必要経費や控除を差し引いて所得が0円になるかた（公的年金については控除額80万円）（低所得Ⅰ（区分Ⅰ））	食　費　130円	食　費　160円 130円 ※4

※１）難病患者等の入院時は330円になります。
※２）一部医療機関では510円の場合もあります。
※３）低所得Ⅱのかたで、過去12ヵ月間に90日を超える入院がある場合、別途申請をすることにより、更に食事代が減額されます。
※４）医療の必要性が高い療養病床への入院時は、130円になります。
※療養病床に該当するか等については、医療機関にご確認ください。

【65歳以上の入院時の居住費】

65歳以上の医療療養病床に入院する一部のかたは、定額の居住費を支払うことになります。

2026年６月以降

区　　分	負　担　額
医療の必要性の高いかた以外	430円
医療の必要性の高いかた（指定難病のかた以外）	
・指定難病のかた	0円

特定疾病の認定

厚生労働大臣が定める疾病（特定疾病）に該当するかたで、広域連合の認定を受けたかたは、自己負担額が1ヵ月10,000円（医療機関ごと入院・外来別）までとなります。

〇特定疾病とは

1．先天性血液凝固因子障害（血友病）の一部
2．人工透析が必要な慢性腎不全
3．血液凝固因子製剤の投与に起因するHIV感染症

葬祭費の支給

被保険者のかたが亡くなったときは、申請をすると葬祭を行ったかたに葬祭費20,000円が支給されます。

くわしくは、後期高齢者医療室（☎829－1139）
保険料の決定、給付の決定は、長崎県後期高齢者医療広域連合（☎816－3930）へ

年　金

国民年金　　**年金は老後の暮らしのパートナー**

国民年金は、現役の世代（被保険者）と老齢世代（受給者）の社会的な助け合いで成り立つ制度です。保険料を納めた期間や、受給時の状態により、受け取る年金の種類や額が変わってきます。

老齢基礎年金	保険料を納めた期間（保険料免除期間を含む）が、原則として10年以上あるかたが65歳になってから受けられる年金です。 なお、支給の繰上げまたは繰下げ請求もできます。
障害基礎年金	国民年金加入中や20歳前または国内居住中の60歳以上65歳未満に初診日があり、国内居住中の病気やケガなどで障害が残ったときに受けられる年金です。 ただし、①初診日の前日において初診日の前々月までの加入期間のうち、保険料を納めた期間（保険料免除期間を含む）が2／3以上あること。または、初診日の前々月までの直近1年間に保険料の未納がないこと。 ②障害認定日に国民年金法で定めている障害等級の1級・2級に該当していること。または65歳誕生日の前々日までに該当の障害状態にあることの受給要件があります。
遺族基礎年金	国民年金加入中に死亡したとき、死亡された方によって生計を維持されていた子のある配偶者または子が受けられる年金です。（子は18歳到達年度の末日まで、障害年金の1級・2級相当の障害に該当してる子は20歳まで）20歳から死亡日の前々月までの期間において、保険料を納めた期間（保険料免除期間を含む）が2/3以上あること。または、死亡日の前々月までの1年間に保険料の未納がないことの納付要件があります。なお老齢基礎年金の受給権者（待機者含む）が受給する場合には、保険料を納めた期間（免除期間含む）が25年必要となります。

※上記年金受給者の生活を支援するために、基礎年金に上乗せして年金生活者支援給付金が支給されます。（所得額が一定基準額以下であること、非課税世帯であること等の支給要件があります。）

このほか、国民年金の独自給付として、付加年金や寡婦年金、死亡一時金等があります。

なお、国民年金の保険料納付済期間等の不足により、老齢基礎年金を受給できないかた等は、60歳以降、受給資格期間を満たすため等で任意加入ができます。（原則65歳まで。ただし、昭和50年4月1日以前に生まれたかたで、受給資格を満たしていない65歳以上70歳未満のかたは受給資格を満たすまで。）

くわしくは、住民情報課　総務係（☎829－1137）へ

厚生年金については、日本年金機構長崎南年金事務所（☎825－8701）又は
日本年金機構長崎北年金事務所（☎861－1354）へ、
共済年金については、各共済組合へおたずねください。

税控除

おむつ代にかかる医療費控除

所得税または市・県民税の所得割が課税されるかたが、傷病によりおおむね6ヵ月以上寝たきりの状態で、治療上おむつの使用が必要であると医師が認めた場合のおむつ代は、医療費控除の対象になります。

申告の際には「医療費控除の明細書」に、「おむつ使用証明書」又は「おむつ使用に係る確認書」を添付する必要があります。

「おむつ使用証明書」（発行は病院で行います。）
病院にお問い合わせ下さい。（様式は高齢者すこやか支援課にもあります。）

「おむつ使用に係る確認書」（高齢者すこやか支援課で発行します。）
発行が可能であるか、確認する必要がありますので、事前に高齢者すこやか支援課にお問い合わせ下さい。
※発行ができない場合は、「おむつ使用証明書」の発行を病院にお願いして下さい。

くわしくは、高齢者すこやか支援課
認定審査係（☎829－1555）へ

身体障害者手帳等の交付を受けていないかたの障害者控除

満65歳以上の要介護１以上の認定を受けたかたで身体や精神に障害があり障害者に準ずるとみなされたかたは、身体障害者手帳等をお持ちでない場合であっても、所得税や市・県民税の障害者控除を受けられる場合があります。証明のための申請を各地域センターで受け付けています。審査の結果、障害者控除に該当するかたには、「障害者控除対象者認定証」を発行します。

なお、所得税は「障害者控除対象者認定証」を発行された当該年分から、市・県民税は翌年度分から控除を受けることができます。（ただし、いずれも申告が必要です。市・県民税申告については市民税課におたずねください。）

くわしくは、高齢者すこやか支援課（☎829－1146）へ

その他の税控除に関する問い合わせ
〇所得税については、長崎税務署（☎822－4231）
〇市・県民税については、市民税課（☎829－1427）

ほかにもこんなサービスがあります

高齢者交通費助成（令和 10 年度まで実施予定）

社会参加、介護予防を目的として、交通費を助成します。

助成対象者　年度内に満70歳以上の誕生日を迎えられるかた
（令和８年度の場合　昭和32年３月31日以前に誕生日を迎えられるかた。ただし、障害者を除く。助成対象に該当するかたで、年度途中に転入されたかたにも交付しています。）

助成方法　次のいずれかの方法で助成します。なお、年度内での助成方法の変更は原則できません。

<table>
<tr><th>助成方法</th><th>助成の内容</th></tr>
<tr><td>利用券</td><td>〇いずれか一つの利用券を受け取りいただき、交通機関の運賃として利用できます。
<table>
<tr><th>利用券の種類</th><th>額面</th></tr>
<tr><td>タクシー利用券</td><td>200円券×25枚</td></tr>
<tr><td>船舶（伊王島）利用券</td><td>500円券×10枚</td></tr>
<tr><td>船舶（高島）利用券</td><td>800円券×　7枚</td></tr>
<tr><td>船舶（池島）利用券</td><td>370円券×14枚</td></tr>
<tr><td>コミュニティバス利用券※</td><td>100円券×50枚</td></tr>
</table>
※外海、野母崎、伊王島、高島のみ対象</td></tr>
<tr><td>ＩＣカード</td><td>〇バス・電車等を、事前に市へ登録したＩＣカードで利用すると、利用した運賃分を、後日ＩＣカードへ還元します（年上限5,000円分）。
登録方法については、下記へお尋ね下さい。
※あらかじめ、ＩＣカードへの助成金の振込（チャージ）を行うものではありません。
<table>
<tr><th>登録できるＩＣカード</th><th>助成の対象となる交通機関</th></tr>
<tr><td>エヌタスカード</td><td>・長崎自動車㈱（長崎バス）　・さいかい交通㈱</td></tr>
<tr><td>ニモカ（nimocaカード）</td><td>・長崎県交通局（県営バス）　・さいかい交通㈱
・長崎電気軌道（路面電車）
・長崎自動車㈱（長崎バス）</td></tr>
</table></td></tr>
</table>

くわしくは、高齢者すこやか支援課（☎829－1146）へ

投票所タクシー移動費助成

要介護４の認定を受けているかたに投票所へのタクシー移動費を助成します。

助成内容　自宅等から投票所（期日前投票所を含む）までの往復にタクシーを利用した場合に、タクシーの利用料金に相当する額を助成（上限額１０，０００円）

助成対象者　長崎市の選挙人名簿に登録されているかたで、要介護４の認定を受けているかた

申請に必要な物　申請書・タクシーの領収書

※介護サービス料及び介助料は、助成対象外です。
※投票所への移動に介護サービスを利用されるかたは、ケアプランの変更（見直し）等が必要な場合があるため、事前に担当のケアマネジャーにご相談ください。

（令和８年５月１日時点）
くわしくは、選挙管理委員会事務局（☎821-3520）へ



生活福祉資金の貸付

低所得世帯や、一定の条件を満たす高齢者世帯・障害者世帯で、ほかの制度で借り入れする事がむずかしい場合に利用できる貸付制度です。

この貸付を受けることで、生活を立て直し、自立した暮らしにつながる見込みがある方が対象となります。

各資金ごとに要件がございますので、詳しくはお問い合せください。

◆貸付金の種類

◇福祉資金福祉費

【生　業　費】生業を営むために必要な経費
【技能習得費】技能習得に必要な経費及びその期間中の生計を維持するために必要な経費
【住宅整備費】住宅の増改築、補修等に必要な経費
【福祉用具購入費】福祉用具等の購入に必要な経費
【障害者自家用車購入費】障害者用自家用車の購入に必要な経費
【療　養　費】負傷又は疾病の療養に必要な経費及びその療養期間中の生計を維持するために必要な経費
【介 護 等 費】介護サービス、障害者サービス等を受けるのに必要な経費及びその期間中の生計を維持するために必要な経費
【災害臨時費】災害を受けたことにより臨時に必要となる経費
【冠婚葬祭費】冠婚葬祭に必要な経費
【住居移転等費】住居の移転等、給排水設備等の設置に必要な経費
【技能習得費等支度費】就職、技能習得等の支度に必要な経費
【その他日常一時必要費】その他、日常生活上一時的に必要な経費

◇福祉資金緊急小口資金

【緊急小口資金】
緊急かつ一時的に生計の維持が困難となった場合に貸し付ける少額の費用

◇不動産担保型生活資金

【不動産担保型生活資金】
一定の居住用不動産を有し、将来にわたりその住居に住み続けることを希望する高齢者世帯に対し、当該不動産を担保として生活費を貸付ける資金
【要保護世帯向け不動産担保型生活資金】
一定の居住用不動産を有し、将来にわたりその住居を所有し、又は住み続けることを希望する要保護の高齢者世帯に対し、当該不動産を担保として生活費を貸付ける資金

くわしくは、長崎市社会福祉協議会　貸付相談係（☎801－0057）
（恵美須町4番5号 NBC3rdビル3階）

避難行動要支援者（自力で避難できないかた）について

近年、突発的な大規模豪雨や地震、台風などが猛威をふるっており、全国各地で大きな被害がもたらされています。

災害発生時には、公的支援に限界があり、日頃から、避難場所を決めておくことや地域の方と顔のみえる関係をつくることでの住民の助け合いが、災害から身を守るために重要になります。

◆避難行動要支援者名簿

長崎市では、災害が起きてもみんなで助かる地域を目指して、在宅の要介護1以上の高齢者等を災害時に避難所まで避難することができない「避難行動要支援者」とし、災害対策基本法に基づき、名簿を作成し、同意が得られたかたの名簿を「避難支援等関係者※」に提供しています。

「避難支援等関係者※」
消防機関、警察機関、自治会、民生委員・児童委員、
地域コミュニティ連絡協議会、地域包括支援センター等

なお、災害発生時または発生の恐れがある場合には、命を守ることを最優先とし、不同意のかたの名簿も情報提供することがあります。また、必ずしも災害時の支援が約束されるものではありません。

◆個別避難計画

「個別避難計画」とは、避難行動要支援者ごとに避難場所や避難方法、避難生活上の留意点等を記載した避難支援のための計画です。

要介護度が高い単身の高齢者や高齢者のみの世帯で避難支援者がいないかたを優先的に、ケアマネジャー等の支援により個別避難計画を作成しています。

作成した個別避難計画は、安心カード（P17 参照）の災害時対応版として、避難行動要支援者宅の冷蔵庫に保管し、災害発生時には避難先に携帯し、関係者に提示することで必要な支援につなげます。また、同意が得られたかたについては、個別避難計画の情報を避難支援等関係者に提供しています。



◆福祉避難所（二次避難所）

福祉避難所とは、指定避難所のように災害発生時に直ちに開設するものではありません。

大規模な災害発生により災害救助法が適用される場合に、最寄りの指定避難所等において避難生活が困難な在宅の寝たきり高齢者や重度障害者等のかたを受け入れるために、長崎市が社会福祉施設等に受入れ要請をおこない開設する避難所です。

施設側の被害状況を踏まえ、施設の安全確認と、受入スペースの確保、スタッフの配置等の運営準備が整った施設から順に開設することになり、優先度の高いかたから案内します。

一般的に、指定避難所等へ一旦避難した後に、そのまま避難生活を続けることが困難なかたを対象とするため、二次避難所ともいわれています。

詳しい福祉避難所の入所の流れ、福祉避難所一覧については、
右記の二次元コードよりご確認ください。

くわしくは、高齢者すこやか支援課へ（☎829-1146）

地域包括ケアシステム

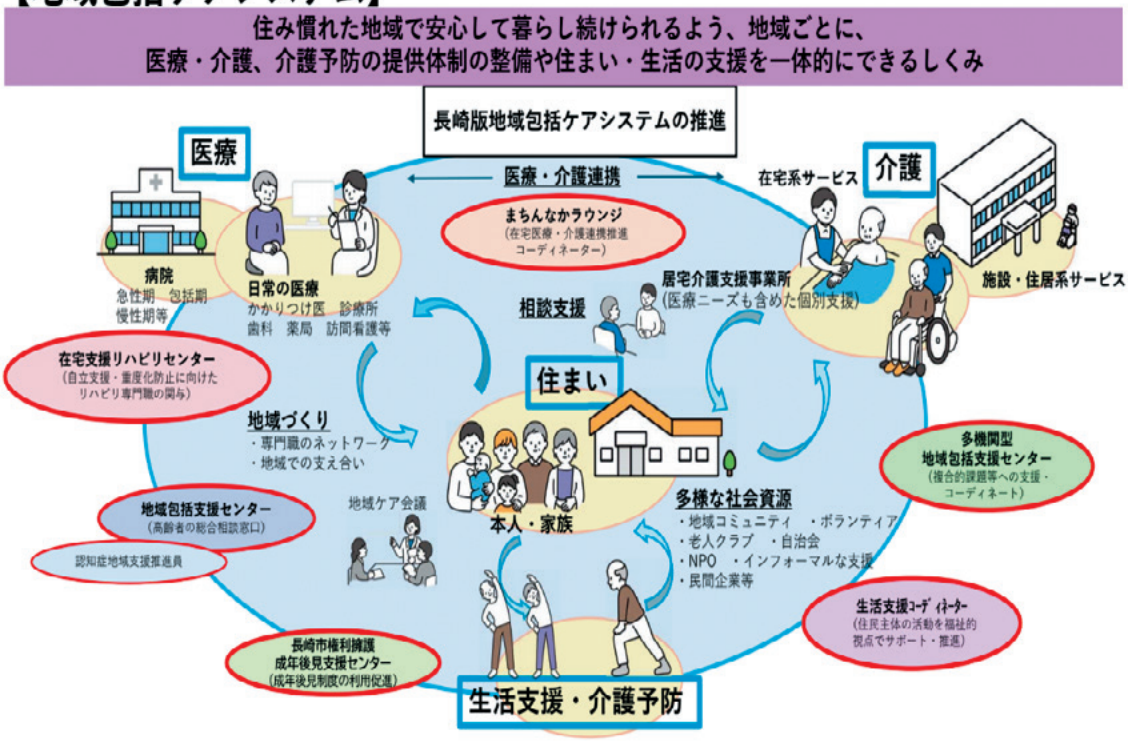
長崎市では、2025年（令和７年）に65歳以上の高齢者人口のピークを迎え、その後高齢者人口は少しずつ減少しますが、10年度後の2035年（令和17年）には、75歳以上の後期高齢者人口がピークとなる見込みです。

今後、ますます認知症高齢者や一人暮らし高齢者等の支援を必要とする人も増えていくことが見込まれています。

このようなことから、医療や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られるような体制づくりが求められています。

そこで、市では、必要な在宅医療や訪問介護などの医療・介護サービス、健康づくりを含めた介護予防、見守り・買い物支援などの生活支援、住まいを一体的に提供する「地域包括ケアシステム」の推進に取り組んでいます。

【地域包括ケアシステム】

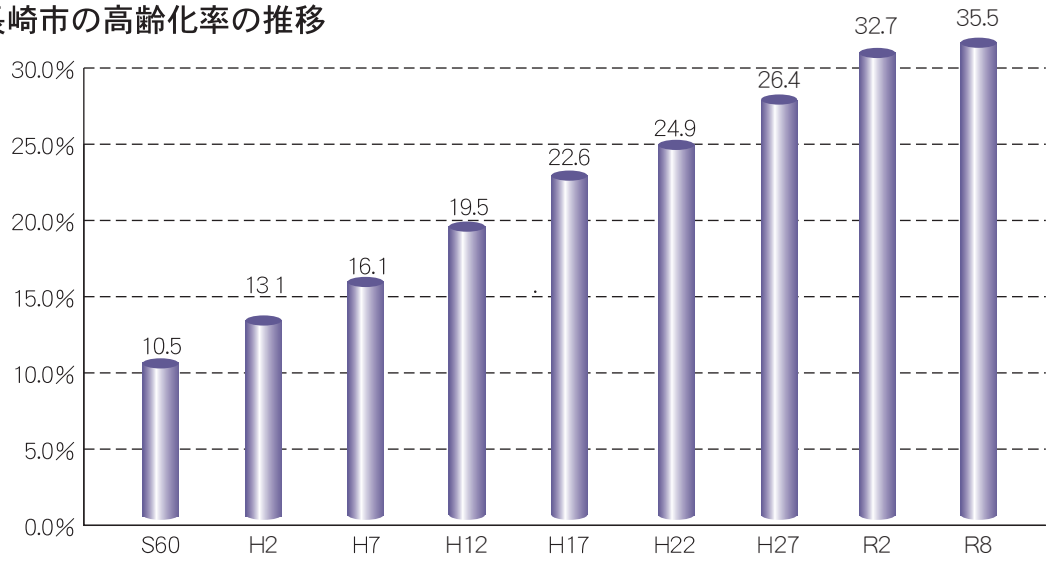


地域の皆さんと医療・介護・福祉等の専門職や関係機関、行政が一丸となり、地域包括ケアシステムの推進に向けて、取り組んでいきましょう!!

長崎市の高齢化率の推移

※高齢化率とは総人口に占める高齢者（65歳以上）人口の割合

長崎市の高齢化率の推移



（令和8年9月1日現在）

地域センター管内別高齢化率

地域センター名	総　人　口	高齢者(65歳以上)人口	高　齢　化　率
日　　見	6,307 人	2,414 人	38.2 %
東　長　崎	36,082 人	10,239 人	28.3 %
小　　榊	6,796 人	1,458 人	21.4 %
福　　田	8,307 人	3,362 人	40.4 %
式　　見	2,245 人	1,262 人	56.2 %
三　　重	19,286 人	5,631 人	29.2 %
外　　海	2,803 人	1,631 人	58.1 %
琴　　海	11,504 人	4,325 人	37.6 %
小　ヶ　倉	7,920 人	3,100 人	39.1 %
土　井　首	12,868 人	5,189 人	40.3 %
深　　堀	4,882 人	1,857 人	38.0 %
茂　　木	8,754 人	3,898 人	44.5 %
香　　焼	2,807 人	1,301 人	46.3 %
伊　王　島	541 人	294 人	54.3 %
高　　島	210 人	113 人	53.8 %
野　母　崎	4,067 人	2,300 人	56.5 %
三　　和	8,873 人	4,142 人	46.6 %
西　浦　上	49,005 人	16,630 人	33.9 %
滑　　石	27,294 人	10,656 人	39.0 %
中　　央	160,411 人	55,452 人	34.5 %
全　　体	380,962 人	135,254 人	35.5 %

（令和8年9月1日現在）

主な関係先

関係先名	所在地	電話番号	主な業務
長崎市社会福祉協議会	恵美須町4−5 NBC3rdビル3階	828−1281 828−5016 828−0028 828−0161 894−4500 801−0057 828−0162	地域福祉・ボランティア活動の支援 総合相談（しゃきょうなんでも相談） 長崎市生活支援相談センター 長崎市女性相談サポートセンター 長崎市権利擁護・成年後見支援センター 生活福祉資金の貸付 福祉あんしんセンターながさき
長崎市民生委員児童委員協議会	恵美須町4−5 NBC3rdビル5階	825−7083	地域福祉 友愛訪問等
長崎市老人クラブ連合会	恵美須町4−5 NBC3rdビル5階	827−6060	老人クラブへの入会、結成 老人クラブの活動促進 老人クラブ大会・演芸大会の開催 各種スポーツ大会等の開催 会報の発行
長崎市シルバー人材センター	岡町2−13	842−9500	会員への就業機会の提供
長崎県すこやか長寿財団	茂里町3−24 総合福祉センター 県棟3階	847−5212	県ねんりんピック（スポーツ・文化交流大会・生きがい作品展）の開催 情報誌「そよかぜ」の発行 すこやかシニアバンク及び仲間づくり応援ネットの運営
長崎市歯科医師会	茂里町3−19	846−1717	訪問歯科診療
原爆被爆対策部援護課	市役所13階	829−1149	原爆養護ホーム入所・ショートステイ、被爆者相談、ふれあい昼食会等
後期高齢者医療室	市役所3階	829−1139	後期高齢者医療
地域保健課	市役所11階	829−1153	精神保健相談
感染症対策室	市役所11階	829−1172	結核検診・肝炎ウイルス検査
健康づくり課	市役所11階	829−1154	がん検診・歯科健診等
介護保険課	市役所1階 福祉の相談窓口	829−1163	介護保険制度全般
高齢者すこやか支援課	市役所11階	829−1146	介護予防、在宅生活支援、要介護認定等
アマランス相談 （人権男女共同参画室）	市役所	826−4417 （相談専用）	家庭・職場・近隣・親族の人間関係の悩み、DVの相談等

町名別地域包括支援センター一覧

R8.10.1現在

町　名	地域包括名	町　名	地域包括名	町　名	地域包括名
あ		え		上小島1～5丁目	小島・茂木
相生町	大浦	江川町	土井首	上銭座町	江平・山里
相川町	小江原・式見	江戸町	桜馬場	上戸石町	日見・橘
青山町	緑が丘	江の浦町	西部	上戸町	戸町・小ヶ倉
赤首町	北部	恵美須町	片淵・長崎	上戸町1～4丁目	戸町・小ヶ倉
赤迫1～3丁目	岩屋	江平1～3丁目	江平・山里	上西山町	片淵・長崎
秋月町	西部	エミネント葉山町	岩屋	神ノ島町1～3丁目	西部
飽の浦町	西部	江里町	緑が丘	蚊焼町	南部
曙町	淵	お		川内町	日見・橘
旭町	西部	扇町	江平・山里	川上町	大浦
畝刈町	北部	大井手町	片淵・長崎	川口町	江平・山里
畦別当町	西浦上・三川	大浦東町	大浦	川平町	西浦上・三川
畦町	北部	大浦町	大浦	川原町	南部
愛宕1～4丁目	小島・茂木	大籠町	深堀・香焼	館内町	大浦
網場町	日見・橘	大崎町	小島・茂木	き	
油木町	緑が丘	大園町	滑石・横尾	北浦町	小島・茂木
油屋町	桜馬場	太田尾町	小島・茂木	木鉢町1～2丁目	西部
い		大谷町	西部	京太郎町	土井首
家野町	江平・山里	大手1～3丁目	西浦上・三川	京泊1～3丁目	北部
伊王島町1～2丁目	深堀・香焼	大鳥町	西部	琴海大平町	北部
飯香浦町	小島・茂木	大橋町	江平・山里	琴海尾戸町	北部
以下宿町	南部	大浜町	西部	琴海形上町	北部
池島町	北部	大宮町	滑石・横尾	琴海戸根町	北部
石神町	江平・山里	大山町	戸町・小ヶ倉	琴海戸根原町	北部
泉1～3丁目	西浦上・三川	岡町	江平・山里	琴海村松町	北部
泉町	西浦上・三川	桶屋町	片淵・長崎	銀屋町	桜馬場
出雲1～3丁目	大浦	音無町	緑が丘	く	
伊勢町	桜馬場	尾上町	片淵・長崎	草住町	土井首
磯道町	土井首	御船蔵町	片淵・長崎	黒浜町	南部
稲佐町	淵	か		け	
稲田町	大浦	かき道1～6丁目	日見・橘	毛井首町	土井首
今博多町	片淵・長崎	柿泊町	小江原・式見	けやき台町	西浦上・三川
伊良林1～3丁目	桜馬場	籠町	大浦	こ	
入船町	西部	風頭町	桜馬場	麹屋町	桜馬場
岩川町	江平・山里	樫山町	北部	興善町	片淵・長崎
岩瀬道町	西部	鍛冶屋町	桜馬場	神浦江川町	北部
岩見町	淵	春日町	日見・橘	神浦扇山町	北部
岩屋町	岩屋	片淵1～5丁目	片淵・長崎	神浦上大中尾町	北部
う		勝山町	片淵・長崎	神浦北大中尾町	北部
上田町	大浦	金堀町	緑が丘	神浦下大中尾町	北部
上野町	江平・山里	金屋町	片淵・長崎	神浦上道徳町	北部
魚の町	桜馬場	鹿尾町	土井首	神浦下道徳町	北部
現川町	東長崎	樺島町	片淵・長崎	神浦口福町	北部
馬町	片淵・長崎	上浦町	小江原・式見	神浦夏井町	北部
梅香崎町	大浦	上大野町	北部	神浦丸尾町	北部
上町	片淵・長崎	上黒崎町	北部	神浦向町	北部

町　名	地域包括名	町　名	地域包括名	町　名	地域包括名
香焼町	深堀・香焼	新地町	大浦	て	
小浦町	西部	新戸町1～4丁目	戸町・小ヶ倉	出来大工町	片淵・長崎
小江原1～5丁目	小江原・式見	新中川町	桜馬場	手熊町	小江原・式見
小江町	西部	十人町	大浦	出島町	桜馬場
小ケ倉町1～3丁目	戸町・小ヶ倉	城栄町	淵	寺町	桜馬場
古賀町	東長崎	新牧野町	北部	天神町	江平・山里
国分町	戸町・小ヶ倉	す		と	
小菅町	戸町・小ヶ倉	末石町	土井首	戸石町	日見・橘
小瀬戸町	西部	芒塚町	日見・橘	土井首町	土井首
小曽根町	大浦	住吉台町	西浦上・三川	銅座町	桜馬場
五島町	片淵・長崎	住吉町	西浦上・三川	藤田尾町	南部
木場町	片淵・長崎	諏訪町	桜馬場	常盤町	大浦
小峰町	江平・山里	せ		戸町1～5丁目	戸町・小ヶ倉
米山町	土井首	銭座町	江平・山里	な	
さ		そ		中町	片淵・長崎
幸町	江平・山里	園田町	小江原・式見	長浦町	北部
竿浦町	土井首	た		中川1～2丁目	桜馬場
界1～2丁目	日見・橘	大黒町	片淵・長崎	中小島1～2丁目	大浦
栄町	桜馬場	ダイヤランド1～4丁目	戸町・小ヶ倉	中里町	東長崎
坂本1～3丁目	江平・山里	多以良町	北部	中新町	大浦
桜木町	小島・茂木	高丘1～2丁目	大浦	中園町	西浦上・三川
さくらの里1～3丁目	北部	高尾町	江平・山里	永田町	北部
桜馬場1～2丁目	桜馬場	高島町	深堀・香焼	浪の平町	大浦
桜町	片淵・長崎	高城台1～2丁目	東長崎	滑石1～2丁目	岩屋
三京町	北部	高浜町	南部	滑石3～6丁目	滑石・横尾
三景台町	小島・茂木	高平町	小島・茂木	鳴滝1～3丁目	桜馬場
三和町	土井首	田上1～4丁目	小島・茂木	鳴見台1～2丁目	北部
し		宝町	江平・山里	鳴見町	北部
椎の木町	大浦	竹の久保町	淵	南越町	南部
塩浜町	西部	立岩町	緑が丘	に	
潮見町	日見・橘	立山1～5丁目	片淵・長崎	賑町	桜馬場
式見町	小江原・式見	田手原町	小島・茂木	西町	緑が丘
下町	大浦	田中町	東長崎	西海町	北部
清水町	緑が丘	玉園町	片淵・長崎	虹が丘町	岩屋
下大野町	北部	為石町	南部	錦1～3丁目	緑が丘
下黒崎町	北部	ち		西北町	岩屋
下西山町	片淵・長崎	筑後町	片淵・長崎	西小島1～2丁目	大浦
宿町	日見・橘	千々町	小島・茂木	西琴平町	大浦
昭和1～3丁目	西浦上・三川	千歳町	西浦上・三川	西坂町	片淵・長崎
白鳥町	緑が丘	つ		西出津町	北部
白木町	小島・茂木	築町	桜馬場	西立神町	西部
城山台1丁目	緑が丘	辻町	江平・山里	西泊町	西部
城山台2丁目	小江原・式見	つつじが丘1～5丁目	東長崎	西山1～4丁目	片淵・長崎
城山町	淵	椿が丘町	南部	西山台1～2丁目	西浦上・三川
新小が倉1～2丁目	戸町・小ヶ倉	鶴の尾町	東長崎	西山本町	片淵・長崎
新大工町	桜馬場	鶴見台1～2丁目	土井首		

町　名	地域包括名	町　名	地域包括名	町　名	地域包括名
ぬ		古河町	大浦	も	
布巻町	南部	古道町	土井首	茂木町	小島・茂木
の		文教町	西浦上・三川	元町	大浦
野母崎樺島町	南部	へ		本尾町	江平・山里
野母町	南部	平和町	江平・山里	本石灰町	大浦
は		弁天町	淵	本原町	江平・山里
橋口町	江平・山里	ほ		元船町	片淵・長崎
八郎岳町	土井首	宝栄町	淵	茂里町	江平・山里
八景町	大浦	豊洋台1～2丁目	北部	や	
花丘町	西浦上・三川	北栄町	滑石・横尾	八百屋町	片淵・長崎
花園町	緑が丘	北陽町	滑石・横尾	矢上町	東長崎
浜町	桜馬場	星取1～2丁目	大浦	八千代町	片淵・長崎
浜口町	江平・山里	本河内1～4丁目	桜馬場	八つ尾町	小島・茂木
浜平1～2丁目	片淵・長崎	ま		梁川町	淵
早坂町	小島・茂木	牧島町	日見・橘	柳谷町	岩屋
葉山1～2丁目	岩屋	牧野町	小江原・式見	柳田町	土井首
春木町	淵	松が枝町	大浦	矢の平1～4丁目	桜馬場
晴海台町	南部	松崎町	北部	八幡町	桜馬場
ひ		松原町	東長崎	弥生町	小島・茂木
東町	東長崎	松山町	淵	よ	
東小島町	小島・茂木	丸尾町	西部	横尾1～5丁目	滑石・横尾
東琴平1～2丁目	大浦	丸山町	大浦	四杖町	小江原・式見
東出津町	北部	万才町	片淵・長崎	寄合町	大浦
東立神町	西部	み		万屋町	桜馬場
東古川町	桜馬場	三重田町	北部	ろ	
東山手町	大浦	三重町	北部	炉粕町	片淵・長崎
東山町	大浦	三川町	西浦上・三川	わ	
光町	淵	見崎町	小江原・式見	若草町	緑が丘
彦見町	小島・茂木	水の浦町	西部	若竹町	岩屋
日の出町	大浦	三ツ山町	西浦上・三川	若葉町	西浦上・三川
平瀬町	土井首	緑町	江平・山里	脇岬町	南部
平戸小屋町	西部	緑が丘町	緑が丘		
平野町	江平・山里	みなと坂1～2丁目	西部		
平間町	東長崎	南町	大浦		
平山台1～2丁目	土井首	南が丘町	大浦		
平山町	土井首	南山手町	大浦		
ふ		三原1丁目	江平・山里		
夫婦川町	片淵・長崎	三原2～3丁目	西浦上・三川		
深堀町1～6丁目	深堀・香焼	宮崎町	南部		
福田本町	西部	宮摺町	小島・茂木		
富士見町	淵	三芳町	緑が丘		
淵町	淵	む			
船石町	東長崎	向町	小江原・式見		
船大工町	大浦	め			
古町	片淵・長崎	目覚町	江平・山里		
古川町	桜馬場	女の都1～4丁目	西浦上・三川		

町名別担当総合事務所一覧

R8.10.1現在

かな	町　名	担当	かな	町　名	担当	かな	町　名	担当
あ	相生町	中央	う	馬町	中央	か	金屋町	中央
	相川町	中央		梅香崎町	中央		鹿尾町	南
	青山町	中央		上町	中央		樺島町	中央
	赤首町	北	え	江川町	南		上浦町	中央
	赤迫１～３丁目	中央		江戸町	中央		上大野町	北
	秋月町	中央		江の浦町	中央		上黒崎町	北
	飽の浦町	中央		恵美須町	中央		上小島１～５丁目	中央
	曙町	中央		江平１～３丁目	中央		上銭座町	中央
	旭町	中央		エミネント葉山町	中央		上戸石町	東
	畦町	北		江里町	中央		上戸町	中央
	畝刈町	北	お	扇町	中央		上戸町１～４丁目	中央
	畦別当町	中央		大井手町	中央		上西山町	中央
	愛宕１～４丁目	中央		大浦東町	中央		神ノ島町１～３丁目	中央
	網場町	東		大浦町	中央		蚊焼町	南
	油木町	中央		大籠町	南		川内町	東
	油屋町	中央		大崎町	中央		川上町	中央
い	家野町	中央		大園町	中央		川口町	中央
	伊王島町	南		太田尾町	中央		川平町	中央
	飯香浦町	中央		大谷町	中央		川原町	南
	以下宿町	南		大手１～３丁目	中央		館内町	中央
	池島町	北		大鳥町	中央	き	北浦町	中央
	石神町	中央		大橋町	中央		木鉢町１～２丁目	中央
	泉１～３丁目	中央		大浜町	中央		京太郎町	南
	泉町	中央		大宮町	中央		京泊１～３丁目	北
	出雲１～３丁目	中央		大山町	中央		琴海大平町	北
	伊勢町	中央		岡町	中央		琴海尾戸町	北
	磯道町	南		桶屋町	中央		琴海形上町	北
	稲佐町	中央		音無町	中央		琴海戸根町	北
	稲田町	中央		尾上町	中央		琴海戸根原町	北
	今博多町	中央		御船蔵町	中央		琴海村松町	北
	伊良林１～３丁目	中央	か	かき道１～６丁目	東		銀屋町	中央
	入船町	中央		柿泊町	中央	く	草住町	南
	岩川町	中央		籠町	中央		黒浜町	南
	岩瀬道町	中央		風頭町	中央	け	毛井首町	南
	岩見町	中央		樫山町	北		けやき台町	中央
	岩屋町	中央		鍛冶屋町	中央	こ	麹屋町	中央
う	上田町	中央		春日町	東		興善町	中央
	上野町	中央		片淵１～５丁目	中央		神浦江川町	北
	魚の町	中央		勝山町	中央		神浦扇山町	北
	現川町	東		金堀町	中央		神浦上大中尾町	北

かな	町　名	担当	かな	町　名	担当	かな	町　名	担当
こ	神浦北大中尾町	北	し	下大野町	北	た	田中町	東
	神浦下大中尾町	北		下黒崎町	北		玉園町	中央
	神浦上道徳町	北		下西山町	中央		為石町	南
	神浦下道徳町	北		宿町	東	ち	筑後町	中央
	神浦口福町	北		昭和１～３丁目	中央		千々町	中央
	神浦夏井町	北		白鳥町	中央		千歳町	中央
	神浦丸尾町	北		白木町	中央	つ	築町	中央
	神浦向町	北		城山台１丁目	中央		辻町	中央
	香焼町	南		城山台２丁目	中央		つつじが丘１～５丁目	東
	小浦町	中央		城山町	中央		椿が丘町	南
	小江原１～５丁目	中央		新小が倉１～２丁目	中央		鶴の尾町	東
	小江町	中央		新大工町	中央		鶴見台１～２丁目	南
	小ケ倉町１～３丁目	中央		新地町	中央	て	出来大工町	中央
	古賀町	東		新戸町１～４丁目	中央		手熊町	中央
	国分町	中央		新中川町	中央		出島町	中央
	小菅町	中央		十人町	中央		寺町	中央
	小瀬戸町	中央		城栄町	中央		天神町	中央
	小曽根町	中央		新牧野町	北	と	戸石町	東
	五島町	中央	す	末石町	南		土井首町	南
	木場町	中央		芒塚町	東		銅座町	中央
	小峰町	中央		住吉台町	中央		藤田尾町	南
	米山町	南		住吉町	中央		常盤町	中央
さ	幸町	中央		諏訪町	中央		戸町１～５丁目	中央
	竿浦町	南	せ	銭座町	中央	な	中町	中央
	界１～２丁目	東	そ	園田町	中央		長浦町	北
	栄町	中央	た	大黒町	中央		中川１～２丁目	中央
	坂本１～３丁目	中央		ダイヤランド１～４丁目	中央		中小島１～２丁目	中央
	桜木町	中央		多以良町	北		中里町	東
	さくらの里１～３丁目	北		高丘１～２丁目	中央		中新町	中央
	桜馬場１～２丁目	中央		高尾町	中央		中園町	中央
	桜町	中央		高島町	南		永田町	北
	三京町	北		高城台１～２丁目	東		浪の平町	中央
	三景台町	中央		高浜町	南		滑石１～６丁目	中央
	三和町	南		高平町	中央		鳴滝１～３丁目	中央
し	椎の木町	中央		田上１～４丁目	中央		鳴見台１～２丁目	北
	塩浜町	中央		宝町	中央		鳴見町	北
	潮見町	東		竹の久保町	中央		南越町	南
	式見町	中央		立岩町	中央	に	賑町	中央
	下町	中央		立山１～５丁目	中央		西町	中央
	清水町	中央		田手原町	中央		西海町	北

かな	町　名	担当	かな	町　名	担当	かな	町　名	担当
に	虹が丘町	中央	ひ	平野町	中央	み	緑が丘町	中央
	錦１～３丁目	中央		平間町	東		みなと坂１～２丁目	中央
	西北町	中央		平山台１～２丁目	南		南町	中央
	西小島１～２丁目	中央		平山町	南		南が丘町	中央
	西琴平町	中央	ふ	夫婦川町	中央		南山手町	中央
	西坂町	中央		深堀町１～６丁目	南		三原１～３丁目	中央
	西出津町	北		福田本町	中央		宮崎町	南
	西立神町	中央		富士見町	中央		宮摺町	中央
	西泊町	中央		淵町	中央		三芳町	中央
	西山１～４丁目	中央		船石町	東	む	向町	中央
	西山台１～２丁目	中央		船大工町	中央	め	目覚町	中央
	西山本町	中央		古町	中央		女の都１～４丁目	中央
ぬ	布巻町	南		古川町	中央	も	茂木町	中央
の	野母崎樺島町	南		古河町	中央		元町	中央
	野母町	南		古道町	南		本尾町	中央
は	橋口町	中央		文教町	中央		本石灰町	中央
	八郎岳町	南	へ	平和町	中央		本原町	中央
	八景町	中央		弁天町	中央		元船町	中央
	花丘町	中央	ほ	宝栄町	中央		茂里町	中央
	花園町	中央		豊洋台１～２丁目	北	や	八百屋町	中央
	浜町	中央		北栄町	中央		矢上町	東
	浜口町	中央		北陽町	中央		八千代町	中央
	浜平１～２丁目	中央		星取１～２丁目	中央		八つ尾町	中央
	早坂町	中央		本河内１～４丁目	中央		梁川町	中央
	葉山１～２丁目	中央	ま	牧島町	東		柳谷町	中央
	春木町	中央		牧野町	中央		柳田町	南
	晴海台町	南		松が枝町	中央		矢の平１～４丁目	中央
ひ	東町	東		松崎町	北		八幡町	中央
	東小島町	中央		松原町	東		弥生町	中央
	東琴平１～２丁目	中央		松山町	中央	よ	横尾１～５丁目	中央
	東出津町	北		丸尾町	中央		四杖町	中央
	東立神町	中央		丸山町	中央		寄合町	中央
	東古川町	中央		万才町	中央		万屋町	中央
	東山手町	中央	み	三重田町	北	ろ	炉粕町	中央
	東山町	中央		三重町	北	わ	若草町	中央
	光町	中央		三川町	中央		若竹町	中央
	彦見町	中央		見崎町	中央		若葉町	中央
	日の出町	中央		水の浦町	中央		脇岬町	南
	平瀬町	南		三ツ山町	中央			
	平戸小屋町	中央		緑町	中央			

長崎市高齢者すこやか支援課

長崎市魚の町4番1号

TEL　829－1146

令和８年(2026年)10月発行
印刷／有限会社三省堂印刷所

福祉サービスについてのお問合せ先／高齢者すこやか支援課
TEL（095）829－1146

介護保険制度についてのお問合せ先／介護保険課
TEL（095）829－1163

