

令和7年度

高齢者ガイド

いきいき

高齢者をささえるしくみ



介護保険制度とは？

2

- 高齢者をささえるしくみ 2
- 介護保険制度のしくみ 3
- 介護保険料と納め方 5

介護保険制度とは？

利用開始の手続き

13

利用開始の手続き

費用について

19

- 費用負担の基本 19
- 在宅サービスを利用する場合 20
- 施設サービスを利用する場合 21
- 利用者負担の軽減 21

費用について

介護サービス・介護予防サービス

26

- 居宅サービス 26
- 地域密着型サービス 29
- 施設サービス 30
- 介護予防・日常生活支援総合事業 ... 31

介護サービス・
介護予防サービス

生きがいつくりと介護予防

35

生きがいつくりと
介護予防

暮らしをささえる

38

- 生活支援サービス 39
- 判断能力が不十分な人の生活をささえる ... 43
- 認知症の人と家族をささえる 44
- 障害がある人の福祉サービス 45
- 高齢者の住まい 45
- 生活や仕事などの相談窓口 49

暮らしをささえる

65 歳を過ぎたあなたに…

介護予防に取り組みましょう

～いつまでも自分らしく！あなたの元気と自立を応援します～

介護予防とは、『介護が必要な状態になることをできる限り予防し、自立した自分らしい生活を送り続けるための取組』です。介護予防に、より一層関心を寄せていただき、ご自身でできることは、できる限りご自身で行うことを心掛けましょう。

そして、今あなたが大事にしているご家族や友人等との関係を大切にしつつ、地域での役割や趣味、楽しみを続けていけるように気力や体力の維持を目標に生活してみましょう。

介護予防の鍵は、P34 へ！



今日からはじめる介護予防！
早めの対策や日々の心掛けで、
健康寿命を延ばしましょう。



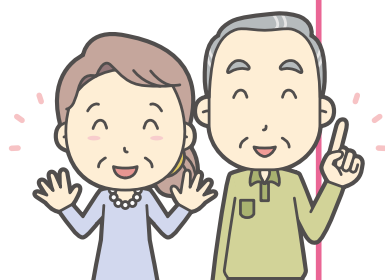
「介護予防に取り組みましょう(介護予防手帳)」
を作成しました。

※各地域包括支援センター、(裏表紙参照) 高齢者支援課で配布しています。

※富士市のウェブサイトからのダウンロードもできます。

トップページ > 健康・福祉・子育て > 介護予防・フレイル予防

詳細はこちら→



生きがいづくりと介護予防

生きがいづくり 日々を元気に過ごすために生きがいづくり活動にぜひ参加してください。

悠容クラブ(老人クラブ)

生きがいと健康づくりのため、地域の高齢者により自主的に組織運営されている団体です。

- 活動内容 独り暮らしの高齢者等訪問活動、奉仕活動(清掃等)、趣味活動(ダンス・合唱等)、スポーツ活動(ウォーキング等)、健康づくり活動(介護予防等)
- 対象 概ね60歳以上の人
- 問い合わせ 富士市悠容クラブ連合会事務局(福祉総務課) TEL 55-2757
(入会、お試参加を希望の方は、事務局(福祉総務課)にご連絡ください。)

敬老事業

高齢者を敬愛し長寿を祝うため、対象者に敬老祝金及び米寿記念品を贈呈します。(毎年、4月2日から翌年の4月1日の間に下記の年齢を迎える方が対象となります。)

- 敬老祝金 77歳(喜寿)の該当者 5,000円
- 米寿記念品 88歳(米寿)の該当者…肖像写真、大座布団、富士ブランド詰め合わせの3点から希望するもの1点を贈呈
- 問い合わせ 福祉総務課 TEL 55-2757

100歳長寿祝金等贈呈

長寿をお祝いし、100歳の誕生日以降に、対象者に祝金等を贈呈します。

- 対象 本市に住民登録があり、引き続き5年以上居住し、100歳に達した人
- 問い合わせ 福祉総務課 TEL 55-2757

生きがいデイサービス

自立した生活を支援するため、通所サービスを行っています。事前に見学していただき、お住まいの地区を担当する地域包括支援センターにご相談の上、お申し込みください。

- 対象 以下の3点を全て満たす人
 - ①市内に住所を有し、65歳以上である。
 - ②基本チェックリストにおいて、介護予防・生活支援サービス事業対象者と判定されていない。
 - ③要介護認定において、非該当と判定されている。または、要介護認定の申請をしていないが、非該当と判断できる。
- 場所 下記の生きがいデイサービス実施施設一覧をご覧ください。
- 利用時間 10:00 ~ 14:30
- 内容 趣味活動、レクリエーション、体操など(週1回)
- 利用料 1回200円(食事代、材料費や傷害保険等は別途実費負担となります。)
- 問い合わせ 高齢者支援課 TEL 55-2741

生きがいデイサービス実施施設一覧

注 ● … 送迎あり ■ … 送迎なし

名 称	電話番号	場 所	地区
● なかざと生きがい倶楽部	33-3320	なかざと(富士市中里 2593-5)	元 吉 原
● サンサンくらぶ	23-1234	デイサービスセンターふじみ台(富士市三ツ沢 217-2)	富士見台
● 木の宮ふれあい倶楽部	22-0400	NPO 法人ふれあい富士(富士市今泉 3122-2)	青 葉 台
● オアシス倶楽部	38-3838	J A オアシス吉永(富士市比奈 159-21)	吉 永
● 富士山清流クラブ	39-2600	富士まかど(富士市間門 226-1)	吉 永 北
● よもぎ学習院	35-6666	よもぎ湯(富士市大淵 1565-2)	大 淵
● ぽかぽかホーム	36-0511	ヒューマンライフ富士(富士市大淵 3901-1)	大 淵
● 健康クラブ	64-4649	美原町公会堂(富士市伝法 62-1)	広 見
● あったかクラブ	72-1770	鷹岡市民プラザ(富士市久沢 797-1)	鷹 岡
● 富士の里生きがいクラブ	72-5555	ケアハウス富士の里(富士市天間 1626)	天 間
■ すこやか倶楽部	53-4165	ハイネット・ふじ(富士市中央町 3丁目 6-10)	吉 原
● 快明堂クラブ	51-0301	快明堂(富士市中央町 1丁目 10-12)	吉 原
● 十六夜倶楽部	54-5400	ミズ木園(富士市瓜島町 173-1)	伝 法
● うちっち駅北	62-3666	ふれあいの家(富士市元町 12-27)	富士駅北
● おたっしゅクラブ	65-1165	加島の郷(富士市水戸島本町 7-8)	富士駅南
● ひまわり会	65-2000	ききょうの郷(富士市五貫島 175)	富 士 南
● うららかクラブ	81-0294	富士川地域福祉センター(富士市中之郷 4100-1)	富 士 川
● おぐるまの里	56-1500	松野の里(富士市南松野 2604-1)	松 野

※送迎の有無は、利用状況により変更になることがあります。

ふれあい・いきいきサロン

おしゃべり、健康体操等を楽しみながら、住民同士が交流を深めることで住み慣れた地域の中で支え合い、安心して暮らせるよう高齢者、障害者等が集い、孤独感や不安感の解消、介護予防の促進を図るところです。

- 対 象 ひとり暮らしや高齢者世帯、障害のある人、または、地域での交流を求める人等
- 利 用 料 原則無料
- 問い合わせ 富士市社会福祉協議会 地域支援係 TEL 64-6605

ボランティアの育成・支援

これまでの経験を活かして地域貢献活動をしたい、ボランティアグループを立ち上げたい、ボランティアを募集したいなど、ボランティアに関する相談・支援を行います。

- 対 象 ボランティア活動をしたい人、ボランティアを依頼したい人など
- 問い合わせ 富士市社会福祉協議会 ボランティアセンター TEL 64-7100

まちづくりセンター講座

新しい趣味や仲間づくりの場を提供することを目的に、高齢者をはじめ、さまざまな階層を対象にまちづくりセンターにて講座を開催しています。

- 講 座 内 容 スマホ、パソコン、体操、工芸、園芸、歴史、一般教養講座 など
- 問い合わせ 社会教育課 TEL 30-6820

シルバー人材センター

高齢者の皆様が働くことを通じて生きがいを得るとともに、地域社会の活性化に貢献することを目的としている団体です。公共団体、民間企業、一般家庭などから受注した仕事を、臨時的かつ短期的または軽易な就業を希望する高齢者(会員)に、請負・委任、派遣、職業紹介の形態により仕事を提供します。

- 会 員 就業を希望される人は、会員登録をして頂きます。会員となる条件は、市内にお住いで概ね60歳以上の健康で働く意欲がありセンターの趣旨に賛同して頂ける人。現在1,260人余りの皆様が登録しています。
- 仕 事 内 容 公共施設管理、工場・店舗等での軽作業、植木の剪定、除草、襖・障子・網戸の張り替え、家事援助サービス、屋内外清掃、筆耕、託児サービス、空家管理サービスなど。その他各種講座として和紙絵画、パソコン教室などを開催し、市民・会員の気軽な利用を図っています。
- 問い合わせ 公益社団法人富士市シルバー人材センター
富士市南町1番3号 TEL 53-1150 FAX 53-1151
ウェブサイト <https://webc.sjc.ne.jp/fuji>
メールアドレス fuji@sjc.ne.jp



こちらからウェブサイトの確認ができます。

社会福祉センター

高齢者の健康増進、教養・趣味の向上、交歓の場として利用できます。

- 名 称 ・ 田子浦荘 富士市川成新町421 TEL 61-0171
・ 東部市民プラザ 富士市富士岡南257-2 TEL 34-0500
・ 鷹岡市民プラザ 富士市久沢797-1 TEL 72-1770
- 休 館 日 月曜日・祝日・第3日曜日・年末年始(祝日が休館日に重なった場合は翌日も休館)
- 送 迎 35名以上の団体で利用する場合はバスによる送迎があります。事前にご相談ください。
その他、次の施設があります。
・ みんなの家 富士市南松野2604-1 TEL 56-1502
- 問い合わせ 各施設に直接お問い合わせください。

富士市高齢者公共交通支援事業

高齢者の日常生活支援として、回数券と定期券を割引価格で販売します。

■対象者 70歳以上の人

■内容 ①プラチナ回数券…1冊 2,000円分の共通回数券を、1,000円で販売。上限5冊まで（路線バス、電車、コミュニティ交通（のるーとふじは除く）、タクシー、介護タクシーで利用可）
②高齢者向け定期券…各事業者が発行する高齢者向け定期券のいずれか1種類を5,000円引で販売（富士急静岡バス、山梨交通、岳南電車で利用可）
※購入できるのは、①・②のどちらか1つ

■問い合わせ 福祉総務課 TEL55-2840

運転免許 返納について

富士市は、65歳以上の方が自主的に運転免許を返納する際、運転経歴証明書の取得費用の助成及び公共交通共通回数券の交付をします。

- ・運転をしていて、体の衰えを感じる。
- ・車の運転に自信が無くなった。
- ・家族から運転が心配だと言われた。 など

少しでも運転に不安を感じている方は、運転免許の自主返納を考えてみませんか？

〈対象：富士市在住で、運転免許返納の時点で満65歳以上の方〉

1. 運転経歴証明書の取得費用の助成

手続の方法：富士警察署1階運転免許窓口にて運転免許を返納し、その際お渡しする申請用紙に必要事項を記入してください。

必要なもの：運転免許証

※運転免許が失効された方は富士警察署で手続きができませんので助成は受けられません。

2. 公共交通共通回数券の交付(5,000円分、年1回、最大5年間分)

免許証返納者用富士市内公共交通共通回数券

(コミュニティ交通(のるーとふじは除く)・路線バス・岳南電車・タクシーで利用可)

申請場所：市民安全課または、最寄りのまちづくりセンター

必要なもの：【免許返納した方】「申請による運転免許の取消通知書」

(取消通知書が無い場合には、ご相談ください。)

【免許が失効した方】失効した運転免許証など失効日が確認できるもの

※令和3年4月1日以降に返納した方又は、失効した方で、返納(失効)した年度を含めた5年間のうち、令和7年度の分の交付となります。

※令和7年度交付分の回数券使用期限は、令和9年3月31日までとなります。

※1度申請をすれば残りの交付可能年度分の申請は必要ありません。

※別世帯の代理人が申請する場合は、委任状が必要です。

詳しくは市民安全課(直通 TEL55-2831)にお問合せください。

■身近な相談窓口

地域包括支援センター（巻末参照）

高齢者 地域支援窓口	在宅介護支援センター岩本園	61-2211
	ヒューマンライフ富士在宅介護支援センター	36-2666
	在宅介護支援センターさきょう	65-2000
	鑑石園高齢者地域支援窓口	52-0085
	在宅介護支援センターかじま	65-1165
	ヴィラージュ富士高齢者地域支援窓口	73-1188
	アルクそてつ高齢者地域支援窓口	66-1153
	わだの里 高齢者地域支援窓口	53-9916
	在宅介護支援センターはまかぜ	31-1030
	在宅介護支援センターシャローム富士川	67-3501
	在宅介護支援センター風の杜	32-6411
	富士市社会福祉協議会高齢者地域支援窓口	66-3260
	てんま在宅介護支援センター	080-9055-3124

■介護保険制度や高齢者の暮らしの相談など

介護保険課 FAX：51-0321		高齢者支援課 FAX：55-2920	
認定担当 要介護申請・認定調査 55-2765	保険給付担当 介護給付・ 介護保険料賦課徴収 55-2766	在宅支援担当 生活支援サービス 55-2741	高齢者政策担当 計画に関すること・総合事業 55-2916
計画管理担当 施設整備・事業計画管理等 55-2767		地域支援担当 介護予防・総合相談・権利擁護 55-2951	上段：団体・課・担当名 中段：主な業務 下段：電話番号

■市役所の関係各課

国保年金課 国民健康保険 55-2751	福祉総務課(福祉指導室) 民生委員・悠容クラブ・事業所指導 55-2757 (55-2863)	社会教育課 まちづくりセンター講座 30-6820	障害福祉課 障害者福祉 55-2759
健康政策課 各種検診・各種予防接種 64-8992・64-9023	地域保健課 健康相談 64-8993	市民安全課 消費生活相談・市民相談 55-2756・55-2750	静岡県住宅供給公社 富士出張所 市営住宅管理 55-2817

■その他の関係機関

静岡県国民健康保険団体連合会 苦情相談受付 054-253-5590	富士市社会福祉協議会 福祉全般・ボランティア 64-6600・64-7100	富士市ユニバーサル就労支援センター 生活・仕事に関する相談 64-6969	富士市シルバー人材センター 就業・生きがい・社会貢献 53-1150
富士市成年後見支援センター 成年後見制度 64-6010	富士保健所 精神保健総合相談 65-2155	すぎなの会(認知症家族の会) 認知症コールセンター 64-9042	鷹岡病院 認知症医療センター 090-8552-9503

★富士市のウェブサイトをチェック★

- ・「ふじタウンマップ」
- ・介護保険事業所一覧
- ・各種手続き用書式
- ・「介護保険サービス事業所の利用状況・空室状況」
等様々な情報を掲載しています。

<http://www.city.fuji.shizuoka.jp/>⇒くらしと市政⇒「介護」
で検索してください。

富士市の 地域包括支援センター

- 総合相談・支援 ●権利擁護・虐待早期発見・防止
- 介護予防ケアマネジメント ●包括的・継続的ケアマネジメント
- 介護予防ケアプランの作成

に取組んでいます。
まずは相談してみましょう。

名 称	圏域（地区）	所 在 地	電話番号
富士市東部地域包括支援センター	吉原東部圏域 (須津、浮島、元吉原)	増川新町 12-1 (UCC 工場北側)	39-1300
富士市吉原中部地域包括支援センター	吉原中部圏域 (神戸、富士見台、原田、吉永、 吉永北)	比奈 1481-2 (吉永第一小学校東隣)	39-2700
富士市北部地域包括支援センター	吉原北部圏域 (大淵、青葉台、広見)	一色 218-10 (茶の木平バス停前)	23-0303
富士市鷹岡地域包括支援センター	鷹岡圏域 (鷹岡、天間、丘)	久沢 475-1 (国道39号線 清水銀行鷹岡支店東側)	30-7062
富士市吉原西部地域包括支援センター	吉原西部圏域 (今泉、吉原、伝法)	国久保 1-11-36 (ひまわりバス石坂口下車 東側30m先)	30-8324
富士市富士北部地域包括支援センター	富士北部圏域 (岩松、岩松北、富士駅北、 富士北)	本市場新田 24-5 (荒井整形外科医院より20m北側)	66-0115
富士市富士南部地域包括支援センター	富士南部圏域 (富士駅南、富士南、 田子浦)	横割本町 2-17 (JR富士駅南口 ローター出口)	65-8839
富士市富士川地域包括支援センター	富士川圏域 (富士川、松野)	岩淵 137-1 (富士川まちづくりセンター分館)	81-4820
富士市高齢者地域包括支援センター (富士市高齢者支援課地域支援担当)	富士市全域	永田町 1-100 (富士市役所4階北側 高齢者支援課内)	55-2951

各分野の専門家が
ご相談に応えます。

日常生活圏域



保健師

保健



社会福祉士

福祉



主任ケア
マネジャー

介護

