



生活を支援するサービス



高千穂町地域包括支援センター ☎0982-72-6900



		元気 高齢者	日常生活自立	見守りがあれば 自立	日常生活に 手助けや 介護が必要	常に 介護が必要
他者と繋がる	P1	さんさんクラブ・つどいの場				
		サロン・サテライト・活歩クラブ				
		「おれんじかふえ」来夢里				
生活を 支援する	P2				訪問介護(ホームヘルプ)	
					通所介護(デイサービス)	
		あい♥ぷらす				
食事を 支援する	P4	シルバー人材センター				
				給食サービス		
見守る	P5	JA夕食宅配				
		高齢者(世帯)訪問				
身体を 介護する	P5					訪問看護
						訪問入浴介護
家族を 支援する	P6				家族介護支援事業	
					短期入所生活介護(ショートステイ)	
住まいを 考える	P7 P8	住宅改修				
		福祉用具貸与				
		福祉機器等貸出				
					介護保険施設	
					住宅型有料老人ホーム	
認知症の 方を支える	P9	グループホーム				
		家族の会				
				認知症初期集中支援チーム		
医療を受ける	P10	かかりつけ医				
				認知症専門医・認知症疾患医療センター		
		定期健診				
もしものとき	P11	成年後見制度・日常生活支援事業				
		法律相談・消費生活センター等				

他者とつながる

さんさん クラブ

地域での仲間づくりを通した生きがいと健康づくりを目的とし、高齢者が自主的かつ積極的に参加することができる交流事業を行っています。

つどいの場

各地区で、地域の方々が中心となって月1～4回、または不定期に行われている活動です。ふれあいや閉じこもりの予防を目的とし、地域の実情に応じ行っています。

地域によって活動の有無や、曜日や時間、内容が異なります。

サロン

各集落等で月に2～4回、午前中または午後の2時間を使って、運動や季節に応じた活動レクリエーション等を行います。

サービス事業者	住所	電話番号
社会福祉協議会	三田井 750-7	0982-72-4090

サテライト

各集落等で月に2回 10～15 時の時間を使って、介護予防を目指した運動や季節に応じた活動レクリエーション行ったり、温かい昼食をみんなで食べることも楽しみの1つとなっています。

送迎についても、相談することができます。

サービス事業者	住所	電話番号
サン・ルーム	三田井 5152-1	0982-73-2601

かっほ 活歩クラブ

介護予防のサービスが必要な方に、週に1回 10～15 時の時間を使って送迎付きのサービスを行い、リハビリ体操や認知症予防、生きがいづくりなどを行います。

サービス事業者	住所	電話番号
社会福祉協議会	三田井 750-7	0982-72-4090

おれんじ かふえ こふり 「来夢里」

高齢者や認知症の方、そのほか関心がある方の楽しみや生きがいづくりの支援をします。

毎月 第1金曜日・第3水曜日 午前9時～12時頃

開催団体・場所	お問合せ先
ふじ光の会 岸ノ上会館（神殿）	高千穂町地域包括支援センター 電話：0982-72-6900



生活を支援する

訪問介護 (ホームヘルプ)

介護保険のサービスで、ホームヘルパーに自宅を訪問してもらって、調理・洗濯・掃除などの「生活援助」や、入浴・排泄・食事の介助などの「身体介護」が受けられます。

サービス事業者	住 所	お問い合わせ先
サン・ルーム 高千穂	三田井 3380-1	0982-72-4611
ヘルパーステーション あんず	押方 1303-3	0982-83-1165

通所介護 (デイサービス)

介護保険のサービスで、送迎つきの通所介護施設で、食事・入浴などの日常生活上の支援や機能訓練などの支援、さらにレクリエーションなどのサービスを日帰りで受けられます。

サービス事業者	住 所	お問い合わせ先
ふじ	三田井 6593-2 (下川登)	0982-72-2800
あくた	三田井 6314-1 (下川登)	0982-72-9800
雲海	三田井 6186-5 (下川登)	0982-72-2155
皇寿の里	三田井 5152-1 (上川登)	0982-73-2601
ふきのとう	上野 3383-4 (玄武)	0982-73-4611
喜楽館	押方 941-1 (下押方)	0982-72-9595

生活を支援する

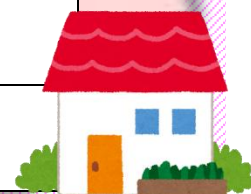
あいづらす

町内の高齢者、障がい者世帯、12歳以下の子育て世帯を対象に、ボランティアの方が、家事代行・買い物代行・通院付き添い・話し相手等の支援を行う事業です。

利用料金は300円～支援内容で変わります。

サービス事業者	お問い合わせ先	料 金
社会福祉協議会	0982-72-3663	初回登録料 1,000円

サービス内容	支援時間	料 金
①えぷろんサービス	45分～1時間	1,000円／回
②買い物のみサービス	1回500円（1店舗利用から一律）	
③ゴミ出しサービス		300円／回
④お出かけサービス	1,000円／1時間 （30分毎に500円追加）	
⑤わいわいサービス	45分～ 1時間以内	500円／回



シルバー 人材 センター

シルバー人材センターは、定年退職した高齢者の方が、培ってきた知識や経験、技能などを活かして地域社会に貢献できる仕事を提供する組織です。

草切や窓拭きなど、ご自宅で困難な作業への支援を行います。

サービス事業者	お問い合わせ先	料 金
社会福祉協議会	0982-72-3667	内容により 異なります



食事を支援する

ふれあい給食サービスの一例



ふれあい 給食 サービス

町内の有償ボランティアの方で行っている配食サービス事業です。
概ね 65 歳以上の高齢者や、炊事が困難な障がい者のみの世帯を対象に、定期的に栄養バランスのとれた食事を平日の夕方に宅配します。
健康状態に合わせた特別食（ミキサー食、透析食、糖尿病食）にも対応しています。

サービス事業者	お問い合わせ先	料 金
社会福祉協議会	0982-72-3663	450 円／1 食

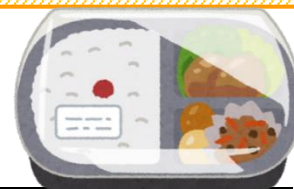
J A 夕食宅配

安全・安心な素材で、栄養バランスにこだわった夕食を宅配します
おかずの品数に応じてA～Cまで3コースから選べ、平日の夕方までに自宅に食事をお届けします。

サービス事業者	お問い合わせ先	料 金
J A 高千穂地区生活課	0982-73-1308	約 500～700 円 ／1 食

その他の お食事宅配 サービス

冷凍のお惣菜を宅配便で何食分まとめてお届けします。冷凍庫で保管していただいて、好きなタイミングで食べることができます。



サービス事業者	お問い合わせ先
日清医療食品	0120-8149-39 [受付時間] 8:30-20:30(土日祝も可)
株式会社武蔵野フーズ 健康宅配本部	0120-634-023 [受付時間] 9:00～17:00(月～土)
ミールタイム	0120-054-014 [受付時間] 9:00～17:15(土日祝日/休)

※料金は内容毎に異なります。

見守る

高齢者 (世帯) 訪問

おひとり暮らしの高齢者を対象に、地域包括支援センターの職員がご自宅を訪問し、健康状態や生活状況などのお話をうかがいます。

係	住所	お問い合わせ先
地域包括支援センター 地域包括ケア推進係	三田井 435-1	0982-72-6900

身体を介護する

訪問看護

介護保険または医療保険のサービスで、症状の急変などに備え、訪問看護ステーションから看護師などに訪問してもらい、主治医の指示による病状の経過観察や療養上の世話、診療の補助などが受けられるサービスです。

サービス事業者	住 所	お問い合わせ先
高千穂町 訪問看護ステーション	三田井 435-1	0982-73-1700
国見ヶ丘病院	押方 1130	0982-72-3151

訪問 入浴介護

自宅の浴槽に入れない人のために、介護職員と看護職員が専用の移動入浴車などで訪問して、入浴の介護を行います。寝たままでも、浴槽に運んでもらうことや体を洗ってもらうことができ、健康チェックなども行われるので安心して利用できます。

	住 所	お問い合わせ先
サン・ルーム 西臼杵	日之影町 七折 12190-1	0982-87-3006



家族を支援する

家族介護 支援事業

寝たきり高齢者（要介護4または5に該当する在宅の高齢者、要介護2以上で認知症等により、常時オムツが必要な人）をかかえる家庭に、介護用品引換券を支給します。

- 〔介護用品〕
- ・紙おむつ、尿取りパッド
 - ・介護用肌着、寝間着、パンツ
 - ・清拭剤、ドライシャンプー
- 等

	お問い合わせ先
保健福祉総合センター 高齢者支援係	0982-73-1717

短期入所 生活介護・ 療養介護 (ショートステイ)

介護保険のサービスで、介護老人福祉施設などに短期間入所して、日常生活上の支援や、機能訓練などが受けられます。

本人の自立支援のためだけでなく、介護をしている家族の身体的・精神的な休息や、何日間か家を空けなければならない用事（冠婚葬祭など）のためにも利用することができます。

サービス事業所	住 所	お問い合わせ先
特別養護老人ホーム 雲居都荘	上野 17	0982-77-1034
介護医療院 神楽苑	押方 1130	0982-72-3210
グループホーム サクラ高千穂	三田井 3558-2	0982-73-1878
養護老人ホーム ときわ園 ※介護保険サービス外	田原 1071-1	0982-73-3001

住まいを考える

自宅での生活環境を整えるサービス



住宅改修

介護保険のサービスで、手すりの取り付けや段差の解消などの住宅改修をした時、住宅改修費が20万円（自己負担額を除く）を上限に支給されます。引っ越した場合や要介護状態区分が大きく上がったときは、再度給付を受けることができます。

福祉用具

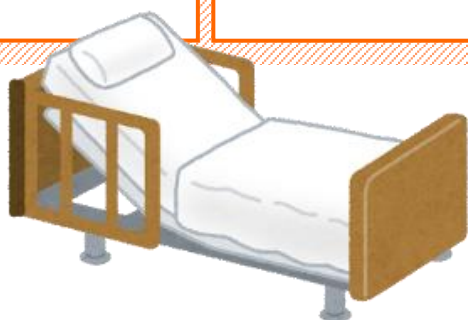
介護保険のサービスで、日常生活の自立を助ける福祉用具の貸与が受けられます。福祉用具の貸与については、使用期間をあらかじめ限定し、定期的にその必要性を見直していきます。

また、貸与に適さない入浴や排泄などに使用する福祉用具の場合は、購入した時に、購入費が同年度で10万円（自己負担額を除く）を上限に支給されます。

福祉機器等 貸し出し サービス

公的（介護保険、障害者総合支援等）の制度を利用して福祉機器を借りることができない方や、借りるまでの間の期間借りたい方、緊急で福祉機器が必要になった方を対象に、福祉機器（車イス、入浴イス、ベッド、ポータブルトイレ等）の貸し出しを行っています。

サービス事業者	住 所	お問い合わせ先
高千穂町 社会福祉協議会	三田井 750-7	0982-72-3663



住まいを考える

ケア体制を含めた 環境が整った施設へ 入所するサービス



介護保険 施設

自宅での生活が難しい場合は、介護保険を利用して施設に入所することができます。介護が中心か治療が中心かなどによって入所する施設を選びます。

サービス事業者	住所	お問い合わせ先
特別養護老人ホーム 雲居都荘	上野 17	0982-77-1034
介護医療院 神楽苑	押方 1130	0982-72-3210

住宅型有料 老人ホーム

要介護者や、要支援状態の高齢者が生活する施設です。生活援助や緊急時の対応、レクリエーションが受けられ、介護が必要な場合は、外部サービスを利用しながら生活することができます。

サービス事業者	住所	お問い合わせ先
鶴鶴（せきれい）	押方 941-1	0982-72-9595
皇寿（こうじゅ）	三田井 3380-1	0982-72-4611

グループ ホーム

病気や障がいを抱え、かつ認知症の高齢者が専門スタッフの援助を受けつつ5人から9人のユニットで共同生活する介護福祉施設です。それぞれの入居者の能力に応じ、料理や掃除といった役割を担いながら、自立した生活を送ることができます。

サービス事業者	住所	お問い合わせ先
グループホーム サクラ高千穂	三田井 3258-2	0982-73-1878
グループホーム 鶴鶴	押方 1303-4	0982-72-2384

認知症の方を支える

認知症の人と 家族の会

認知症の方を介護しているご家族を対象に、介護の対応のお話や気分転換を行います。



講演会・座談会	問い合わせ先
年に3回ほど開催予定 事前に広報案内します。	地域包括支援センター 地域包括ケア推進係 0982-72-6900

認知症の本人、介護している家族、介護に携わっている専門職、ボランティアなどが会員となって、電話相談・介護セミナー・家族の集いなどを行っている全国的な団体です。

同じ悩みをもつ仲間同士で情報交換を行うことができます。

	電話番号
認知症の人と家族の会 宮崎県支部 県北地区会	0982-63-7076

若年性認知症 対応電話相談

若年（65歳以下の方）の方の認知症に関する相談に電話で対応いたします。この世代の人は、就労や生活費、子どもの養育費など経済的な問題が大きいことや配偶者が主な介護者になる場合が多く、時に親の介護と重なったりする場合もあり、様々な問題が考えられます。

若年性認知症支援 コーディネーター	相談先	相談日
認知症の人と家族の会 宮崎県支部 (増田 登賜隆)	080-8084-9722	毎週 月曜日～金曜日 9:00～16:00

認知症 初期集中 支援チーム

ご家族等からの相談を受け、認知症が疑われる人や認知症の人に対し、チーム員である医療・福祉・介護の専門職が訪問し、認知機能や健康状態の把握を行います。その後、医師を含めた専門職チームにより支援の方向性を検討し、受診や適切なサービスに繋がるような支援を展開します。

【チーム員】

医師・看護師・社会福祉士・精神保健福祉士・介護支援専門員

医療を受ける(認知症に関して)

かかりつけ医

かかりつけ医は身近で本人や家族との信頼関係ができていますので、本人に自覚がない場合などには受診を勧めやすい医療機関です。必要に応じて、専門の医療機関へと紹介してもらえます。

認知症専門医

認知症専門医とは、学会が認定している認知症の専門医のこと、主に「精神科」「神経内科」「診療内科」「脳神経外科」といった診療科の医師がそれにあたります。また、認知症に特化している場合は「もの忘れ外来」という診療科を掲げている医療機関もあります。

医療機関名	住 所	電話番号
国見ヶ丘病院	押方 1130	0982-72-3151

認知症疾患医療センター

認知症疾患医療センターとは、宮崎県から業務委託を受け、認知症専門医療の提供と介護サービス事業者との連携を担う地域の中核機関としての医療機関です。

【県北地区管轄】

医療機関名	住 所	電話番号
吉田病院	延岡市松原町 4 丁目 8850-4	0982-20-0015
協和病院	日向市大字財光寺 1194-3	0982-54-5015

【県内その他】

医療機関名	住 所	電話番号
野崎病院	宮崎市恒久 5567	0982-54-8123
県南病院	串間市大字西方 3728	0987-72-3565
大悟病院	三股町大字長田 1270	0986-52-5800

悪化を防ぐ

定期健診

たとえ認知症などひとつの病気の治療のために通院していても、重症化予防のために定期的に健康診断を必ず受けましょう。また、その結果を主治医に報告することも大切です。

もしものとき

成年後見制度

成年後見制度とは、認知症などの理由により判断能力が不十分となった人が、財産管理や契約等で不利益を被ったり、権利や尊厳が侵害されたりすることのないように、家庭裁判所に選ばれた後見人によって支援する制度です。後見人には、家族など身近な人や、弁護士、司法書士、社会福祉士といった適任者が選ばれます。

サービス事業者	住 所	電話番号
[65 歳未満] 高千穂町役場 福祉保険課	三田井 13	0982-73-1202
[65 歳以上] 保健福祉総合センター 高齢者支援係	三田井 435-1	0982-73-1717

日常生活 自立支援事業

判断能力が不十分な方が、福祉サービスの利用手続きや日常的な金銭管理を行う際に、お手伝いを行うことにより、地域の中で安心した生活ができるよう支援する事業です。

サービス事業者	住 所	電話番号
高千穂町 社会福祉協議会	三田井 750-7	0982-72-3663

弁護士 法律相談

無料で弁護士による法律相談（弁護士による助言、他機関等の紹介、制度等の情報提供）を行っています。

サービス事業者	住 所	電話番号
高千穂町 社会福祉協議会	三田井 750-7	0982-72-3663

消費生活 センター

消費生活センターは、消費者のための相談や情報提供などを行う行政機関です。悪徳商法による被害など消費生活に関する相談に応じています。

消費者ホットライン	最寄りの消費生活センターに 繋がります	188（イヤヤ！）
-----------	------------------------	-----------

警 察

認知症の高齢者は、振り込め詐欺をはじめとした犯罪に巻き込まれやすい傾向があります。犯罪の被害にあったり、被害にあいそうになったりしたら迷わず相談しましょう。

警察総合相談	悪徳商法や詐欺などの相談に 応じています	#9110
--------	-------------------------	-------