



土佐清水市

医療・介護
ガイドブック

はじめに

この冊子は、土佐清水市で医療と介護が必要になった方々の、「できるだけ住み慣れたところで最期まで自分らしく暮らしたい」という思いを叶えるための仕組みやサービスについてまとめたものです。

土佐清水市の皆様が少しでも、馴染みの暮らしを安心して続けるためにお役に立てたら幸いです。

また、この冊子に掲載されていないサービスや掲載をご希望の方は、ふくしねっとCoCoてらす在宅支援相談室までお知らせください。

目次

1. 在宅医療とは 1
2. 自宅で受けられる医療について 2~7
3. 相談窓口の紹介 8
4. 介護保険サービス 9~14
5. 高齢者のための住宅・移送 15,16
6. 土佐清水市のサービス 17,18
7. 地域の支え合い事業 19,20
8. 地域で参加できる介護予防事業 21~23
9. 市内地図 24,25

1. 在宅医療とは

土佐清水市には、医療・介護が連携し、住み慣れたところで最期まで暮らすことを支える仕組みがあります。しかし、その中心にあるのは、医療や介護が必要になったご本人とその家族の選択と心構えです。「住み慣れた自分の家で療養したい」「できれば最期まで思い出の詰まった自宅で過ごさせてあげたい」「慣れた職員の顔が見える施設で最期を迎えたい」そんな思いから始まります。

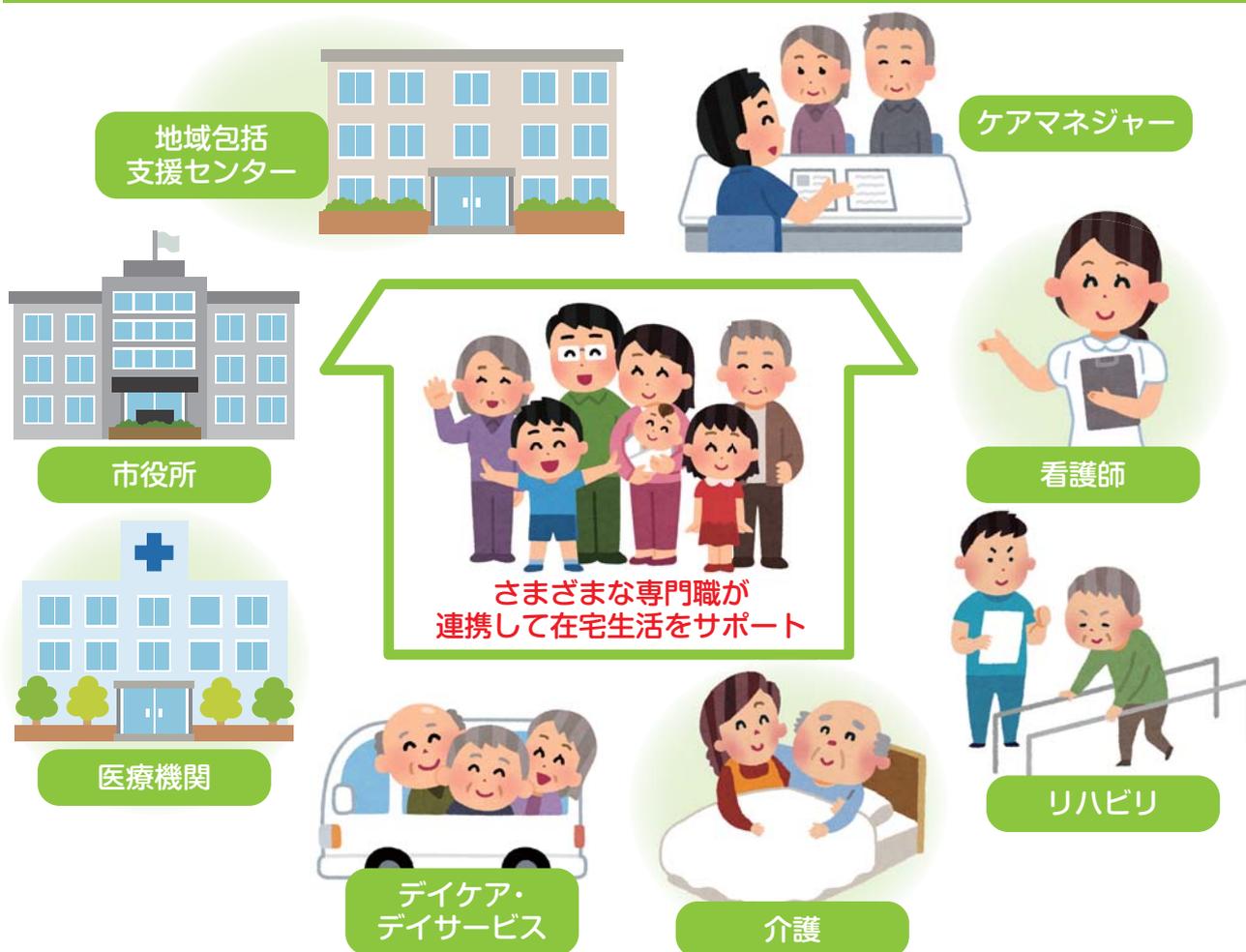


画像引用：厚生労働省

在宅医療は入院医療や外来医療に次ぐ第3の医療として、病院ではなく、ご自宅や施設で医療活動をおこないます。

ご本人、ご家族の思いを大切にしながら、医療と介護の専門職が連携し、医師をはじめ、歯科医師、看護師、薬剤師、管理栄養士、理学療法士、ケアマネジャー、ホームヘルパーなどの専門職が定期的に自宅を訪問し、チームによるケアを受けることができます。

在宅チームケアのイメージ



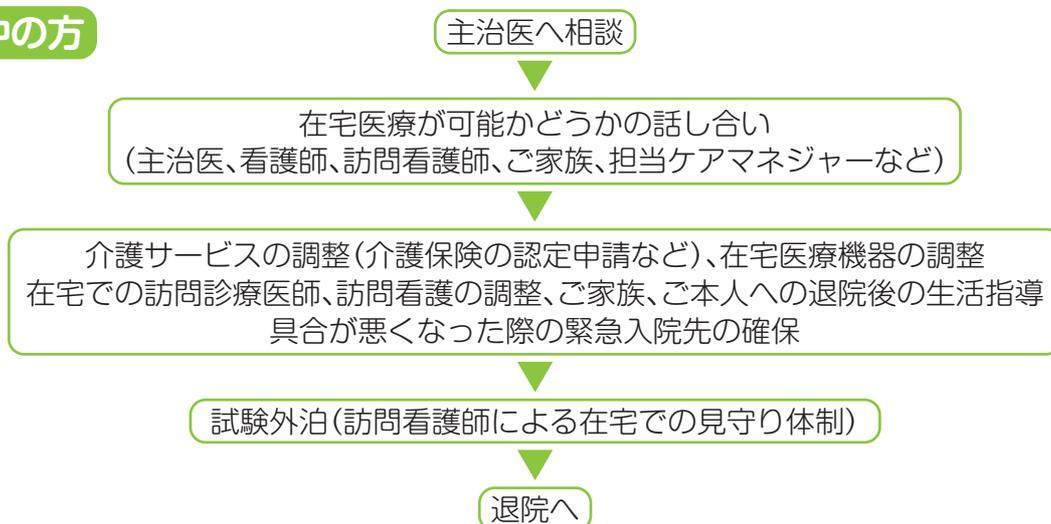
2. 自宅で受けられる医療について

在宅医療までの流れ

訪問診療は、病状が落ち着き、在宅で治療を続けたい、あるいは慢性疾患をお持ちの患者さまで定期通院が困難な場合に適応となります。まずは主治医にご相談ください。

在宅医療をご希望される方は、まず現在かかっている主治医にご相談ください。在宅医療のための準備が必要です。患者さまに合ったかたちを、関係する人たちで話し合う必要があります。

入院中の方



通院が困難でお困りの方

主治医へ相談

訪問診療のための調整

※医師は、患者さまの状態に応じて病院の担当医から在宅の担当医へ変わることがあります。その際は、医師の間で患者さまの状態を詳細に引き継ぎます。在宅医師が必要と判断した際は、病院医師の診療を受けることになります。

訪問診療開始

1) 訪問診療や往診可能な医療機関

* 訪問診療

患者さまと訪問日を取り決めてご自宅へ訪問し、診療を行います。

* 往診

患者さまの求めに応じて訪問します。

医療法人 次田会 足摺病院

| | | | |
|--------|---|------|--------------------------|
| 住所 | 旭町18-71 | 電話 | 0880-82-1275 |
| 診療日 | 月～金 | 土 | |
| 外来受付時間 | 午前 8:00～11:00 | 午前 | 8:00～11:00 |
| | 午後 13:00～16:00 | | |
| 外来診療時間 | 午前 8:40～12:00 | 午前 | 8:40～12:00 |
| | 午後 13:30～17:00 | 午後 | 休診 |
| 休診日 | 日・祝・8月15日・12月31日・1月1日・1月2日・1月3日 | | |
| 診療科 | 内科・胃腸内科・循環器科・外科・整形外科・耳鼻咽喉科・ リハビリテーション科 | | |
| 訪問診療可否 | 可 | 訪問日時 | 月～金(要相談) 往診 夜間:不可・休日:相談可 |

医療法人 聖真会 渭南病院

| | | | | | |
|--------|---|-------------|----------|--------------|---------------|
| 住所 | 越前町6-1 | | 電話 | 0880-82-1151 | |
| 診療日 | 月～金 | | 土 | | |
| 外来受付時間 | 8:00～17:00 | | 午前 | 8:00～11:30 | |
| 外来診療時間 | 午前 | 9:00～12:00 | 午前 | 9:00～12:00 | |
| | 午後 | 14:00～17:00 | 午後 | 休診 | |
| 休診日 | 日・祝・8月15日・12月31日・1月1日・1月2日・1月3日 | | | | |
| 診療科 | 外科・消化器外科・脳神経外科・小児科・内科・消化器内科・循環器内科・呼吸器内科・糖尿病内科・眼科・整形外科・泌尿器科・皮膚科・耳鼻咽喉科・心療内科・リハビリテーション科・麻酔科・もの忘れ外来・助産師外来 | | | | |
| 訪問診療可否 | 可 | 訪問日時 | 月・水（不定期） | 往診 | 夜間：相談可・休日：相談可 |

医療法人 たんぽぽ清悠会 松谷病院

| | | | | | |
|--------|--|-------------|------------------------|--------------|-----------|
| 住所 | 天神町14-18 | | 電話 | 0880-82-0001 | |
| 診療日 | 月～金 | | 土 | | |
| 外来受付時間 | 午前 | 8:00～12:00 | 午前 | 8:00～12:00 | |
| | 午後 | 12:30～17:00 | | | |
| 外来診療時間 | 午前 | 8:30～12:00 | 午前 | 8:30～12:00 | |
| | 午後 | 13:30～17:00 | 午後 | 休診 | |
| 休診日 | 日・祝・12月31日・1月1日・1月2日・1月3日 | | | | |
| 診療科 | 内科・腎臓内科・透析内科・循環器内科・消化器内科・リハビリテーション科・小児科・もの忘れ外来 | | | | |
| 訪問診療可否 | 可 | 訪問日時 | 隔週火曜日 13:30～16:00（要相談） | 往診 | 診療時間内：相談可 |

あしずり岬診療所

| | | | | | |
|--------|------------------|-------------|---------------------|--------------|-------------|
| 住所 | 天神町1-26 | | 電話 | 0880-87-9100 | |
| 診療日 | 月・火・木・金 | | 水・土 | | |
| 外来受付時間 | 7:30～18:00 | | 午前 | 7:30～12:30 | |
| 外来診療時間 | 午前 | 9:00～12:30 | 午前 | 9:00～12:30 | |
| | 午後 | 16:00～18:00 | 午後 | 休診 | |
| 休診日 | 日・祝 | | | | |
| 診療科 | 内科・消化器内科・肛門内科・外科 | | | | |
| 訪問診療可否 | 可 | 訪問日時 | 月・火・木・金 14:00～16:00 | 往診 | 夜間：可・休日：相談可 |

医療法人童樹 かすくりニック

| | | | | | |
|--------|--------------------------------------|-------------|-----|--------------|----|
| 住所 | 本町10-3 | | 電話 | 0880-83-0020 | |
| 診療日 | 月・火・木・金 | | 水・土 | | |
| 外来受付時間 | 午前 | 9:00~12:00 | 午前 | 9:00~12:00 | |
| | 午後 | 14:00~18:00 | | | |
| 外来診療時間 | 午前 | 9:00~12:00 | 午前 | 9:00~12:00 | |
| | 午後 | 14:00~18:00 | | 午後 | 休診 |
| 休診日 | 日・祝・12月30日(午後)・12月31日・1月1日・1月2日・1月3日 | | | | |
| 診療科 | 内科・小児科 | | | | |
| 訪問診療可否 | 不可 | 往診 | 不可 | | |

2) 歯科

歯科の訪問診療について

高齢や障害などの理由で歯科診療所に通院できない方が、在宅で歯科診療を受けられます。いつまでも口から食べられるように口の動きを保つため在宅でも出来ることがあります。

こんな方はいらっしゃいませんか？

- * 入れ歯があわない
- * 口臭がある
- * 口の中が清潔に保てない
- * 口の中が痛い
- * むせる、食べこぼしがある
- * 食事の量が減ってきた
- * 誤嚥性肺炎を繰り返している



相談先

かかりつけ歯科医、担当ケアマネジャー、地域包括支援センター
高知県歯科医師会 幡多在宅歯科連携室

高知県歯科医師会 幡多在宅歯科連携室をご存知ですか？

在宅歯科連携室では日頃、高齢や障害などの理由で歯科診療所に通院できない方々がいつまでも口から食べ続けられるよう、在宅で歯科診療が受けられるように、相談窓口を開設しています。

電話・訪問での相談は無料です。お気軽にご相談ください。

受付時間：月～金9時～17時 * 祝日、年末年始(12月29日～1月3日)を除く
お問い合わせ先

高知県歯科医師会 幡多在宅歯科連携室(幡多窓口) 電話 0880-34-8500
〒787-0023 四万十市中村東町1丁目1番27号(四万十市立市民病院西棟一階)

植垣歯科

| | | | |
|------|---|------|---------|
| 住所 | 天神町13-1 | | |
| 電話 | 0880-82-1881 | | |
| 診療時間 | 月・火・水・金 9:00~18:00 (昼休み 13:00~14:00) 土 9:00~13:00 | | |
| 休診日 | 木・日・祝 | 訪問診療 | 可 (要相談) |

大西歯科医院

| | | | |
|------|---|------|---|
| 住所 | 寿町1-6-1 | | |
| 電話 | 0880-82-0531 | | |
| 診療時間 | 月~金 9:00~18:00 (昼休み 12:00~13:00) 土 9:00~12:00 | | |
| 休診日 | 日・祝 | 訪問診療 | 可 |

楠井歯科

| | | | |
|------|---|------|---------|
| 住所 | 本町10-6 | | |
| 電話 | 0880-82-3188 | | |
| 診療時間 | 月~金 8:30~17:30 土 8:30~16:00 (昼休み 12:30~14:00) | | |
| 休診日 | 木・日・祝 | 訪問診療 | 可 (要相談) |

幸歯科医院

| | | | |
|------|---|------|----|
| 住所 | 栄町2-14 | | |
| 電話 | 0880-82-4181 | | |
| 診療時間 | 月~金 9:00~18:00 (昼休み 12:30~14:00) 土 9:00~12:30 | | |
| 休診日 | 日・祝 | 訪問診療 | 不可 |

安岡歯科診療所

| | | | |
|------|----------------------------------|------|----|
| 住所 | 下ノ加江216 | | |
| 電話 | 0880-84-0002 | | |
| 診療時間 | 月~土 9:00~17:00 (昼休み 12:00~13:30) | | |
| 休診日 | 日・祝 | 訪問診療 | 不可 |

3) 調剤薬局

薬剤師による訪問薬剤管理指導について

在宅での内服薬の管理でお困りの方、薬剤師が定期的に訪問しご本人に合った薬の飲み方や、副作用の有無などの確認を行います。患者さまの状態は、すみやかに担当医師に報告されます。

相談先 かかりつけ医、薬局、地域包括支援センター、担当ケアマネジャー

しみず薬局

| | |
|--------------|---------------------------------|
| 住所 | 越前町5-1 |
| 電話 | 0880-82-1005 |
| 営業時間 | 月～金 9:00～18:30 当番日・土 9:00～18:00 |
| 休日 | 日・祝（年未年始を含む）及び夏季お盆休み（1日間） |
| 24時間対応 | 有 |
| 訪問可否(可能時間曜日) | 可（火曜日、午後 他は要相談） |

下元調剤薬局 清水店

| | |
|--------------|-----------------------------|
| 住所 | 幸町4-1-1F |
| 電話 | 0880-82-4193 |
| 営業時間 | 月～金 9:00～18:00 土 9:00～17:00 |
| 休日 | 日・祝・12月31日・1月1日・1月2日・1月3日 |
| 24時間対応 | 有 |
| 訪問可否(可能時間曜日) | 可（時間曜日については要相談） |

たにがわ薬局

| | |
|--------------|---|
| 住所 | 幸町4-24 |
| 電話 | 0880-82-3763 |
| 営業時間 | 月・火・木・金 9:00～13:00 14:00～17:30 水 9:00～13:00 土 9:00～13:00 |
| 休日 | 日・祝・12月30日・12月31日・1月1日・1月2日・1月3日 |
| 24時間対応 | 無 |
| 訪問可否(可能時間曜日) | 不可 |

みなみかぜ薬局

| | |
|--------------|-----------------------------|
| 住所 | 越前町5-23-2 |
| 電話 | 0880-87-9870 |
| 営業時間 | 月～金 9:00～18:00 土 9:00～17:00 |
| 休日 | 日・祝・年末年始 |
| 24時間対応 | 有 |
| 訪問可否(可能時間曜日) | 相談可(時間曜日については要相談) |

エール薬局ローソン清水ヶ丘店

| | |
|--------------|-----------------------------|
| 住所 | 清水ヶ丘7-5 |
| 電話 | 0880-87-9112 |
| 営業時間 | 月～金 9:00～18:00 土 9:00～15:00 |
| 休日 | 日・祝・12月31日・1月1日・1月2日・1月3日 |
| 24時間対応 | 有 |
| 訪問可否(可能時間曜日) | 可(時間曜日については要相談) |

4) 訪問栄養指導

管理栄養士が自宅を訪問して主治医の指示に基づいて栄養・食事についてアドバイスや一緒に調理・買い物等を行います。食べたいものを食べられるように、今までの生活スタイルの中でできることを一緒に考えていきます。

医師の指示書が必要です

【このような方はいませんか】

- * ムセることが多くなった方
- * 経管栄養を利用されている方
- * 治療食が必要な方
- * 退院後に調理が不安な方
- * 褥瘡ができた、又は治りにくい方
- * 低栄養の方

このようなことを行います

- その方の生活環境にあった調理方法等を紹介します。
- 食べたいものがあればその方の治療食の内容に合ったアレンジ方法を紹介します。
- 食べたい料理と一緒に調理します。
- 買い物と一緒に行ってお惣菜の選び方をアドバイスします。
- その方に合った栄養剤や補助食の利用についてアドバイスします。

渭南病院

| | |
|----|--------------|
| 住所 | 越前町6-1 |
| 電話 | 0880-82-1151 |

松谷病院

| | |
|----|--------------|
| 住所 | 天神町14-18 |
| 電話 | 0880-82-0001 |

3. 相談窓口の紹介

「どこに相談するのかわからない」といった悩みも
まずはご相談ください。

どの相談窓口にご相談されても、問題に応じて適切なサービスや機関、制度の利用につなげます。
お気軽にご相談ください。

地域包括支援センター

TEL：83-0233
 営業時間：月曜日～金曜日
 8：30～17：15
 (緊急時には夜間・土日・祝日の対応も
 しています)
 *高齢者の困りごとは、何でもご相談
 ください。一緒に考え、必要なサービ
 スやボランティアの紹介をしたり、手
 続きのお手伝いをします。
 *ご本人はもちろん、ご家族・地域の
 みなさんの相談もお待ちしています。

| 各病院相談窓口 | | | |
|---------|-----|------------|--|
| 病院名 | 曜日 | 時間 | 場所 |
| 足摺病院 | 月～金 | 9:00～17:00 | 受付に声をかけてください。 ※不在の時間がありますので事前に一度ご連絡いただくと幸いです。 TEL：82-1275 (代表) |
| 渭南病院 | 月～金 | 8:30～17:30 | 渭南病院 4F 地域連携室 (小児科の向側) ※不在の時は病院スタッフに声をかけてください。 TEL：82-1151 (代表) |
| 松谷病院 | 月～金 | 8:30～17:00 | 受付に声をかけてください。 ※不在の時間がありますので事前に一度ご連絡いただくと幸いです。 |
| | 土 | 8:30～12:30 | TEL：82-0001 (代表) |

どんな時に相談したらいいの？

物忘れが多くなって気になる

福祉サービス
介護サービスについて知りたい
(利用方法を知りたい)

病気・障害について悩んでいる

入退院する時の不安事
(入院費が払えるか・退院後の生活…など)

1人暮らしが不安。
見守りをしてほしい。

介護が大変でつかれた

医療費・介護費が心配

仕事はどうしたらいいの？

足腰が弱ってきて家事が大変

病気の家族にどのように接すればいいの？

お金の使い方が上手いかず、こまっているみたい

元気でいるために通えるところを知りたい

*相談の一例です。「こんなこと、どこに相談したらいいのか…」ということも一度ご相談ください。

4. 介護保険サービス

40歳以上の方は、介護保険に加入し、決められた保険料を納めています。その保険料や税金を財源とすることで、介護が必要な方は、費用の一部を負担するだけでさまざまな介護サービスを受けられます。また、生活機能が低下した高齢者で、基本チェックリストに該当する場合、介護予防生活支援サービスが受けられます。

介護保険は、介護が必要になっても高齢者が地域で安心して暮らしていけることを目指すとともに、いつまでも自立した生活を送れるよう支援します。



詳しくは「みんなのあんしん介護保険」のパンフレットをご覧ください。



1) 介護保険サービスを使うには相談と申請が必要です

専門家が生活の困りごとをお聞きし、どのようなサービスが必要か一緒に考えます。

1人で悩まず、まずは連絡してください。

何をどこに相談していいかわからないときも。お気軽にご相談ください。

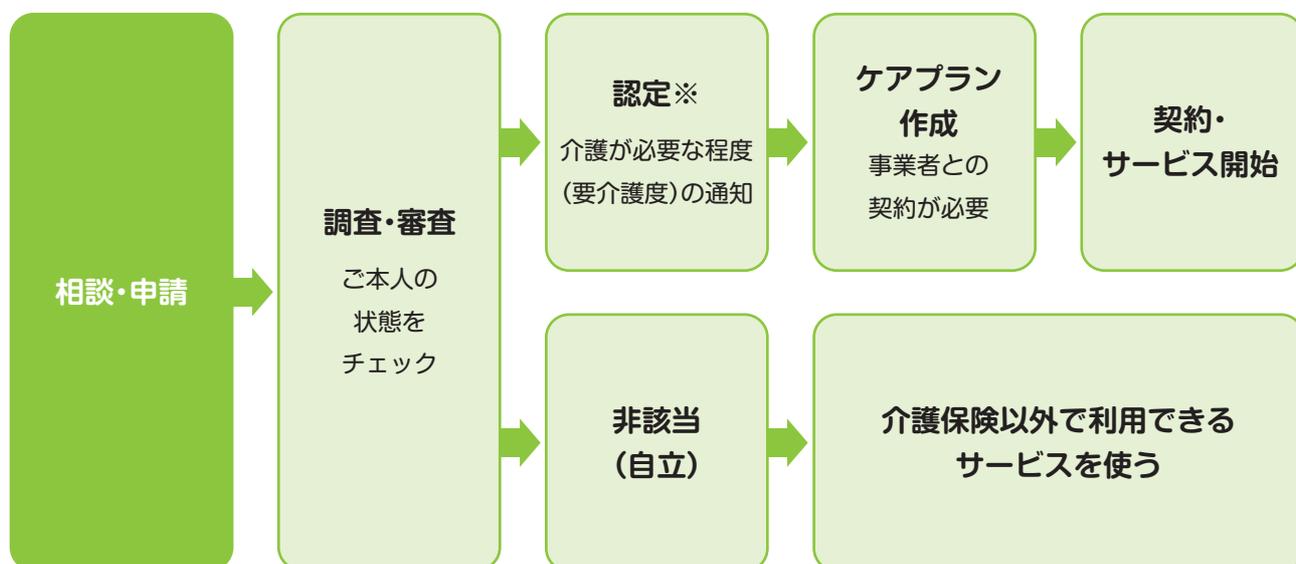
介護に関する相談先

土佐清水市地域包括支援センター
TEL : 83-0233

介護保険の申請先

土佐清水市健康推進課 介護保険係
TEL : 82-1254

2) 介護保険サービスを利用するまでの流れ



※心身の状態により「要支援1、2」「要介護1～5」に分類されます。

3) 介護予防支援・居宅介護支援

ご本人の心身の状況や生活環境に沿って、ケアマネジャーが在宅の介護サービス計画を作成し、サービス事業所等との連絡・調整を行います。

土佐清水市地域包括支援センターは要支援1・2の方を対象、他は要介護1～5の方が対象です。

| 土佐清水市内の居宅介護支援事業所 | 住 所 | 連絡先 |
|---------------------|----------------|---------------|
| 土佐清水市地域包括支援センター | 汐見町1-19 | (0880)83-0233 |
| あしずり居宅介護支援事業所 | 旭町18-71(足摺病院) | (0880)82-5605 |
| 指定居宅介護支援事業所「あったか渭南」 | 越前町6-10(渭南病院) | (0880)82-5733 |
| しみず居宅介護支援事業所 | 天神町14-18(松谷病院) | (0880)82-5277 |
| 居宅介護支援事業所 あんきな家 | 加久見1464-279 | (0880)82-0022 |

4) 訪問介護

ホームヘルパーがご自宅を訪問して、入浴、排泄、食事等の介護や調理、洗濯、掃除等の家事を行うサービスです。

| 土佐清水市内の訪問介護事業所 | 住 所 | 連絡先 |
|------------------------|----------------|---------------|
| ホームヘルプサービスセンター「げんき」 | 旭町18-71(足摺病院) | (0880)82-1275 |
| ホームヘルプサービスセンター「あったか渭南」 | 越前町6-10(渭南病院) | (0880)82-4185 |
| 合資会社サザンクロスしみず | グリーンハイツ416-651 | (0880)83-0066 |
| 亀の子ヘルプステーション | グリーンハイツ8-2 | (0880)82-1057 |

5) 訪問入浴介護

自宅の浴槽での入浴が困難な方に対して、浴槽を積んだ入浴車がご自宅を訪問し、看護職員等が入浴の介護を行うサービスです。

| 土佐清水市内の訪問入浴介護事業所 | 住 所 | 連絡先 |
|------------------|------------|---------------|
| 訪問入浴亀の子 | グリーンハイツ8-2 | (0880)82-1057 |

6) 訪問リハビリテーション

施設(病院)への通いが困難な方を対象に、医師の指示に基づき理学療法士や作業療法士等がご自宅を訪問し、心身機能の維持回復および日常生活の自立を助けるために必要なリハビリテーションを行うサービスです。

| 土佐清水市内の訪問リハビリテーション | 住 所 | 連絡先 |
|--------------------|----------|---------------|
| 足摺病院 | 旭町18-71 | (0880)82-1275 |
| 渭南病院 | 越前町6-1 | (0880)82-1151 |
| 松谷病院 | 天神町14-18 | (0880)82-0001 |

7) 訪問看護

看護師がご自宅を訪問して、主治医の指示により行う看護(療養上の世話又は必要な診療の補助)です。病気の治療をしながら、また酸素などの医療機器を使用しながらご自宅で暮らせるように医師やケアマネジャー、ヘルパーなどと協力しながら療養生活を支援します。

| 訪問看護ステーション | 住 所 | 連絡先 |
|------------------|---------|---------------|
| 訪問看護ステーションあったか渭南 | 越前町6-10 | (0880)82-5222 |

8) 居宅療養管理指導

医師・歯科医師・薬剤師、栄養士などが、ご自宅を訪問し、薬の飲み方、食事など療養上の管理・指導を行います。

下記のページをご参照ください。

- 2) 訪問診療や往診可能な医療機関 P2~4
- 3) 歯科 P4~5
- 4) 調剤薬局 P6
- 5) 訪問栄養指導 P7

9) 通所介護(デイサービス)

食事、入浴などの日常生活の支援や、レクリエーションや体操を通じての同年代の方々やスタッフとの社交場でもあります。自宅での入浴が困難な方も、スタッフの協力で入浴することもできます。

| 土佐清水市内のデイサービス | 住 所 | 連絡先 |
|-----------------------------|-------------|---------------|
| (休止中)認知症対応型デイサービスセンター あんきな家 | 加久見1464-279 | (0880)82-0022 |
| 認知症デイサービスセンター あんきな家清水ヶ丘 | 清水ヶ丘30-2 | (0880)82-3335 |
| デイサービスセンター あんきな家清水ヶ丘 | 清水ヶ丘30-2 | (0880)82-3335 |

10) 通所リハビリテーション(デイケア)

病院等において、日常生活の自立を助けるために理学療法、作業療法その他必要なりハビリテーションを行い、心身機能の維持回復を図るサービスです。

| 土佐清水市内のデイケア | 住 所 | 連絡先 |
|----------------|----------|---------------|
| 渭南病院 | 越前町6-1 | (0880)82-3316 |
| サンケアしみず | 天神町14-18 | (0880)82-5588 |
| 通所リハビリテーションげんき | 旭町18-71 | (0880)82-1275 |

11) 短期入所生活介護(ショートステイ)

短期入所療養介護(医療型ショートステイ)・緊急ショートステイ

施設に短期間入所して、日常生活上の支援(食事、入浴、排泄など)や機能訓練などが受けられます。

| 土佐清水市内のショートステイ | 住 所 | 連絡先 |
|----------------------|----------|---------------|
| 足摺病院介護医療院 | 旭町18-71 | (0880)82-1275 |
| 松谷病院(介護病床) | 天神町14-18 | (0880)82-0001 |
| サンケアしみず(老健) | 天神町14-18 | (0880)82-5588 |
| しおさい(特養) | 以布利83-5 | (0880)82-8319 |
| ショートステイあんきな家清水ヶ丘(特養) | 清水ヶ丘30-2 | (0880)82-3335 |
| 緊急ショートステイあんきな家清水ヶ丘 | 清水ヶ丘30-2 | (0880)82-3335 |

12) 地域密着型特定施設入居者生活介護(ケアハウス) ≡≡≡

介護保険の指定を受けた軽費老人ホームにおいて入浴、排せつ・食事等の介護、その他必要な日常生活上の支援を行います。入居定員は29人です。

社会福祉法人 清和会 ケアハウス あんきな家

| | |
|------|----------------------------|
| 住所 | 加久見1464-279 |
| 電話 | (0880)82-0022 |
| 利用条件 | ・要介護認定1～5の方 ・土佐清水市に住民票のある方 |

社会福祉法人 尽心会 ケアハウス ひだまり

| | |
|------|--|
| 住所 | 天神町14-18-1 |
| 電話 | (0880)82-5440 |
| 利用条件 | ・介護保険で要介護認定(1～5)を受けている方 ・土佐清水市に住民票がある方 ・共同生活が営める方 |

13) 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厳しい方のための施設です。原則要介護3以上の方が対象です。入所定員は、しおさい100人、あんきな家清水ヶ丘29人です。

特別養護老人ホーム しおさい

| | |
|------|---|
| 住所 | 以布利83-5 |
| 電話 | (0880)82-8319 |
| 利用条件 | ・65歳以上で要介護3以上の高齢者 ・特例により入居が認められた要介護1～2の方 ・40歳～64歳で特定疾病が認められた要介護3以上の方 |

特別養護老人ホーム あんきな家清水ヶ丘

| | |
|------|---|
| 住所 | 清水ヶ丘30-2 |
| 電話 | (0880)82-3335 |
| 利用条件 | ・65歳以上で要介護3以上の高齢者 ・特例により入居が認められた要介護1～2の方 ・40歳～64歳で特定疾病が認められた要介護3以上の方 |

14) 介護療養型医療施設

病状は安定していても自宅での療養生活は難しいという方が入院して、必要な医療サービス、日常生活における介護、リハビリテーションなどを受けることができます。入所定員は12人です。

松谷病院 介護療養型医療施設

| | |
|------|----------------|
| 住所 | 天神町14-18 |
| 電話 | (0880)82-0001 |
| 利用条件 | 医療の必要な要介護1～5の方 |

15) 介護医療院

長期療養のための医療と日常生活上の介護を一体的に受けることができます。入所定員は29人です。

足摺病院介護医療院

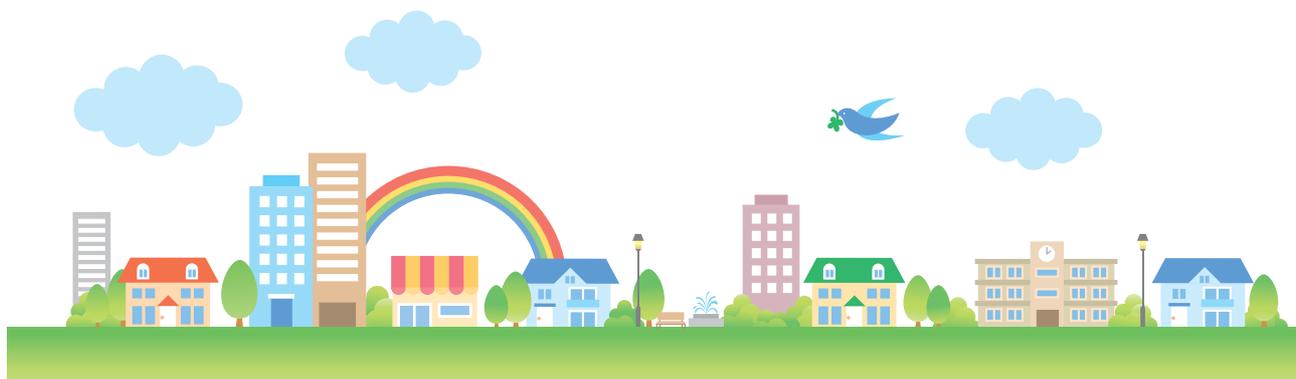
| | |
|------|----------------|
| 住所 | 旭町18-71 |
| 電話 | (0880)82-1275 |
| 利用条件 | 医療の必要な要介護1～5の方 |

16) 介護老人保健施設

病気等で入院したが、そのまま直接自宅に戻るのが困難な方に対してリハビリテーションなどの医療サービスを提供し、自宅への復帰を目指す施設です。入所定員は70人です。

介護老人保健施設 サンケアしみず

| | |
|------|----------------------------|
| 住所 | 天神町14-18 |
| 電話 | (0880)82-5588 |
| 利用条件 | 要介護1～5の方で、基本的に入院治療の必要性がない方 |



17) 認知症対応型共同生活介護(グループホーム) --- ---

認知症の方が家庭的な雰囲気の中で少人数で共同生活を送ることにより、認知症の症状の進行を緩和させ、より良い日常生活を送ることができるよう支援する介護保険サービスです。家庭的な雰囲気を大切にしており「施設」というより、「家」に近い感じです。

社会福祉法人 清和会 グループホーム あんきな家

| | |
|------|----------------------------------|
| 住所 | 加久見1464-279 |
| 電話 | (0880)82-0022 |
| 利用条件 | ・ 認知症と診断された方 ・ 要支援2以上の方 ・ 歩行可能な方 |

グループホーム 百日紅の家

| 土佐清水市内のグループホーム | 住 所 | 連絡先 |
|----------------|---|---------------|
| グループホーム百日紅の家 | グリーンハイツ20-21 | (0880)82-0919 |
| グループホーム第二百紅の家 | グリーンハイツ42-1 | (0880)82-4520 |
| グループホーム第三百紅の家 | グリーンハイツ42-27 | (0880)82-5660 |
| 利用条件 | 認知症の症状が安定期にあり、集団生活が可能で要支援2～要介護5の認定を受けている方 | |

社会福祉法人 尽心会 グループホーム ゆうゆうホーム

| | |
|------|---|
| 住所 | 浜町1-23 |
| 電話 | (0880)83-0506 |
| 利用条件 | ・ 要支援2以上で認知症の状態にある方。 ・ 共同生活が可能の方。 ・ 自立歩行が可能の方。 ・ 病状が安定している方。 |

18) 小規模多機能型居宅介護 --- ---

認知症などで介護が必要になった場合でも、住み慣れた環境で生活が続けられるように、必要に応じて施設への「通い」のサービスを中心に、施設での「泊まり」や「訪問介護」のサービスを組み合わせ利用することができます。

社会福祉法人 清和会 小規模多機能ホーム あんきな家

令和元年5月1日より休止中

5. 高齢者のための住宅・移送

別途料金が必要ですが、ホームヘルパーによる在宅サービス等を希望により受けることができます。一ヶ月の基本料金は条件により変わることがあります。あくまでも目安として掲載しております。

社会福祉法人 清和会 あんきな家(共生サービスホーム)

| | | | |
|---------------------|---------------|---------------|---|
| 住所 | 加久見1464-279 | 電話 | 0880-82-0022 |
| 一カ月の基本料金 (自己負担額) | 家賃 30,000円 | 光熱費 5,000円 | 管理費 10,000円 = 45,000円 *別途食事代等詳細は直接お問い合わせください。 |

共生ホームサンホームしおみ(高齢者住宅)

| | | | |
|---------------------|--|----------------|---|
| 住所 | 汐見町11-9 | 電話 | 0880-82-0902 |
| 一カ月の基本料金 (自己負担額) | 家賃 30,000円 | 光熱費 10,000円 | 食材料費 33,000円 = 73,000円 (1,100円×30日) *食費は朝食300円・昼食300円・夕食500円とし、食べた分だけの合計金額を請求いたします。 光熱水費は、入院時、入退所時には、1日325円×日数を請求いたします。 |
| 利用条件 | ある程度身の回りのことができ共同生活が可能な方、自立歩行が可能な方(階段昇降が出来る方)、重篤な医療的ケアが必要でない方 | | |

ご自宅での生活を営むことに不安があり、日常生活においても見守り等の軽微な支援が必要な高齢者の方に居室その他の設備を提供いたします。

住宅型有料老人ホームサザンクロス

| | | | |
|---------------------|--|----------------|--|
| 住所 | グリーンハイツ42-23 | 電話 | 0880-83-0808 |
| 一カ月の基本料金 (自己負担額) | 家賃 30,000円 | 管理費 20,000円 | 食費 27,500円 = 77,500円 + 訪問介護費 *食費に消費税込み |
| 利用条件 | <ul style="list-style-type: none"> ・要介護認定が必要 ・一部自立可能で集団生活のできる方 | | |

建物内には職員が常駐し、防犯及び入居者の方からの緊急通報に24時間体制で対応します。

サービス付き高齢者向け住宅ゆうわ渭南

| | | | | | |
|---------------------|--|---------------|------------------------------|---------------------------|----|
| 住所 | 越前町6-10 | 電話 | 0880-82-3175 | | |
| 一カ月の基本料金 (自己負担額) | 家賃 38,000円 | 共益費 7,900円 | 状況把握 生活相談サービス費 30,000円 | 食費* 40,500円 = 116,400円 | 合計 |
| 利用条件 | <ul style="list-style-type: none"> ・ご自身で食事、移動、排泄行為などが可能なこと ・ヘルパー利用料金は別になります。 | | | | |

常駐の介護スタッフによる見守り生活相談を受けられる賃貸住宅です。

高齢者支援ホーム

| | | | |
|---------------------|--|---------------------------|--|
| 住所 | 清水ヶ丘30-2 | 電話 | 0880-82-3335 |
| 一カ月の基本料金 (自己負担額) | 居室利用料 20,000円 + 共益費 5,000円 = 合計 25,000円 | 別途食事代等詳細は 直接お問い合わせ下さい。 | <ul style="list-style-type: none"> ・共益費部分の物品などは施設側で準備したものを使用していただきます。 ・共益費とは別に自室の電気料、本人の食材料費等は自己負担となります。 ・月途中での入居・退去の利用料金については日割り算出した金額となります。 |
| 利用条件 | <ul style="list-style-type: none"> ・土佐清水市内に住所がある65歳以上の一人暮らしの方で、介護認定または総合事業対象者 ・市民税非課税世帯又は、本人が市民税非課税かつ、前年の合計所得金額の合計が80万以下の方 | | |

福祉輸送

森川介護タクシー

住所：下川口1131-31
連絡先：090-8978-9414

安心福祉タクシー

住所：旭町14-17
連絡先：090-1174-9535

西南ハイヤー 介護福祉 輸送サービス

住所：下川口950-3
連絡先：0880-86-0020

介護タクシー和喜

住所：加久見入沢町10-9 1F
連絡先：090-1572-8309

介護タクシー晴

住所：越前町12-5
連絡先：090-6284-8011



土佐清水市デマンド交通『おでかけ号』

下ノ加江地区、三崎・下川口地区で運行しており、どなたでもご利用いただけます。

●利用予約について

☆受付時間／9:00～17:00(日・祝日、年始1/1～1/3休み)

- ・三崎・下川口地区 ➡ **070-4800-9461**
※1時間前までに予約(朝11時までの出発便は、前営業日までに予約)
- ・下ノ加江地区 ➡ **080-8012-3602**
※2時間前までに予約(朝11時までの出発便は、前営業日までに予約)

乗車には事前に電話予約が必要で、運用上、住所と氏名、ご連絡先をお伺いします。



6. 土佐清水市のサービス

1) 高齢者の方への保健福祉サービス

日常生活に必要なサービス

※全ての方が、対象となるわけではありません。
まずは、担当者にご相談ください。

日常生活用具給付

対象者 ひとり暮らしの高齢者等
給付物 電磁調理器、火災警報器、自動消火器
備考 所得に応じて自己負担金が必要

訪問理美容サービス

対象者 ①要介護度3以上の高齢者
②身障手帳1級、2級の交付を受けた方
利用券 1人につき年4枚を上限として交付
備考 技術料は個人負担

配食サービス

対象者 65歳以上の1人暮らしや高齢者のみの世帯の方のうち、疾病等の理由で調理が困難な方で、定期的な見守りが必要な方
料金 1食あたり300円
・減塩食、糖尿食は100円増
・おかずのみは50円減
内容 栄養バランスのとれた食事の提供と安否の確認

紙おむつ給付サービス

対象者 65歳以上の要介護度4以上と認定された常時介護を要する高齢者(市民税非課税世帯)を在宅で3ヶ月以上介護している者
給付額 1人につき上限75,000円/年
内容 現物給付
(1年間でおむつ券を上限75,000円分)

はり・きゅう・あん摩マッサージ指圧等施術費補助事業

対象者 土佐清水市の住民で
①満70歳以上の方
②満65歳以上で身体障害者手帳3級以上の方
③満20歳以上で脳疾患により身体障害者手帳3級以上の方

申請交付 市役所【健康推進課】または各市民センターにて**本人が申請**
①代理申請の場合、利用者及び代理人の公的証明書(保険証や免許証等)の提示
②対象者の②または③に該当する方は身体障害者手帳持参にて申請

補助金 1人あたり年額8,000円
(1,000円補助券×8枚)

利用方法 ①土佐清水市指定の施術所で、施術1回につき1枚(1,000円分)
②本人以外の使用及び券の売買、譲渡等は禁止

緊急時に備えたサービス

緊急通報体制支援

対象者 概ね65歳以上の1人暮らし高齢者または1人暮らしの重度の身体障害者等で、装置の必要性が認められ、2~3人の協力者が得られる方
内容 装置の貸与
備考 基本料金(回線料、通話料など)は本人が負担。装置の設置料金は市が負担。
※市民税課税世帯の場合は装置の設置料金を本人負担。

お問い合わせ先

土佐清水市健康推進課 保健推進係 tel:0880(82)1121
社会長寿係 tel:0880(82)1120

2) 介護保険の利用者負担額を助成する制度があります

土佐清水市では、居宅介護サービス(一部除く)を利用する方の負担軽減を図るため、市独自の施策として利用料の一部助成を行っています。

助成対象者(次の全てに該当し、土佐清水市に住所を有し現に居住する方)

- ・ 要介護(要支援)認定を受けた第1号及び第2号被保険者
 - ・ 市民税非課税世帯
 - ・ 介護保険料の段階が第1段階～第3段階 ※第1号被保険者の場合のみ
 - ・ ご本人の収入年額が100万円未満
- ※生活保護受給者・給付事由が第三者の行為によって生じた者は除きます

助成対象サービス(介護予防含む)

- ・ 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・通所介護・通所リハビリテーション
- ・ 福祉用具貸与・短期入所生活介護・短期入所療養介護・居宅療養管理指導
- ・ 認知症対応型共同生活介護・小規模多機能型居宅介護・認知症対応型通所介護
- ・ 第1号訪問事業・第1号通所事業・介護予防生活支援員派遣事業
- ・ 地域密着型通所介護

助成割合

- ・ 保険対象サービスに係る利用者負担額の **10分の5**(社福軽減を含む)
(利用者負担額が通常10%のところ、半分の5%の負担で済みます)

認定の手続き

- ・ 申請書(添付書類含む)を市役所健康推進課介護保険係に提出してください。
 - ・ 申請者及び世帯の課税状況等を確認後、決定通知書(認定証^{*})を発行します。
- ※認定証は認定の場合のみ

○認定証の有効期間は、**申請月の初日から毎年7月31日**までです。

○申請時に介護保険料を1年以上滞納されている場合、または給付制限適用の期間は対象外となります。

お問い合わせ先 土佐清水市健康推進課介護保険係 tel:0880(82)1254(直通)

3) 高齢者補聴器購入補助金

対象者

- ・ 本市に住所を有し、非課税世帯の満65歳以上で市への滞納をしていない方
- ・ 片耳レベルが40デシベル以上70デシベル未満の中等度難聴の方で医師により補聴器使用の必要性を認められた方
- ・ 聴覚障害による身体障害者手帳の交付を受けていない方

補助額

補聴器本体1台のみの購入費の1/2、上限50,000円

お問い合わせ先 土佐清水市健康推進課社会長寿係 tel:0880(82)1120

7. 地域の支え合い事業

高齢者が住み慣れたところで安心して生活することを支えるために、地域の力で見守りや生活支援をおこなえるよう、支え合いを推進する事業があります。

「いつかは自分もお世話になるから、今は自分にできることはして、いずれは助けてもらう仕組みに協力したい」という支え合いの輪を広げる事業です。支援を必要とする方やボランティアに参加希望の方は各お問い合わせ先に連絡してください。

要支援者在宅生活サポート事業・高齢者生活支援サポート事業

要支援者・虚弱高齢者などが対象。生活支援サポーター養成研修を受講し市長の認定を受けたサポーターを、掃除などの家事が困難になった一人暮らしの高齢者宅に派遣し支援します。

施設介護ボランティア推進事業

施設介護ボランティアを養成研修・受け入れ体制の整備を実施し、高齢者施設において外出やレクリエーションの付き添いや見守り、話し相手などをおこないます。

認知症高齢者見守り支援事業

認知症高齢者の進行予防や不安の軽減のために見守り支援員が自宅を訪問し、見守りや話し相手を行います。介護する家族の負担の軽減を図る目的もあり、家族と一緒に暮らしている方も利用できます。

※こちらの事業は、利用者の自己負担はありません。

お問い合わせ先 (特非) ふくしねっと CoCo てらす tel:0880(87)9209



ボランティアセンター

ボランティア活動をしたい方に活動を紹介します。

ボランティアを必要とする方や施設、団体から相談を受け必要に応じてボランティアを紹介します。

要支援者いきいきボランティア地域支え合い活動事業

支援が必要な高齢者に対し、いきいきボランティアによる見守り声かけなどの活動を行います。安否確認や話し相手、ゴミ出しや庭の草取り、代読/代筆など、地域の住民ボランティアによる活動を調整します。

※こちらの事業は、利用者の自己負担はありません。

お問い合わせ先 **土佐清水市社会福祉協議会** tel:0880(82)3500



8. 地域で参加できる介護予防事業

1) 元気なうちから介護予防 ～運動教室のご案内～

| | 地区名 | 実施場所 | 実施曜日(時間) | |
|----|---------|-----------|-------------|----------------------|
| 1 | 下ノ加江地区 | 布 | 旧布保育園 | 月(13時30分～) |
| 2 | | 船場 | 集会所 | 第2金(10時～) |
| 3 | | 立石 | 集会所 | 第1水(14時～) |
| 4 | | 下浦 | 青年会館 | 木(13時30分～) |
| 5 | | 小方 | 小方青年会館(公会堂) | 水(13時30分～) |
| 6 | | 市野々 | 老人クラブ里の家 | 第1月(13時30分～) |
| 7 | | 長野 | 公民館 | サロン開催時(10時～) |
| 8 | | 鍵掛 | 鍵掛集会所 | 毎月20日(13時～) |
| 9 | | 市野瀬 | 集会所 | 最終火曜日(10時～) |
| 10 | 半島地区 | 以布利 | 旧以布利保育園 | 第4木(10時～) |
| 11 | | 窪津 | 区長場 | 月・木(9時30分～) |
| 12 | | 津呂 | 区長場 | 第2・4水(14時～) |
| 13 | | 権現 | 集会所 | 第2水(12時40分) |
| 14 | | 足摺岬 | 区長場 | 金(13時～) |
| 15 | | 足摺灘 | 個人宅 | 毎月20日(14時～) |
| 16 | | 松尾 | 休止中 | |
| 17 | | 大浜① | 区長場 | 火・金(9時30分～) |
| 18 | | 大浜② | 区長場 | 水(9時30分～) |
| 19 | | 中浜 | 会館 | 火(13時～) |
| 20 | | 浦尻 | 旧浦尻保育園 | 第3木(10時～) |
| 21 | グリーンハイツ | 集会所 | 月(9時30分～) | |
| 22 | 市街地地区 | 旭町・元町・緑ヶ丘 | 旧旭保育園 | 水(10時～) |
| 23 | | 栄町ほか | えぶりでいキッチン | 金(13時30分～) |
| 24 | | 戒町 | 屯所 | 木(10時～) |
| 25 | | 越 | 区長場 | 月(13時30分～) |
| 26 | | 幸町ほか | 中央公民館 | 月(13時30分～) |
| 27 | | 加久見 | 集会所 | 月・水・金(8時30分～) |
| 28 | | 養老 | 区長場 | 水(9時30分～) |
| 29 | | 緑ヶ丘 | 集会所 | 水・金(10時～) |
| 30 | | 三崎地区 | 三崎浦 | 区長場 |
| 31 | 爪白 | | 区長場 | 木(13時30分～) |
| 32 | 平ノ段 | | 区長場 | 木(10時～) |
| 33 | 下ノ段 | | 区長場 | 火(13時30分～) |
| 34 | 斧積 | | コミュニティセンター | 火・金(13時30分～) |
| 35 | 上野 | | 区長場 | 木(13時30分～) |
| 36 | 下益野 | | 区長場 | 火(13時30分～) |
| 37 | 下川口地区 | 浜益野 | 集会所 | 第1水(13時30分～) |
| 38 | | 下川口郷 | 区長場 | 木(13時～) |
| 39 | | 下川口浦 | 休止中 | |
| 40 | | 貝ノ川郷 | 集会所 | 第1水(9時30分～) |
| 41 | | 貝ノ川浦 | 区長場 | 第1金(9時30分～) |
| 42 | | 鳥淵 | 鳥淵集会所 | 第1水(13時30分～) |
| 43 | | 大津 | 大津公民館 | 第3水(10時30分～) |
| 44 | | 宗呂上 | コミュニティセンター | 木(8時30分～)保健師参加時(9時～) |
| 45 | | 宗呂下 | 区長場 | 月(13時30分～) |
| 46 | 横峯 | 集会所 | 第4金(10時～) | |

お問い合わせ先

土佐清水市健康推進課 保健指導係 tel:0880(82)1121
社会長寿係 tel:0880(82)1120

2)いきいきサロン事業

高齢者の生きがいと社会参加を促進し家に閉じこもりがちな一人暮らし高齢者などの社会的孤立の解消を目的とします。だれもが参加でき、仲間と会っておしゃべりしたり大声で笑ったり、好きなことをして楽しい時間を過ごす場です。状況により日程は変更することがありますので、予めご了承下さい。

| 地区名 | | 開催場所 | 実施予定日(※地区により変更有) | 時間 |
|------|---------|------------------------|--|---|
| 下ノ加江 | 立石 | 立石集会所 | 毎月第3水曜日 | 12:00～ |
| | 東谷 | 布福祉センター | 毎月第1月曜日 | 9:30～12:00 |
| | 布郷 | 旧布保育園 | 毎月第4木曜日 12月のみ第3木曜日 8～9月休み | 10:00～12:00 (サロンモーニング7:30～10:00) |
| | 布浦 | 旧布保育園 | 毎月第4木曜日 12月のみ第3木曜日 8～9月休み | 10:00～12:00 (サロンモーニング7:30～10:00) |
| | 下浦 | 下浦青年会館 | 毎月第4木曜日 11月のみ第3木曜日 8月12月休み | 12:30～15:00 |
| | 船場 | 船場集会所 | 毎月第4金曜日 | 10:00～12:00 |
| | 小方 | 小方青年会館 | 奇数月最終水曜日の前週 | 10:00～ |
| | 市野々 | 市野々公会堂 | 毎月第3月曜日 | 12:00～ |
| | 市野瀬 | 市野瀬集会所 | 毎月最終火曜日 | 10:00～12:00 |
| | 長野 | 長野集会所 | 5, 7, 9, 12, 2月第2水曜日 2月のみ第3水曜日 | 10:00～12:00 |
| | 鍵掛 | 鍵掛公会堂 | 毎月20日 | 12:00～ |
| | 久百々 | 久百々集会所 | 4, 5, 6, 9, 1, 2月 開催日はその都度決定 | 10:30～ |
| 半島 | 以布利 | 旧以布利保育園 | 毎月第2木曜日 8～9月、12～1月休み | 10:00～10:30 |
| | 窪津 | 窪津区長場 | 毎月第2木曜日 8月休み | 9:30～12:00 |
| | 権現 | 権現集会所 | 毎月第2水曜日 8月休み | 12:00～ |
| | 津呂 | 津呂区長場(旧津呂保育園) | 毎月第3火曜日 8月は第1日曜 | 奇数月10:00～12:00 偶数月9:00～10:30 8月8:00～ |
| | 足摺岬 | 足摺岬区長場 | 毎月第2火曜日 7月、12月は第1火曜日 1月は第3火曜日 | 10:00～ |
| | 松尾 | 松尾会館 | 偶数月第3火曜日 8月は第4火曜日 | 9:30～12:30 |
| | 大浜 | 大浜区長場 ～大浜コミュニティセンター | 年6回第1～第2火曜日 | 10:00～13:00 |
| | 中浜 | 中浜会館 | 奇数月第4金曜日 9月は最終金曜日 | 10:30～13:00 |
| | 浦尻 | 旧浦尻保育園 | 毎月第1木曜日 5, 1月は第2木曜日 | 10:00～11:00 |
| | グリーンハイツ | グリーンハイツ集会所区長場 | 毎月最終月曜日 | 9:30～11:00 |
| 市街地 | 戒町 | 高知県漁協清水統括支所 | 奇数月第2金曜日 | 10:00～ |
| | 越 | 越連合区長場 | 毎月第1月曜日 8, 1月休み | 10:00～ |
| | 緑ヶ丘 | 緑ヶ丘集会所 | 毎週水、金曜日 8, 12月は後半休み1月は前半休み | 10:00～ |
| | 元町 | 旭町 芝岡さん宅 | 毎月第3火曜日 8月休み | 11:00～ |
| | 栄町 | みんぼう | 毎月1回 日程はその都度決定 | 11:00～ |
| | 旭町 | 旧旭保育園 | 毎週火、水曜日は体操・卓球 木・土はグラウンドゴルフ 8, 12月後半休み 1月前半休み | 体操10:00～ グラウンドゴルフ13:30～ |
| | 幸町 | 社会福祉センター | 毎月第2木曜日 8月休み | 12:00～ |
| | 天神町 | 市街地区長会事務所 | 年4回(4, 7, 11, 3月頃)日程はその都度決定 | 10:00～ |
| | 本町 | 社会福祉センター | 毎月第3月曜日 | 12:00～ |

| | | | | |
|-----|------|------------------|-------------------------------|-------------------------------|
| 市街地 | 加久見 | 加久見公会堂 | 奇数月水曜日 週はその都度決定 | 10:00～ |
| | 養老 | 養老集会所 | 毎月第2水曜日 | 8:00～ |
| 三崎 | 下益野 | 下益野集会所 | 奇数月第3木曜日 | 10:00～13:00 |
| | 斧積 | 三崎地区防災コミュニティセンター | 毎月第2火曜日 8月は第1土曜日 11月は第1火曜日 | 10:00～ |
| | 三崎浦 | 三崎浦区長場 | 毎月第4木曜日 12月は第3木曜日 | 10:00～12:00 |
| | 平ノ段 | 平ノ段区長場 | 毎月第3木曜日 | 10:30～ |
| | 下ノ段 | 下ノ段区長場 | 毎月2週目の木曜日 8,1月は休み | 10:30～ |
| | 爪白 | 爪白区長場 | 年間7回開催 | 10:30頃～ |
| | 上野 | 上野区長場 | 毎月20日頃 | その都度 |
| | 浜益野 | 浜益野公会堂 | 毎月第3水曜日 8,1月は休み | 13:30～15:00 (昼食有の時は12:00～) |
| 下川口 | 下川口郷 | 下川口郷区長場 | 偶数月第2水曜日 | 10:00～ |
| | 下川口浦 | 下川口浦憩いの家 | 偶数月第2火曜日 | 11:00～ |
| | 貝ノ川郷 | 貝ノ川郷集会所 | 毎月第1水曜日 5,1月は第2水曜日 | 9:30～ |
| | 宗呂上 | 宗呂上コミュニティセンター | 年6回第2木曜日 | 9:00～ |
| | 宗呂下 | 宗呂下コミュニティセンター | 奇数月第2火曜日 | 10:00～ |
| | 横峯 | 横峯集会所 | 毎月第4金曜日 | 10:00～ |
| | 大津 | 大津公民館 | 毎月第3水曜日 | 10:30～ |
| | 貝ノ川浦 | 貝ノ川浦区長場 | 毎月第1金曜日(8月は休み) | 9:30～ |
| | 鳥淵 | 鳥淵集会所 | 毎月第1水曜日 5,1月は第2水曜日 | 13:30～ |

お問い合わせ先 **土佐清水市社会福祉協議会** tel:0880(82)3500

3) あったかふれあいセンターきずなの家

住み慣れた地域の中で、住民誰もが自由に交流できる場所づくりを行っています。利用料は無料でどなたでも参加できます。

あったかふれあいセンターの活動

- ・ **集い** 介護予防体操や放課後支援、季節行事の開催など世代を問わず集える居場所をつくります。
- ・ **学ぶ** クラフト教室や手芸教室など様々な教室を開催します。
- ・ **交わる** 子ども食堂（毎月第3土曜日）や認知症カフェ（毎月第4土曜日）など地域との交流を兼ねた活動を実施します。
- ・ **訪問** 独居高齢者を中心に見守り訪問を実施します。
- ・ **相談や生活支援** 困りごとを気軽に話せる場をつくり、各関係機関へのつなぎ、ちょっとした困りごとへの支援をします。

お問い合わせ先

きずなの家市街地本部 土佐清水市栄町1-16

TEL:0880-82-1900 FAX:0880-82-9200

きずなの家Instagram kizunanoie.attaka







この冊子は、

土佐清水市の医療や介護が必要になった方々

その方々を支えるみなさんのために作成しました。

みなさんの「どこでどのように暮らしたいか」を支えるために

お役に立ちたいと思っています。

ご意見・ご質問などございましたら下記までご連絡ください。

お問い合わせ先

土佐清水市在宅医療・介護連携推進事業

土佐清水在宅医療多職種連携協議会

〒787-0321 土佐清水市浜町6番22号

(特非)ふくしねっとCoCoてらす 在宅支援相談室

TEL:0880-87-9224 FAX:0880-87-9216

HP: zaitaku-shimizu.com

令和5年7月発行