

短期集中型サービス

普段の生活で、加齢によりできなくなった事、あきらめてしまった事はありませんか？
「また○○できるようになりたい!」そんなあなたにおすすめの教室です。

イメージ



元気



教室に参加



要支援状態



要介護

	自分らしい生活へ「町DAP」	町トレで筋力up!「IADL向上教室」
期 間	3か月間全12回の通所または訪問プログラム（90分／1回） ※リハビリ専門職による事前訪問あり	3か月間全12回の通所プログラム（90分／1回） ※リハビリ専門職による事前訪問あり
主な内容	面談を中心とした個別プログラムで、生活の工夫や、セルフマネジメント（自己管理）力を身につけるためのアドバイスをします。	おひとりおひとりの目標に沿って、体操中心の筋力トレーニングを行います。仲間と一緒に取り組みます。
指導者	リハビリ専門職（理学療法士又は作業療法士）が指導します。 ※最大3回まで、管理栄養士や歯科衛生士等のアドバイスが受けられます。	運動事業者が指導します。 ※最大3回まで、リハビリ専門職や、管理栄養士等のアドバイスが受けられます。
送 迎	必要時、送迎サービスがご利用いただけます。	
会 場	市内指定の病院や訪問看護事業所・自宅等	市内指定のふれあい館

～以下の方は、対象外となります～

◆進行性の疾患・がん・認知症の方

◆通所系サービス・訪問リハビリをご利用の方 など

お問い合わせ

お近くの高齢者支援センター（連絡先は、P18～19をご覧ください。）

訪問型サービス

要支援1・2または事業対象者の方が利用できるサービスです。
 利用にあたり、ケアマネジャーや保健師等の専門職との相談が必要です。
 専門職が利用者の方と相談の上、その方にあったプランを提案し、それに基づきサービスを利用することができます。
 利用までの流れについてはP16をご覧ください。

内 容

ご自宅にホームヘルパーなどが訪問し、調理や洗濯などを利用者と共にいき、ご自分でできることが増えるよう支援します。

	国基準型訪問サービス	市基準型訪問サービス
提供者	訪問介護事業者（訪問介護員）	訪問介護事業者等 （訪問介護員・まちいきヘルパー等）
利用する方の目安	○身体介護が必要な方 ○退院直後で状態が変化しやすい等、 専門的サービスが特に必要な方 など	お身体に触れる介助が必要ない方で ○生活援助が必要な方 ○一定の知識を持ったヘルパーによる 専門的な支援が必要な方など
内 容	○本人が行う家事の援助（掃除・洗濯・ 調理など） ○動作の見守り・介助（入浴・整容など）*1	○本人が行う家事の援助（掃除・洗濯・ 調理など） ※お身体に触れる介助はできません。
自己負担額の目安 ※負担割合が1割の 場合 ※事業所やサービス 内容により上乗せ があります。	週1回程度 1,308円/月 週2回程度 2,612円/月 週3回程度 4,145円/月	○一体型*2 週1回程度 1,101円/月 週2回程度 2,199円/月 週3回程度 3,490円/月 ○単独型*3 週1回程度 916円/月 週2回程度 1,829円/月 週3回程度 2,902円/月

*1 本人以外のためのことや、日常生活の範囲を超えることはできません

*2 訪問介護事業者により提供されるサービス

*3 訪問介護事業者以外の事業者により提供されるサービス

まちいきヘルパーとして活動しませんか？

内 容

まちいきヘルパーとは、高齢者のご自宅に訪問し、掃除や洗濯等の家事援助を行う従事者のことです。ヘルパーの資格がなくても、介護に関する基本的な知識や技術を学ぶ「入門的研修」(5日間)を受けることで、まちいきヘルパーとしても活動することができます。お体に触れる介助は行いません。未経験者の方にもおすすめです。

対象者

5日間全日程受講可能な方で、研修修了後、町田市内の訪問介護事業所で「まちいきヘルパー」として就労意欲のある方

お問合せ

いきいき総務課 042-724-2916



通所型サービス

要支援1・2または事業対象者の方が利用できるサービスです。

利用にあたり、ケアマネジャーや保健師等の専門職との相談が必要です。

専門職が利用者の方と相談の上、その方にあったプランを提案し、それに基づきサービスを利用することができます。

利用までの流れについてはP16をご覧ください。

内 容

食事・入浴などのサービスや、体操・筋力トレーニングなどを日帰りで行い、運動機能・生活機能を向上させます。

	国基準型通所サービス	市基準型通所サービス
提供者	通所介護事業所（介護職員など）	
利用する方の目安	○専門的な支援が必要な方など ○身体機能や認知機能の低下が見られ、身体介護が必要な方	生活機能・運動機能の低下が見られ、継続的に専門的な支援が必要な方など
内 容	機能訓練・食事・入浴など ※施設によって内容は異なります。	体操・筋力トレーニングなどにより、身体機能の維持・改善を図ります。 ※施設によって内容は異なります。
自己負担額の目安 ※負担割合が1割の場合 ※事業所やサービス内容により上乗せがあります。	○要支援1・事業対象者 週1回程度 1,928円/月 ○要支援2 週1回程度 1,942円/月 ○要支援2・事業対象者 週2回程度 3,882円/月	○一体型*4 ・要支援1・事業対象者 週1回程度 1,638円/月 ・要支援2 週1回程度 1,651円/月 ・事業対象者・要支援2 週2回程度 3,298円/月 ○単独型*5 ・要支援1・事業対象者 週1回程度 1,892円/月 ・要支援2 週1回程度 1,900円/月 ・事業対象者・要支援2 週2回程度 3,454円/月

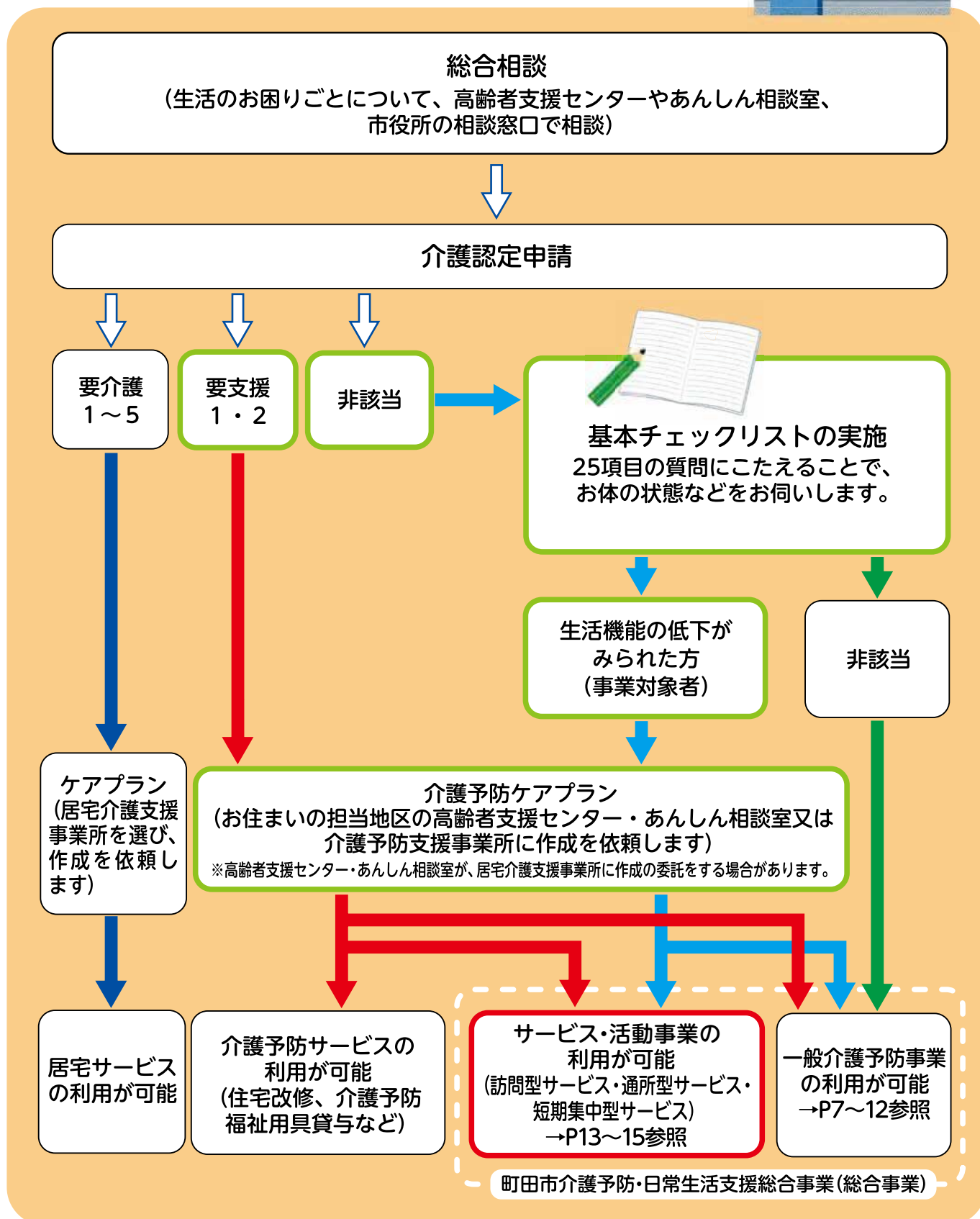
*4 要介護者などと同時に同じ場所で実施されるサービスのこと

*5 市基準型サービスの利用者のみで実施されるサービスのこと



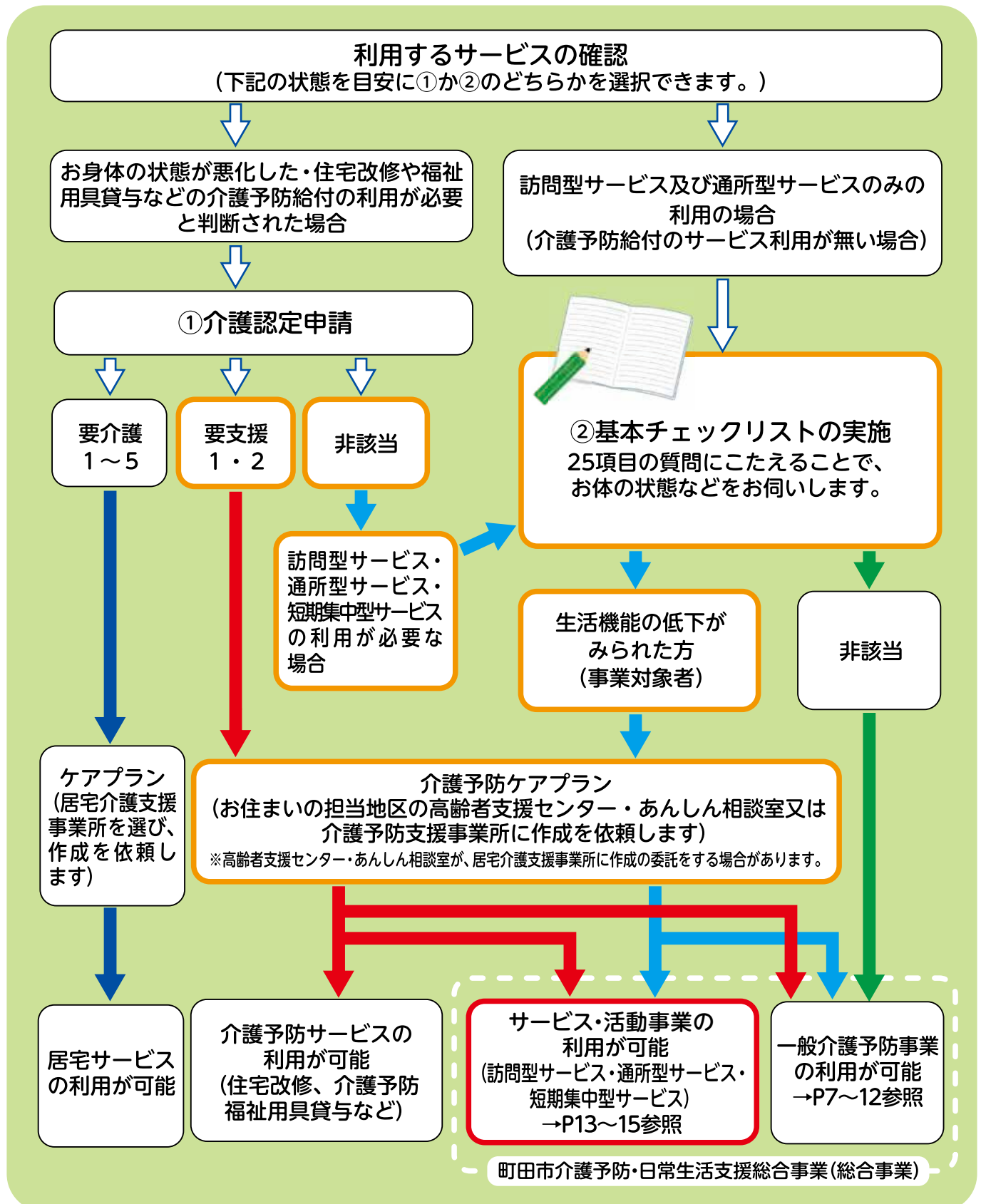
新規でサービスを利用する場合の流れ

お身体の状態などを正確に判断するために、
介護認定申請が必要です。



要支援認定更新時のサービス利用の流れ

利用するサービス内容により、基本チェックリストを実施でき、サービスの利用までの手続きを簡略化します。



サービス利用のご相談、手続きについてはこちらまで

お住まいの地区の高齢者支援センター／あんしん相談室 一覧

	名 称	担当地区	所在地	電話番号
堺・忠生地区	堺第1 高齢者支援センター	相原町	相原町2373-1 (老人保健施設サンシルバー町田内)	042-770-2558
	相原 あんしん相談室		相原町1158-26	042-700-7121
	堺第2 高齢者支援センター	小山町・小山ヶ丘・上小山田町	小山ヶ丘1-2-9 (特別養護老人ホーム美郷内)	042-797-0200
	小山 あんしん相談室		小山町2619	042-794-8751
	忠生第1 高齢者支援センター	函師町・下小山田町・忠生・矢部町・小山田桜台・常盤町・根岸町・根岸	下小山田町3580 ふれあい桜館1階	042-797-8032
	忠生 あんしん相談室		忠生3-1-34 もりやハイツⅡ101号室	042-792-8888
	忠生第2 高齢者支援センター	山崎町・山崎・木曽町・木曽西・木曽東(都営木曽森野アパートを除く)・本町田の一部(公社住宅町田木曽)	山崎町2200 山崎団地3-18棟101号	042-792-1105
	木曽 あんしん相談室		木曽東1-34-10 ちひろマンション101	042-794-7901
鶴川地区	鶴川第1 高齢者支援センター	小野路町・野津田町・金井・金井町・金井ヶ丘・大蔵町・薬師台	薬師台3-270-1 (特別養護老人ホーム第二清風園内)	042-736-6927
	大蔵 あんしん相談室		大蔵町806	042-708-8964
	鶴川第2 高齢者支援センター	能ヶ谷・三輪町・三輪緑山・広袴・広袴町・真光寺・真光寺町・鶴川	能ヶ谷3-2-1 (鶴川地域コミュニティ1階)	042-737-7292
	鶴川 あんしん相談室		鶴川6-7-2-103号室	042-718-1223

	名 称	担当地区	所在地	電話番号
町田地区	町田第1 高齢者支援センター	原町田（都営金森1丁目アパートを除く）・中町・森野・旭町・木曽東の一部（都営木曽森野アパート）	森野4-8-39 （特別養護老人ホームコモズ内）	042-728-9215
	原町田 あんしん相談室		原町田4-24-6 せりがや会館1階	042-722-8500
	町田第2 高齢者支援センター	本町田（公社住宅町田木曽を除く）・藤の台・南大谷の一部（公社住宅本町田）	本町田2102-1 （本町田高齢者在宅サービスセンター内）	042-729-0747
	本町田 あんしん相談室		藤の台1 藤の台団地1-50-109	042-860-7870
	町田第3 高齢者支援センター	玉川学園・南大谷（公社住宅本町田を除く）・東玉川学園	玉川学園3-35-1 （玉川学園高齢者在宅サービスセンター内）	042-710-3378
	南大谷 あんしん相談室		南大谷4-7-23	042-851-8421
南地区	南第1 高齢者支援センター	鶴間・小川・つくし野・南つくし野・南町田	南町田5-16-1 （特別養護老人ホーム芙蓉園内）	042-796-2789
	小川 あんしん相談室		小川6-1-11	042-812-2127
	南第2 高齢者支援センター	金森・金森東・南成瀬・成瀬が丘・原町田の一部（都営金森1丁目アパート）	金森東3-18-16 （特別養護老人ホーム合掌苑桂寮内）	042-796-3899
	成瀬が丘 あんしん相談室		成瀬が丘2-23-4 ベルハイツ成瀬1-A号室	042-795-9100
	南第3 高齢者支援センター	成瀬・西成瀬・高ヶ坂・成瀬台	西成瀬2-48-23	042-720-3801
	成瀬台 あんしん相談室		成瀬台3-8-1	042-732-3239





発 行 日 2025年4月
発 行 町田市いきいき生活部高齢者支援課
町田市森野2-2-22
電話 042-724-2146
刊行物番号 25-8
印 刷 者 名 株式会社イコープリント

この冊子は、1,000部作成し、1部あたりの単価は164円です(職員人件費を含みます)。

