

高齢の方

元気な活動の支援

豊齢カード

市の対象施設が無料または半額で利用できる豊齢カードを交付しています。3月下旬頃に、翌年度65歳となる方へ郵送しています。

敬老乗車証

市バス、地下鉄、宮城交通バスを利用できる敬老乗車証を70歳以上の希望される方にお渡ししています。お住まいの区役所・総合支所にお越しください。

1,000円分のチャージにつき100円の利用者負担額(または介護保険料所得段階に応じて50円)で、1年間(10月1日～翌年9月30日)で合計12万円まで、何回でもチャージ可能です。

敬老祝金

年度中に、88歳、100歳に達する方のうち、前年9月16日から9月15日まで、引き続き本市に住民登録し、かつ本市に居住している方に対し、9月にお贈りしています。

→各區役所・宮城総合支所障害高齢課、秋保総合支所保健福祉課

老人クラブ

おおむね60歳以上の高齢者20名以上で結成し、社会奉仕やレクリエーション等の自主的な活動を行っています。

→各區役所・宮城総合支所障害高齢課、秋保総合支所保健福祉課
市老人クラブ連合会

☎213-6811

シルバー100円入浴デー

市内の銭湯で、65歳以上の方の入浴料金を100円にする日を設けています。ご利用には、仙台市が交付する入浴券が必要です。

→高齢企画課 ☎214-8167 FAX214-8191
各区役所障害高齢課

せんだい豊齢学園

おおむね50歳以上の方を対象に、社会貢献に役立つ学習と相互交流を通して豊齢化社会づくりを担う人材を育成しています。

→せんだい豊齢学園事務局(シルバーセンター内)
☎215-3129 FAX215-4140

社の都せんだい「元気はつらつチャレンジカード」

65歳以上の方または豊齢カード(旧豊齢手帳)の交付を受けた方が、市のスポーツ施設を個人利用した回数に応じて、施設使用料が無料になるポイントカードです。

→スポーツ振興事業団
☎215-3202 FAX215-3575

老壮大学

おおむね60歳以上の方を対象に年間を通してさまざまな学習テーマについて学ぶ講座です。3～4月頃に受講生を募集しています。

→各市民センター ☎71ページ

仙台市生涯現役促進協議会

55歳以上の方の雇用・就業に関する相談を受け付けています。事業者・求職者どなたでもご利用いただけます。※就職のあっせんではありません。

☎9:00～12:00、13:00～17:00

休土・日曜、祝日、年末年始

所青葉区花京院1-3-2(仙台市シルバーセンター)2階

→☎217-0075

シルバー人材センター

生きがいの充実と福祉の増進を目的として、高齢者の臨時的・短期的・軽易な就業の機会を、会員(原則として60歳以上)の方に提供しています。

	所在地	電話番号
本部	青葉区花京院1-3-2 (シルバーセンター6階)	214-6262
北部支部	泉区泉中央2-1-1 (泉区役所5階)	375-1370

ハローワーク仙台(仙台公共職業安定所)

求人情報の提供や職業相談、職業紹介を行っています。また、求人情報を自宅のパソコンで検索できます。

→☎299-8811(代表)
HP <https://www.hellowork.mhlw.go.jp>
(ハローワークインターネットサービス)

こんな活動場所があります

老人福祉センター 85ページ

60歳以上の方の健康増進、教養の向上などにご利用いただけます。

※団体利用は事前にお申し込みください。

⌚原則として9:30～16:30

休泉中央は日曜・祝日・年末年始、亀岡は毎月最終日曜日・年末年始、そのほかは月曜・祝日の翌日（月曜が祝日の場合は火・水曜）・年末年始

老人憩の家

60歳以上の方が気軽に集まり、交流、教養向上、娯楽活動などの場として利用できます。

社会福祉センター

福祉活動・研修・交流の場として利用できます。

→宮城社会福祉センター

 392-6382  392-7736

泉社会福祉センター

 372-7848  372-8969


シルバーセンター

交流ホール、研修室、プールや福祉用具展示室などがあり、中高年対象講座・教室の開催、介護研修、福祉用具の普及、高齢の方やその家族の相談、情報提供を行っています。

⌚開館時間9:00～21:30（総合相談センター受付時間は10:30～12:00、13:00～16:30）

プールは10:00～20:00（17:00までは60歳以上の方・障害のある方のみ利用、17:00以降は一般開放）

→ 215-3191  215-4140

健康増進センター  41ページ

健康管理のために

各種健診  39ページ

特定健康診査・特定保健指導  12ページ

在宅寝たきり高齢者のための訪問健診

お宅に訪問して、基礎健康診査を行います（無料）。

インフルエンザ予防接種費用助成

①65歳以上の方または②60歳から64歳で心臓・腎臓・呼吸器の機能に障害またはヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能に障害がある方（身体障害者手帳1級相当程度）で、希望する方に接種費用の一部を助成します。

→各区役所家庭健康課、各総合支所保健福祉課

肺炎球菌予防接種（定期接種）費用助成

次に該当する方で、希望する方に接種費用の一部を助成します。ただし、過去に23価肺炎球菌ワクチンを受けたことがある方は対象外です。

①の方については、令和2年度のみ対象となりますのでご注意ください。（接種期間内に接種しない場合、以後費用助成での接種の機会はありません。）

	対象
定期接種	①令和2年度に65歳・70歳・75歳・80歳・85歳・90歳・95歳・100歳となる方 ②60歳から64歳で心臓・腎臓・呼吸器の機能に障害またはヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能に障害がある方（身体障害者手帳1級相当程度）

→区役所家庭健康課、各総合支所保健福祉課

介護予防・日常生活支援総合事業

総合事業は、地域で暮らす高齢の方が、いつまでも元気で楽しく、住み慣れた地域で暮らし続けられるように、地域の支え合いの仕組みづくりやさまざまなサービスで生活を支えるとともに、高齢者自らが社会に参加できるようにすることで、介護予防と生活支援を充実させる制度です。

総合事業は「介護予防・生活支援サービス事業」と「一般介護予防事業」で構成されます。

介護予防・生活支援サービス事業

サービスの対象になる方

要支援1・2の認定を受けた方または65歳以上で豊満力チェックリストにより対象者と判定された方（地域包括支援センターが行う介護予防ケアマネジメントを通じて利用するサービスを決定）。

利用できるサービス

訪問型サービス

- ・訪問介護型サービス（従来相当のホームヘルプサービス）
- ・生活支援訪問型サービス（緩和した基準によるホームヘルプサービス）
- ・訪問型短期集中予防サービス（専門職による訪問サービス）

通所型サービス

- ・通所介護型サービス（従来相当のデイサービス）
- ・生活支援通所型サービス（緩和した基準によるデイサービス）
- ・通所型短期集中予防サービス（元気応援教室）

→各区役所・宮城総合支所障害高齢課、秋保総合支所保健福祉課
各地域包括支援センター  85ページ



高齢の方

一般介護予防事業

サービスの対象になる方

65歳以上のすべての方

利用できるサービス

豊齢力チェックリストの郵送

生活状態の確認のため、節目の年齢の方に豊齢力チェックリストを郵送し、必要な方に介護予防の取り組みを紹介します。

→地域包括ケア推進課

☎214-8317 FAX214-8980

介護予防の普及啓発

介護予防のためのイベントやシニア世代向けの栄養講座、地域包括支援センター主催の介護予防教室などを行います。

→地域包括ケア推進課

☎214-8317 FAX214-8980

地域で自主的に運動に取り組むグループの育成

地域で活動する運動グループの立ち上げ支援や介護予防運動サポーターの養成・スキルアップ研修を行います。

→各区役所障害高齢課・各総合支所保健福祉課
各地域包括支援センター ☎85ページ

健康づくり応援

地域での日頃のサロン活動などに、ちょっとした運動を取り入れて健康づくりをしたい方々を応援するために、リハビリテーション専門職を派遣します。

→地域包括ケア推進課

☎214-8317 FAX214-8980

サービスを利用するには

区役所・総合支所の窓口申請し、介護の必要度(要支援1・2、要介護1~5の7段階)について認定を受ける必要があります。

介護保険で利用できる主なサービス

在宅サービス

- ・自宅で利用するサービス:訪問介護(ホームヘルプ)、訪問入浴、訪問看護、訪問リハビリテーションなど
 - ・出かけて利用するサービス:通所介護(デイサービス)、通所リハビリテーション(デイケア)、短期入所生活介護・短期入所療養介護(ショートステイ)
 - ・特定の施設から提供されるサービス:特定施設入居者生活介護(有料老人ホーム等における介護)
 - ・生活しやすくするサービス:福祉用具貸与、特定福祉用具購入費・住宅改修費の支給
- ※要支援1・2の方が利用する訪問介護・通所介護は、平成29年4月1日から、介護予防・日常生活支援総合事業のサービスに移行しました。

施設サービス

- 特別養護老人ホーム、介護老人保健施設、介護医療院
- ※要支援1・2の方は利用できません。
※特別養護老人ホームへの新規の入所は、原則として、要介護3~5の方が対象となります。要介護1・2の方の入所については、居宅において日常生活を営むことが困難なやむを得ない事由がある場合にに限られます。

地域密着型サービス

- 住み慣れた地域での生活を支えます。
 - 定期巡回・随時対応型訪問介護看護、認知症対応型通所介護、地域密着型通所介護、小規模多機能型居宅介護、認知症対応型共同生活介護(グループホーム)など
- ※要支援1・2の方は利用できないサービスがあります。

介護保険サービスの費用

利用者負担

所得に応じて費用の1割~3割を事業者に支払います。福祉用具購入費・住宅改修費は、費用を一旦全額事業者へ支払い、申請によりその一部が支給されます(受領委任払いにより、最初から利用者負担のみで利用できる場合があります)。住宅改修費は、工事前の申請が必要です。

高額介護(予防)サービス費

1世帯のひと月(暦月)当たりの利用者負担額が高額になった場合は、一定の上限額を超えた額を支給します。支給対象者となった場合は、お知らせの通知を送ります。

高額医療合算介護(予防)サービス費

同じ医療保険の世帯内で、1年間(8月1日~翌年7月31日)に利用した医療保険と介護保険の自己負担額が一定の上限額を超えた場合、申請により超えた額を支給します。

介護保険

介護保険の対象者

加入する方

65歳以上の方(第1号被保険者)、40~64歳の公的な医療保険に加入している方(第2号被保険者)。

介護サービスを利用できる方

- ・65歳以上で、寝たきりや認知症などで常に介護を必要とする状態が6カ月間続くと見込まれる方(要介護状態)や、要介護状態とは認められないが、家事や身じたくなど日常生活に支援が必要な状態が6カ月間続くと見込まれる方(要支援状態)。
- ・40~64歳で、老化が原因とされる16種類の病気により要介護状態や要支援状態となった方。



高齢の方

食費・居住費(滞在費)の負担限度額の認定

施設に入所されている方やショートステイを利用の方は利用者負担のほかに食費と居住費(滞在費)の負担がありますが、所得の状況などに応じた減額があります。

介護保険の相談・お問い合わせ

介護保険制度について

→各區役所介護保険課、宮城総合支所障害高齢課、秋保総合支所保健福祉課

介護の相談について

→各區役所介護保険課、宮城総合支所障害高齢課、秋保総合支所保健福祉課、各地域包括支援センター ☎85ページ

ひとり暮らし等の方の支援

食の自立支援サービス

65歳以上のひとり暮らしの要介護・要支援者等のうち、低栄養状態の改善が必要な方で、食事の用意が困難な方に、1日1食(昼または夕)、週7回までの配食を実施します(1食522円)。ボランティア団体による給食サービスもあります。

寝具洗濯サービス

おおむね65歳以上のひとり暮らしまたは寝たきりの方のお宅を委託事業者が訪問し、寝具をお預かりして丸洗います(生計中心者の市県民税額に応じた費用負担があります)。

緊急通報システム機器の貸し出し

65歳以上の日常生活上、注意を要するひとり暮らしの方等に、仙台市が委託する警備会社へつながらる緊急通報用機器をお貸しします(費用負担があります)。

成年後見制度利用支援事業

成年後見制度を利用するにあたり、親族がいないため家庭裁判所への申立が行えないなどの理由により特に必要がある場合に、市長が申立を行います。また、本人が成年後見人等に対して報酬支払い能力がない場合に、一定の基準により成年後見人等報酬を助成します。

→各區役所・宮城総合支所障害高齢課、各地域包括支援センター ☎85ページ

仙台市成年後見総合センター

地域包括支援センターなどと連携して、成年後見制度について、ご相談に応じます。※要予約

☎月～金曜9:30～16:00

所青葉区五橋二丁目12-2(福祉プラザ7階)

→☎223-2118 FAX213-6457

在宅の方の支援

訪問指導

保健師・看護師・理学療法士・栄養士・歯科衛生士等がご自宅に伺い健康管理等のアドバイスをします。

→各區役所障害高齢課・家庭健康課、各総合支所保健福祉課

訪問歯科診療

寝たきり等で通院が困難な方のお宅や施設への訪問歯科診療を行います。

→在宅訪問・障害者・休日夜間歯科診療所(仙台歯科医師会) ☎261-7345

介護研修

高齢の方の介護をされている方や介護に関心のある方に、介護の知識や技術、福祉用具の使い方などの研修や相談を行っています。

福祉用具の展示・相談

所シルバーセンター2階福祉用具展示室

→健康福祉事業団介護研修室(シルバーセンター内) ☎215-3711 FAX215-3718

訪問理美容サービス

要介護3～5の方のお宅に理美容師が訪問、カットを行います(1回2,095円)。

日常生活用具の給付

おおむね65歳以上の高齢者のみ世帯の方や寝たきりの方等に、電磁調理器、吸引器の給付をします(品目によって対象者が異なり、費用負担があります)。

介護用品の支給

在宅の要介護4または5の方で市民税非課税世帯の方に、使い捨ておむつ等の介護用品をお届けします(費用負担があります・生活保護受給者は対象外)。

生活管理指導短期宿泊事業

おおむね65歳以上の方が養護老人ホームで短期間(原則として7日以内)宿泊して、生活のリズムを整え体調の調整を図るお手伝いをします。

→各區役所・宮城総合支所障害高齢課、各地域包括支援センター ☎85ページ



高齢の方

認知症初期集中支援チーム

認知症の方の意思が尊重されながら、住み慣れた地域での生活が送れるように、専門職によるチームが相談に応じています。ご家族からのご相談もお受けしています。

→ 各区役所障害高齢課、各総合支所保健福祉課、各地域包括支援センター ☎85ページ

認知症の方を介護する家族交流会

ご家族が介護の悩みや問題解決の方策について話し合いを行います。

→ 各区役所障害高齢課

認知症に関する電話相談

ご本人やご家族からの認知症全般に関する相談に電話で応じます。

→ 公益社団法人 認知症のひとと家族の会・宮城県支部 ☎263-5091

認知症の人の見守りネットワーク事業

認知症の方が行方不明になったときに、協力者にメールを配信し協力を依頼します。

→ 地域包括ケア推進課 ☎214-8317 FAX 214-8980

認知症疾患医療センター

認知症の診断と治療を専門的に行い、ご本人の想いを大切にしながら、地域の保健医療・福祉関係機関との連絡調整を行います。

いずみの杜診療所

所 泉区松森字下町8-1

☎月～金曜 9:00～16:30 (祝日・年末年始を除く)

→ ☎341-5850 FAX 772-9802

仙台西多賀病院

所 太白区鉤取本町二丁目11-11

☎月～金曜 9:00～16:30 (祝日・年末年始を除く)

→ ☎245-2122 FAX 245-1811

東北医科薬科大学病院

所 宮城野区福室一丁目12-1

☎月～金曜 8:30～17:15 (祝日・年末年始を除く)

→ ☎070-5093-3615 FAX 0120-25-9121

東北福祉大学せんだんホスピタル

所 青葉区国見ヶ丘六丁目65-8

☎月～金曜 9:00～16:00 (祝日・年末年始を除く)

→ ☎303-0133 FAX 303-0183

緊急ショートステイ

要支援以上の認定を受けている方が、介護者の急病や事故等により緊急ショートステイが必要になったときのために、ベッドを確保しています(1回の利用は14日以内)。

→ 高齢企画課 ☎214-8168 FAX 214-8191
各区役所・宮城総合支所障害高齢課、秋保総合支所保健福祉課

高齢の方のための住まい

高齢者住宅改造費助成

65歳以上の方のみからなる所得税非課税世帯で要支援以上認定の方の住宅改造費を一定の範囲内で助成します。着工前にご相談ください。
※介護保険制度による住宅改修の利用が優先となります(同時申請可能)。

→ 各区役所・宮城総合支所障害高齢課、各地域包括支援センター ☎85ページ

シルバーハウジング(市営住宅)

住宅内の段差解消や緊急通報システム等の設備と、在宅生活を支援する生活援助員を配置しています。

→ 仙台市建設公社総合案内センター ☎222-4881 FAX 797-9321

サービス付き高齢者向け住宅

バリアフリー構造で、ケアの専門家による安否確認や生活相談サービスなどを提供する高齢者向けの民間賃貸住宅です。

→ 住宅政策課 ☎214-8330 FAX 268-2963

HP <https://www.satsuki-jutaku.jp/>

(サービス付き高齢者向け住宅情報提供システムホームページ)

高齢者向け優良賃貸住宅 ☎23ページ

相談窓口・情報提供

高齢者総合相談

認知症を含めた介護に関すること、ひとり暮らし高齢者の日常生活の支援に関することなど、高齢者や家族の方からのさまざまな相談に応じます。


→ 各区役所・宮城総合支所障害高齢課

地域包括支援センター

高齢の方が住み慣れた地域で安心して生活を続けられるよう、介護・福祉・健康・医療など、さまざまな面から支援を行う、地域の高齢者支援の窓口です。緊急時の電話相談は24時間受け付けます。

→ [各地域包括支援センター](#)  [85ページ](#)

宮城県高齢者総合相談センター

 青葉区本町三丁目7-4 (宮城県社会福祉会館内)

→  [223-1165](tel:223-1165) (いい老後)

シルバーセンター総合相談センター


🕒 10:30～12:00、13:00～16:30

→  [215-4135](tel:215-4135)

仙台市権利擁護センター (まもりーぶ仙台)

認知症高齢者、知的障害者、精神障害者などで判断能力に不安のある方の福祉サービス利用や日常的な金銭管理等についてご相談に応じます。

🕒 月～金曜9:30～16:00

 青葉区五橋二丁目12-2 (福祉プラザ7階)

→  [217-1610](tel:217-1610)  [213-6457](tel:213-6457)

介護老人保健施設

病状が安定し入院治療の必要はないが、リハビリに重点を置いたケアが必要な高齢者等に対して、機能訓練や必要な医療ならびに日常生活上の介護を提供し、家庭への復帰を支援する施設です。

老人ホームなどの相談・お問い合わせ

→ [各区役所障害高齢課・介護保険課、](#)
[宮城総合支所障害高齢課、](#)
[秋保総合支所保健福祉課](#)

老人ホームなど

養護老人ホーム [86ページ](#)

家族や住居および経済的な状況により、自宅で生活することが困難な方のための施設です。

軽費老人ホーム [86ページ](#)

原則として60歳以上の方で、身体機能の低下や高齢のため独立して生活することが不安な方のための施設です。

食事付きのA型、ケアハウスがあります。

特別養護老人ホーム (介護老人福祉施設)

常時の介護を必要とする方へ、入浴、排せつ、食事などの介護、日常生活の世話や機能訓練などを行う施設です。

認知症高齢者グループホーム (認知症対応型共同生活介護)

認知症のため介護を必要とする方々が少人数で共同生活をする住居で、入浴、排せつ、食事などの介護、日常生活の世話や機能訓練を行う施設です。



高齢の方