



「高齢者支援センターささえりあ清水・高平」は、医療・介護・福祉の側面から高齢者を支える相談窓口として、熊本市の委託を受け社会医療法人寿量会が運営しています。清水校区・高平台校区にお住まいの高齢者を対象に、介護や介護予防など保健福祉サービスの紹介、サロンや地域づくりの支援など、高齢になっても住み慣れた地域で安心して暮らせるようサポートを行います。



「介護保険のこと、初めてでよく分からん！！」



いつまでも元気だと思っていたけど、家族や自分に介護が必要になった時どうしたらいいかと迷いまよ。今回は介護保険を利用する場合のよくあるご質問をご紹介します。



Q1 どんな時に介護保険が利用できるの？

A：食事、排泄、入浴、買い物などに困った時や、家族が介護に困った時に申請ができます。

Q2 介護保険の申請ってどうするの？

A：最寄りの区役所か支所で申請できます。郵送申請やマイナポータルによるネット申請もできます。申請のお手伝いが必要な場合は、ケアマネジャーか地域包括支援センターささえりあにご相談下さい。

Q3 認定はどうやって決まるの？

A：ご自宅で調査を受けていただきます。併せて、熊本市が主治医に対し疾病状態に関する意見書を求めます。この2つの情報に基づき審査会が開かれ認定が決定します。

Q4 介護保険の認定って？

A：介護認定は要支援1・2、要介護1～5まで7段階あります。認定により利用できるサービス、頻度、料金が異なります。申請をされても「非該当(自立)」になる場合もあります。



Q5 自宅でサービスを利用するには？

A：サービス計画書を作成するケアマネジャーを決めます。利用する介護保険サービス事業者と契約をして利用開始です。要支援の方は3ヶ月に1度、要介護の方は毎月ケアマネジャーが定期訪問します。

Q6 費用していくらくらいかかるの？

A：介護サービスの利用者負担割合は、本人及び世帯の所得の状況によって1～3割です。

基本料金以外にリハビリや入浴、食事代など別途料金がかかる場合があります。

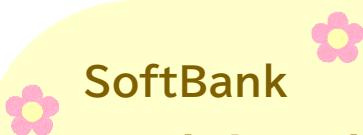
例：デイサービス利用（要支援1、1割負担）の場合 → 月額200円程（週1回利用）

詳しい内容はこちらをチェック ➡



介護保険を上手に利用して、身体機能の維持、改善、重度化防止をしましょう！





SoftBank スマホセミナー を開催しました！

SoftBank株式会社様による、スマホセミナーを開催しました。スマホセミナーを通じて「社会」や「人」との繋がり、趣味や学びの充実、非常時の備え等を学びました。



↑室園老人クラブでの開催の様子

スマホの体験機を使用して、LINEの使い方、キャッシュレス決済の方法、検索方法や防災アプリの使い方について講座がありました。

「スマホの操作は今更聞きにくかったけど、やってみたら簡単だった！」等の感想がありました。

随時開催していますので、ご興味のある地域団体（10名以上20名以内）は、どうぞお問い合わせください。

令和7年3月22日(土) ちいきの作品展 を開催しました！



清水・高平台校区にお住まいの高齢者や、介護サービス事業所をご利用の方が制作した作品を、清水公民館に展示しました！

初めての開催でしたが、予想を上回る140名の方にご来場いただき大盛況でした。

会場ではボッチャやeスポーツの体験コーナー、血圧や握力測定等の健康相談コーナー、脳トレコーナー等を回るスタンプラリーも開催！

ステージでは熊本保健科学大学吹奏楽サークルによるアンサンブル演奏も行われ、楽しいイベントになりました。



第2回の開催に向け、現在企画会議中です！
どうぞお楽しみに！

発行元・お問い合わせ：
熊本市高齢者支援センター ささえりあ清水・高平
住所：熊本市北区山室6丁目8-2
電話：096-343-0170
(受付 月～土 8:30～17:00)

QRコード
熊本機能病院HP

