

# 北九州市地域包括支援センター 一覧

窓口受付時間／月～金 8時30分～17時（土曜日・日曜日、祝・休日、年末年始は休み） **相談無料**

区	相談受付窓口 (設置場所)	センター名	市民専用 フリーダイヤル	担当地域の目安（小学校区）
門司	区役所 出張所	門司 1	0120-049233	伊川、大櫛、白野江、柄杓田、松ヶ江北、松ヶ江南
		門司 2	0120-283233	田野浦、港が丘、小森江東、門司中央、門司海青
		門司 3	0120-329233	小森江西、大里東、大里南、大里柳、西門司、萩ヶ丘、藤松
小倉北	区役所	小倉北1	0120-079033	足原、霧丘(小倉南区を除く)、桜丘、寿山、富野
		小倉北2	0120-127033	足立、貴船、小倉中央、三郎丸、中島、藍島、城野(小倉南区を除く)
		小倉北3	0120-259033	到津、井堀、北小倉、中井、西小倉、日明、高見(八幡東区を除く)
		小倉北4	0120-853033	泉台、今町、清水、南丘(小倉南区を除く)、南小倉
小倉南	区役所 出張所 (東谷出張所を除く)	小倉南1	0120-349433	朽網、曾根、曾根東、田原、貴、東朽網
		小倉南2	0120-794433	葛原、高蔵、沼、湯川、吉田
		小倉南3	0120-803433	横代、若園、城野(小倉北区を除く)、北方、霧丘(小倉北区を除く)
		小倉南4	0120-086533	守恒、徳力、広徳、企救丘、志井、長尾、南方(小倉北区を除く)
		小倉南5	0120-189533	長行、合馬、市丸、新道寺、すがお
若松	区役所 出張所	若松 1	0120-192133	赤崎、小石、修多羅、深町、古前、若松中央、藤木
		若松 2	0120-259133	青葉、江川、鴨生田、高須、花房、二島、ひびきの(八幡西区を除く)
八幡東	区役所	八幡東1	0120-719133	祝町、枝光、高槻、高見(小倉北区を除く)、槻田、ひびきが丘
		八幡東2	0120-835133	大蔵、河内、血倉、花尾(八幡西区を除く)、八幡
八幡西	区役所 出張所	八幡西1	0120-379733	赤坂、浅川、医生丘、折尾東、光貞、本城、ひびきの(若松区を除く)
		八幡西2	0120-512733	永犬丸、永犬丸西、折尾西、則松、八枝
		八幡西3	0120-618733	青山、穴生、熊西、竹末、萩原、引野
		八幡西4	0120-729733	黒畑、黒崎中央、筒井、鳴水、花尾(八幡東区を除く)
		八幡西5	0120-059833	大原、上津役、塔野、中尾、八尾
		八幡西6	0120-139833	池田、香月、楠橋、木屋瀬、千代、星ヶ丘
戸畑	区役所	戸畑 1	0120-209833	あやめが丘、戸畑中央、中原
		戸畑 2	0120-199533	一枝、大谷、鞘ヶ谷、天籟寺、牧山

※介護保険の認定手続などは、区役所保健福祉課 介護保険担当が窓口になります。

【各区役所 保健福祉課 介護保険担当 問い合わせ先】

門司区役所 331-1894(直) | 小倉北区役所 582-3433(直) | 小倉南区役所 951-4127(直) | 若松区役所 761-4046(直) | 八幡東区役所 671-6885(直) | 八幡西区役所 642-1446(直) | 戸畑区役所 871-4527(直)

# いつまでも自分らしく暮らすために

## 介護予防・日常生活支援総合事業

### 『介護予防・日常生活支援総合事業』とは？

団塊の世代の方が75歳以上になる2025年に向けて、高齢者のみの世帯や認知症の高齢者の更なる増加が予想されます。

このままだと介護保険料の上昇、担い手不足といった課題が深刻化します。これからは、高齢者自身も自らの能力を最大限に活かして、できるだけ要介護状態にならないよう、介護予防に取り組むことが大切です。北九州市では、高齢者の「介護予防」「日常生活支援」を目的とした「介護予防・日常生活支援総合事業」を実施しています。



# サービス利用の流れ

介護予防・生活支援サービス事業の利用にあたっては、まず、要介護認定を申請していただきます。要介護認定非該当の方でも、サービス利用が必要な場合、ご本人の状態によってはサービス利用が可能になることがありますので地域包括支援センターへご相談ください。



## 要支援1・2の方や生活支援が必要な方など

## 元気な方や自立した生活を送っている方

要介護認定の申請

要支援1・2

非該当

生活の中で困ったことがある

生活の中で困ったことがない

地域包括支援センターへ相談  
(5ページ)

事業対象者  
(一定の条件に該当かつ、所定の手続き)

ケアプランの作成

予防給付(\*)

訪問看護、住宅改修、福祉用具貸与、通所リハビリなど

介護予防・生活支援サービス事業

訪問型サービス (2ページ)  
通所型サービス (2ページ)  
短期集中予防型(サービスC) (3ページ)

一般介護予防事業

すべての高齢者が対象になります

○きたきゅう体操 (介護予防体操) ○ひまわり太極拳 (介護予防太極拳) など

\*予防給付 (訪問看護、住宅改修、福祉用具貸与、通所リハビリなど) は、要支援1・要支援2に該当した方しかご利用できません。

# 自立した生活を目指しましょう!

## Aさんの場合



Aさんは数年前に夫を亡くし、現在は一人暮らし。半年前に入院したのをきっかけに要支援1の認定を受けています。



Aさんは2週間に1度、通院や買い物を娘に頼み車で連れて行ってもらっていますが、だんだん外出がおっくうになり、家でじっとしていることが多くなってきました。

## 地域包括支援センター



娘さんが地域包括支援センターに「母が家にひとりであることが多くて足腰が弱ってしまう。認知症も心配。」という相談をしました。



地域包括支援センターでは Aさんと娘さんと話し合い、  
①筋力アップ  
②外出の機会を増やすという目標の計画を立てました。



Aさんは「短期集中予防型」に参加し、体力回復、転ばない体づくりを目指しました。3ヶ月間のサービス終了後、Aさんは近所の市民センター(サロン)に行くようになり、家の近くで行っている「ひまわり太極拳」を知りました。現在では筋力がアップし、外出することも楽しくなって元気に暮らしています。



# 介護予防・生活支援サービス事業

## 訪問型サービス

### 生活支援型

民間企業・NPO法人などの多様な主体が行う掃除・洗濯などの生活援助です。



### 予防給付型

掃除・洗濯などの日常生活上の支援(生活援助)だけでなく、入浴・排せつなどの介助(身体介護)も必要な方へのホームヘルプサービスです。介護事業者が提供します。

#### サービス内容

#### 利用者負担の目安 (1ヶ月につき)

#### [1割負担の方の場合]

- 週1回程度 約 940円
- 週2回程度 約1,870円
- 週3回程度 (※) 約2,810円
- ※要支援2の方のみ利用できます

#### [1割負担の方の場合]

- 週1回程度 約1,260円
- 週2回程度 約2,520円
- 週3回程度 (※) 約3,990円
- ※要支援2の方のみ利用できます

一定以上の所得がある方は、利用者負担が2割または3割になります。利用者負担割合は「介護保険負担割合証」で確認してください。

## 通所型サービス

### 生活支援型

民間企業・NPO法人などの多様な主体が行う2~3時間程度のデイサービスです。



### 予防給付型

デイサービスセンターなどで、日常生活上の支援(食事・入浴など)や機能訓練などを行います。介護事業者が提供します。

#### サービス内容

#### 利用者負担の目安 (1ヶ月につき)

#### [1割負担の方の場合]

- 要支援1、事業対象者 約1,520円
- 要支援2 約2,830円
- ※サービス内容によって料金が変わります。
- ※食事がある場合は、別途、実費負担になります。

#### [1割負担の方の場合]

- 要支援1、事業対象者 約2,260円
- 要支援2 約4,050円
- ※サービス内容によって料金が変わります。
- ※食事がある場合は、別途、実費負担になります。

一定以上の所得がある方は、利用者負担が2割または3割になります。利用者負担割合は「介護保険負担割合証」で確認してください。

# 「予防給付型」と「生活支援型」の違い

「予防給付型」は介護事業者(専門職)が提供するサービスです。

一方、「生活支援型」は、介護事業者だけではなく、民間企業やNPO法人などもサービスを提供し、利用者の自己負担は「予防給付型」よりも軽減されます。

どちらのサービスを利用するかは、利用者の心身の状態・生活状況などを踏まえ、利用者本人とケアマネジャーが相談して決めることになります。



## 短期集中予防型(サービスC)

### 要支援1・2の人 事業対象者

訪問と通所を組み合わせた、約3カ月間のサービスで、生活しづらさの改善や体力回復、転ばない体づくりなどを目指すものです。

最初にリハビリテーション専門職が、ご自宅を訪問して、日常生活での動作等について状況をお聞きしながら、ご自分で改善できることについてアドバイスします。



#### サービス内容

そのあと、週1回(計12回)通って、運動を中心に行いながら、栄養や口腔ケアについてお話などを聞いていただきます。(1回につき、90~120分)



#### 利用者負担 (1クール)

1クール[訪問および通所(12回)を合わせて]利用につき  
○要支援1・2、事業対象者  
4,500円



※終了後、必要に応じてOB・OG会(週1回×8回、1,000円)もあります。