

高齢者のための

ふれあい福祉ガイド



令和 8 年度版

相 模 原 市

ご利用にあたって

市では高齢の方々がいきいきと充実した生活をおくることができるよう、高齢者保健福祉計画*に基づき各種サービスの充実に努めているところです。

本冊子は、高齢の方のための各種サービスの内容をわかりやすく簡単に紹介したものです。ご利用いただきやすいよう、在宅福祉サービス、介護保険、敬老、生きがいなどの分野ごとに掲載しています。また、様々な福祉活動を展開している社会福祉協議会についても詳しく紹介しています。本冊子を保健福祉サービス利用の一助としていただければ幸いです。

令和8年7月

本冊子 PDF 版→
(市ホームページ)



*高齢者保健福祉計画（老人福祉計画・介護保険事業計画）

超高齢社会をめぐる様々な課題に対し、基本的な目標を定め、その実現に向かって取り組むべき施策を明らかにしたものです。

ご利用上の注意

- 掲載内容は令和8年4月1日現在の情報を基本としています。
- 本冊子の作成費用の財源の一部とするため、広告を掲載しています。広告内容に関するお問合せは、各広告主へお願いします。広告内容について市が保証や推薦をするものではありません。

【二次元コードの掲載について】

- 年度ごとにホームページの URL や内容が変更される可能性がありますので、最新年度の冊子をご覧ください。
- 媒体により次のとおりご利用ください。
 - ・冊子版をご覧になる方
スマートフォンなどで二次元コードを読み込んでいただき、該当のホームページをご覧ください。
 - ・PDF 版をご覧になる方
二次元コードを直接クリックしていただき、該当のホームページをご覧ください。

【表記について】

- 利用負担や利用料金などの項目は一律『費用』としています。
- 通信にかかる費用は一律記載を省略していますが、原則本人負担になります。
- 本冊子は市内にお住まいの高齢の方向けですので、対象者の要件などの「市内在住の」などの表記を省略しています。
- 「障害」の字について、文字の印象を和らげるため、本冊子では、ひらがな表記としています。なお、制度や事業名などについては、漢字表記とする場合があります。

主なサービス等早見表

※ 利用要件は各項目のページをご確認ください。
 ※ 市社協とは、相模原市社会福祉協議会のことです。

自宅で日常生活を 営むために 支援してほしい			介護保険居宅サービス ●自宅を訪問してのサービス ●通所(日帰りで通う)サービス ●施設への短期入所サービス ●福祉用具の貸与・購入 ●住宅改修費支給	43 } 44
			介護予防・日常生活支援総合事業 ●サービス・活動事業 ●一般介護予防事業	45 } 48
			在宅福祉サービス ●給食サービス ●寝具乾燥消毒サービス ●ねたきり高齢者出張理美容サービス助成 ●ねたきり高齢者等移送サービス利用助成 ●紙おむつ・尿とりパッドの支給 ●はり・きゅう・マッサージ施術料助成 ●緊急一時入所事業 ●緊急通報サービス ●電話訪問サービス ●電話の貸与	22 } 27
			高齢者向け補聴器購入費助成	25
			住宅改修相談	29
	市社協		ふれあいサービス (有料の住民参加型家事援助サービス)	85
			ふれあいデイホーム (介護している認知症高齢者等を一時的に介護)	85
			福祉用具の貸出し	86
			生活福祉資金	86
			ボランティアセンター	86 } 87
			粗大ごみ福祉ふれあい収集	30 } 31
介護のサービスや 悩みなどについて 相談したい	電話でのやりとり に支障がある	身近な相談窓口など		9～12
		電話リレーサービス・ヨメテル (文字表示電話サービス)		28
		手話リンク		28

外出したいので、 移送サービスなどを 利用したい	要介護4・5認定者	ねたきり高齢者等移送サービス利用助成	23 } 24
		福祉有償運送（移送サービス）	60
	津久井地域	介護予防事業送迎けんこう号（団体利用）	30
老人ホーム等への入所を検討している		老人ホームの種類と入所要件等	50
認知症が心配 認知症のある高齢者の見守りが必要		認知症疾患医療センター	34
		もの忘れ相談	34
		認知症高齢者・障害者等見守り検索サービス	35
		認知症高齢者・障害者等 SOSネットワークシステム（見守りシール事業含む）	35 } 36
お金の管理が心配 将来入院・入所したときなどの手続き や支払いが心配		成年後見制度利用支援事業	38
	市社協	成年後見制度利用促進事業	38
		日常生活自立支援事業	39 } 40
		みまもりエンディングサポート事業	40
ねたきり状態で通院できない		在宅医療に関する相談	51
		歯科訪問診療	59
高齢者に関する軽減制度		バリアフリー改修住宅に対する固定資産税の減額	29
		下水道使用料の減免	31
		水道料金の減免	31 } 32
		65歳以上に対する施設使用料等の減免（個人利用）	76
		介護保険サービスの利用者負担軽減制度	49
		医療費控除（おむつ代・介護保険サービス）	81 } 82
身近な交流の場を知りたい		老人クラブ（ゆめクラブ相模原）	65 } 66
		ふれあい・いきいきサロン【市社協】	87

目 次

相 談 窓 口

市役所関係の窓口	8
身近な相談先	
地域包括支援センター	9
相模原救急医療情報センター	10
ホッと！あんしんダイヤル	11
高齢者あんしん相談ネットワーク	11
民生委員・児童委員	12
犯罪や重大な交通事故の被害に遭われたときは	12

トピックス・資料

ヘルプマーク・介護マーク	13
「さがみはら移動支援ブック」について	14
「障がいのある方のための福祉のしおり」について	14
さがみナビ（さがみはら みんなの地域情報ナビ）	15

消費生活・防犯・交通安全・防災

悪質な商法にご注意を！	16
特殊詐欺にご注意を！	17
運転免許証の自主返納について	17
災害時の避難情報について	18
防災情報の確認方法について	19
119番通報サービス	20
「住宅用火災警報器」の点検・交換をしましょう。	21

在宅福祉サービス

暮らしの中で困ったときは	
給食サービス	22
寝具乾燥消毒サービス	22
ねたきり高齢者出張理美容サービス助成	23
ねたきり高齢者等移送サービス利用助成	23
紙おむつ・尿とりパッドの支給	24
はり・きゅう・マッサージ施術料助成	25
高齢者向け補聴器購入費助成	25
介護をする方が病気になったら	
緊急一時入所事業	26
高齢の方のみの世帯などで不安なときは	
緊急通報サービス	26

電話訪問サービス	27
電話の貸与	27
電話リレーサービス・ヨメテル（文字表示電話サービス）	28
手話リンク	28
その他のサービス	
住宅改修相談	29
バリアフリー改修住宅に対する固定資産税の減額	29
介護予防事業送迎けんこう号	30
在日外国人高齢者等福祉給付金	30
粗大ごみ福祉ふれあい収集	30
下水道使用料の減免	31
水道料金の減免	31
郵便等による不在者投票制度	32
代理投票と点字投票	32
認知症のある方のために	
認知症とは	33
認知症のある方への接し方	33
認知症疾患医療センター	34
もの忘れ相談	34
認知症サポーター養成・ステップアップ講座	34
認知症高齢者・障害者等見守り検索サービス	35
認知症高齢者・障害者等 SOS ネットワークシステム （見守りシール事業含む）	35
認知症高齢者等の行方が分からなくなったときは	36

権 利 擁 護

高齢者虐待についての相談	37
成年後見制度利用支援事業	38
さがみはら成年後見・あんしんセンター	38

介 護 保 険

介護保険料	41
相談からサービス利用までの流れ	42
介護保険サービスを利用するには【要介護認定の申請】	42
介護保険で利用できるサービス	43
介護予防・日常生活支援総合事業（総合事業）	45
介護保険サービスの利用者負担	48
介護保険サービスの利用者負担軽減制度	49
市内のサービス付き高齢者向け住宅（※介護サービス事業所以外）	50
市内の介護サービス事業所一覧	50
老人ホームの種類と入所要件等（※介護サービス事業所以外）	50

保健・医療等

医療相談	51
在宅医療に関する相談	51
在宅医療・介護連携に関する相談	52
人生会議とは	52
各種検診	53
(特定)健康診査、後期高齢者健康診査を受けるには	54
健康相談	55
健康教育	56
保健師等による訪問指導	57
高齢者の予防接種(インフルエンザ、新型コロナ、肺炎球菌)	57
高齢者の予防接種(带状疱疹)	58
歯科訪問診療	59
要介護高齢者等歯科診療	59
福祉有償運送(移送サービス)	60
精神保健相談	61
アルコール・薬物・ギャンブルの相談	61
後期高齢者医療制度	61
ウィッグ等購入費の助成	64
がんピアサポート	64

敬老・生きがい

敬老事業	65
老人クラブ(ゆめクラブ相模原)	65
シルバー人材センター	66
地域活動支援事業	67
さがみはら・ふれあいハートポイント事業(介護支援ボランティア事業)	67
全国健康福祉祭(ねんりんピック)	67

学習の機会

市民大学(あじさい大学コース)	68
サークル会員募集中!	68
高齢者教養講座	69
高齢者を対象とした教養・健康講座事業等	69
高齢者学級	69

憩いと交流の場

老人福祉センター湊松園・若竹園、津久井老人福祉センター	70
津久井地域福祉センター	71
あじさい会館	72
新磯ふれあいセンター(れんげの里あらいそ)・東林ふれあいセンター	73
さがみ湖リフレッシュセンター	74
さがみはら北の丘センター(北市民健康文化センター)	74
市民健康文化センター	75

施設使用料等の減免

高齢者（65歳以上）に対する施設使用料等の減免（個人利用）	76
-------------------------------------	----

住宅・税金・年金

住 宅

高齢者向けの市営・県営住宅	77
セーフティネット住宅	78
あんしん賃貸支援事業	78
高齢者住まい探し相談会	78
生活福祉資金（住宅資金）貸付け	79

税 金

所得税、市民税・県民税	79
所得控除	80
おむつ代の医療費控除	82
介護保険と医療費控除	82

年 金

老齢基礎年金	83
--------------	----

社会福祉協議会

相模原市社会福祉協議会	85
ふれあいサービス	85
ふれあいデイホーム	85
福祉用具の貸出し	86
生活福祉資金	86
ボランティアセンター	86
ふれあい・いきいきサロン	87
福祉情報の提供	87
市社協の問合せ先	88
地域福祉の推進役！地区社会福祉協議会	89

その他

福祉に関するマークの紹介	90
--------------------	----

相 談 窓 口

市役所関係の窓口

問合せ・相談の内容によっては他の窓口や関係機関を案内することもありますのでご了承ください。

お住まいの区	窓口 / 所在地 (庁舎名)	班名 / 電話	高齢者の保健・福祉の相談 在宅福祉サービスの申請	介護予防に関する事	介護保険制度に関する事	介護保険制度に関する申請	介護サービス事業所の苦情相談	後期高齢者医療制度に関する事	国民年金相談	精神保健相談
緑 区	緑高齢・障害者相談課 緑区西橋本5-3-21 緑区合同庁舎3階	高齢福祉班 / 042(775)8812	○	○		○				
		精神保健福祉班 / 042(775)8811								○
	城山福祉相談センター 緑区久保沢1-3-1 城山総合事務所本館1階	042(783)8136	○			○		○		
	津久井高齢・障害者相談課 緑区中野613-2 津久井保健センター 1階	地域・高齢福祉班 / 042(780)1408	○	○		○		○		
		障害福祉班 / 042(780)1412								○
	相模湖福祉相談センター 緑区与瀬896 相模湖総合事務所2階	042(684)3215	○			○		○		
中 央 区	中央高齢・障害者相談課 中央区富士見6-1-1 ウェルネスさがみはら A 館1階	高齢福祉班 / 042(769)8349	○	○		○				
		精神保健福祉班 / 042(769)9806								○
	南高齢・障害者相談課 南区相模大野6-22-1 南保健福祉センター 高齢福祉班 (1階) 精神保健福祉班 (3階)	高齢福祉班 / 042(701)7704	○	○		○				
		精神保健福祉班 / 042(701)7715								○
	介護保険課 中央区富士見6-1-20 あじさい会館4階	【給付に関する事】 総務・給付班 / 042(707)7058			○					
		【保険料に関する事】 保険料班 / 042(769)8321			○					
		【要介護認定調査・審査判定に関する事】 認定班 / 042(769)8342			○					
南 区	高齢・障害者支援課 中央区富士見6-1-1 ウェルネスさがみはら B 館3階	高齢支援班 / 042(769)9249		○						
	福祉基盤課 中央区中央2-11-15 市役所本庁舎本館4階	高齢指定・指導班 / 042(769)9226					○			
	国保年金課 中央区中央2-11-15 市役所本庁舎本館1階	後期高齢班 (市後期高齢者医療コールセンター) 042(707)8787						○		
		年金班 / 042(769)8228							○	

身近な相談先

地域包括支援センター

内容の詳細
(市ホームページ)



問合せ先 お住まいの地区の地域包括支援センター

対 象 対象地域にお住まいの高齢の方やそのご家族など

名 称	電話番号	所 在 地	担当地区
橋本 地域包括支援センター	042(773)5812	緑区西橋本5-3-21 (緑区合同庁舎1階)	橋本地区
相原 地域包括支援センター	042(703)5088	緑区二本松3-4-7	相原地区
大沢 地域包括支援センター	042(760)1210	緑区大島1556 (特別養護老人ホーム中の郷ユニット型内)	大沢地区
城山 地域包括支援センター	042(783)0030	緑区久保沢1-3-1 (城山総合事務所本館1階)	城山地区
津久井 地域包括支援センター	042(780)5790	緑区中野966-5	津久井地区
相模湖 地域包括支援センター	042(684)9065	緑区与瀬896 (相模湖総合事務所1階)	相模湖地区
藤野 地域包括支援センター	042(686)6705	緑区小淵2000★ (藤野総合事務所4階)	藤野地区
小山 地域包括支援センター	042(771)3381	中央区宮下1-1-21	小山地区
清新 地域包括支援センター	042(707)0822	中央区中央1-9-14 ペアハイツ中央1階	清新地区
横山 地域包括支援センター	042(751)6662	中央区横山1-2-15 グリーンハイム1階	横山地区
中央 地域包括支援センター	042(730)3886	中央区千代田1-6-2 アスカマンション1-C号室	中央地区
星が丘 地域包括支援センター	042(758)7719	中央区千代田5-3-19	星が丘地区
光が丘 地域包括支援センター	042(750)1067	中央区光が丘2-18-87 (光が丘ふれあいセンター内)	光が丘地区
大野北第1 地域包括支援センター	042(704)9551	中央区淵野辺3-6-17 まいづるビル1階	大野北第1地区
大野北第2 地域包括支援センター	042(768)2195	中央区鹿沼台1-3-17 ヴィアーレ鹿沼台1-C	大野北第2地区
田名 地域包括支援センター	042(764)6831	中央区田名1262-5 D+STYLE 上田名ビル1階	田名地区
上溝 地域包括支援センター	042(760)7055	中央区上溝7-16-13	上溝地区

★令和8年9月中に藤野中央公民館(小淵1992)に移転予定。

(次のページに続く)

名 称	電話番号	所 在 地	担当地区
大野中 地域包括支援センター	042(701)0511	南区古淵3-28-1 ランバーパート6 1階	大野中地区
大沼 地域包括支援センター	042(705)5435	南区若松4-17-13 ソフィアビル1階	大沼地区
大野台 地域包括支援センター	042(758)8278	南区大野台5-25-10	大野台地区
大野南 地域包括支援センター	042(767)3701	南区相模大野3-1-33 丸徳ビル1階7号	大野南地区
上鶴間 地域包括支援センター	042(767)2731	南区上鶴間本町6-28-14	上鶴間地区
麻溝 地域包括支援センター	042(777)6858	南区下溝756-6 (三和麻溝店B館3階)	麻溝地区
新磯 地域包括支援センター	046(252)7646	南区新戸1716 (新戸デイサービスセンター内)	新磯地区
相模台第1 地域包括支援センター	042(767)3888	南区南台5-12-21 品田ビル1-A	相模台第1地区
相模台第2 地域包括支援センター	042(741)6665	南区麻溝台6-26-4 旭マンション1階	相模台第2地区
相武台 地域包括支援センター	046(206)5571	南区新磯野4-1-3 (相武台まちづくりセンター・公民館内)	相武台地区
東林第1 地域包括支援センター	042(740)7708	南区東林間5-5-1	東林第1地区
東林第2 地域包括支援センター	042(705)8278	南区松が枝町15-11 CLL エクセレンス松が枝Ⅰ 106号室	東林第2地区

地域包括支援センターは、休日や夜間でも緊急の相談などがある場合には対応いたします。ただし、地域包括支援センターは医療機関ではありませんので、休日・夜間に具合が悪くなったら、まず、かかりつけの医師に連絡をして受診してください。

連絡がつかない場合は、**相模原救急医療情報センター 電話042(756)9000**へ電話してください。ここでは、診療可能な医療機関をご案内します。

また、急な病気やケガをしたときに、「救急車を呼んだ方がいいのか」、「いまずぐ病院に行った方がいいのか」迷った際には、**かながわ救急相談センター 電話 #7119**へ電話してください。ただし、市外局番「042」の固定電話からは、直通番号045(232)7119または045(523)7119へ電話してください。

内容の詳細
「相模原救急医療情報センター」→
(市ホームページ)



内容の詳細
「かながわ救急相談センター」→
(県ホームページ)



ホッと!あんしんダイヤル

問合せ先 ホッと!あんしんダイヤル
0120-268-124(フリーダイヤル)
相談時間:月～金曜日 午後5時～翌日午前8時30分
土・日・祝日など 24時間

内容の詳細
(市ホームページ)



対象 高齢の方を介護している家族や高齢の方本人
内容 介護・健康・医療に関する相談に、看護師やケアマネージャーなどの資格を持つ専門の相談員が対応します。必要に応じて、市の支援窓口をご案内します。

費用 なし

手続き 上記問合せ先にお電話ください。匿名でも相談できます。

高齢者あんしん相談ネットワーク

問合せ先 高齢・障害者支援課
→相談窓口8ページへ

協力事業所が
掲示する看板▼ (市ホームページ)

対象 高齢の方およびその家族など
内容 ○市内の介護保険事業者が、介護保険の制度や介護の悩みなどについて相談を受けます。また、必要に応じ地域の専門相談機関である地域包括支援センターをご案内します。



○市の高齢の方に関するパンフレットや地域包括支援センターの地域情報誌などを配布いたします。

○高齢者あんしん相談ネットワーク協力事業所(注①)には看板(上記)が掲示されています。令和8年4月現在 106か所

注① 高齢者あんしん相談ネットワーク協力事業所は、特別養護老人ホームやグループホームなどの介護保険事業所のうち、申し出があった事業所です。同協力事業所は、市ホームページに掲載し、随時更新します。

費用 なし

手続き 各協力事業所へお問合せください。

※相談対応時間は事業所により異なります。事前に事業所へご確認ください。

民生委員・児童委員

問合せ先 生活福祉課 電話042(851)3170

対 象 どなたでも

内 容 地域における福祉を推進するために活動している方々で、地域の皆さんの福祉に関わる相談を受け、市をはじめ関係行政機関の行っているサービスの紹介やこれらの機関への連絡などを行っています。

費 用 なし

手続き お住まいの地区の民生委員・児童委員をお知りになりたいときは、上記問合せ先にお問合せください。

内容の詳細
(市ホームページ)



犯罪や重大な交通事故の被害に遭われたときは

問合せ先 犯罪被害者等ワンストップ相談・支援窓口 電話042(769)1397

対 象 犯罪被害に遭われた方やそのご家族など

内 容 犯罪被害者等ワンストップ相談・支援窓口では、被害後に直面する様々な問題について、必要な情報や支援制度などをご案内します。犯罪被害に遭い、お困りの方はひとりで悩まずにご相談ください。

費 用 なし

手続き 詳しくは、上記問合せ先にお問合せください。

トピックス・資料

ヘルプマーク・介護マーク

問合せ先 緑高齢・障害者相談課 城山福祉相談センター
 津久井高齢・障害者相談課 相模湖福祉相談センター
 中央高齢・障害者相談課 藤野福祉相談センター
 南高齢・障害者相談課 →相談窓口8ページへ

【ヘルプマーク】

対 象 義足や人工関節を使用している方、内部障害や難病の方、認知症のある方、妊娠初期の方など、外見から分からなくても援助や配慮を必要としている方

内 容 対象の方が、周囲の人に配慮を必要としていることを知らせることで、援助を得やすくなるように作成されたマークです。そのまま鞆などにつけるほか、カードケースなどに入れて使用することもできます。

費 用 なし

手続き 上記問合せ先や地域包括支援センター（9～10ページ）で配布しています。

ヘルプマーク



内容の詳細
（市ホームページ）



【介護マーク】

対 象 高齢の方などの介護をされている方で、マークの趣旨をご理解いただいた方

内 容 対象の方が介護中であることを周囲に理解していただくための「介護マーク」の配布を行うとともに、市ホームページなどをとおして本マークの普及を図っています。

<使用場面の例>

- 介護していることを周囲にさりげなく知ってもらいたいとき
- 病院で診察室に入る際、一見介助が不要に見えるのに2人で入室するとき
- 男性介護者が女性用下着を購入するとき
- 駅やサービスエリアなどのトイレで付き添うとき など

費 用 なし

手続き 上記問合せ先や各地区の地域包括支援センター（9～10ページ）で配布しています。

介護マーク



内容の詳細
（市ホームページ）



「さがみはら移動支援ブック」について

問合せ先 交通政策課 電話042(769)1395

対 象 どなたでも

内 容 日常生活において、公共交通をはじめ今ある身近な移動手段を上手に使っていただくため、お住まいの地域で利用できる移動手段やその使い方などの情報をまとめたものです。

【主な掲載内容】

- 路線バスなどの公共交通を補完する「コミュニティ交通」について
- 地域への「移動手段の導入」について
- 「津久井地域で利用可能な移動手段」について など

費 用 なし

手続き 上記問合せ先、各まちづくりセンター・出張所や市ホームページ（二次元コード）でご覧ください。



見本
令和7年度版

内容の詳細
(市ホームページ)



「障がいのある方のための福祉のしおり」について

問合せ先 高齢・障害者福祉課
電話042(707)7055

対 象 新たに手帳を取得された方や、障がいのある方とそのご家族の方

内 容 障がいのある方のための各種サービスや制度の内容を紹介するために毎年作成しているものです。

【主な掲載内容】

- 相談窓口
- 障害者手帳の交付について
- 医療費の助成について
- 補装具や日常生活用具などの給付について
- 手当や各種福祉サービスについて など

費 用 なし

手続き 次の配布場所または市ホームページ（二次元コード）でご覧ください。

【配布場所】

- 緑高齢・障害者相談課
- 津久井高齢・障害者相談課
- 中央高齢・障害者相談課
- 南高齢・障害者相談課
- 城山福祉相談センター
- 相模湖福祉相談センター
- 藤野福祉相談センター
- 高齢・障害者福祉課



見本
令和7年度版

内容の詳細
(市ホームページ)



さがみんナビ(さがみはら みんなの地域情報ナビ)

問合せ先 地域包括ケア推進課 電話042(769)9222

対 象 どなたでも

内 容 地域の活動や取組などがつながり、連携することができるよう、地域の情報をまとめ、共有するためのサイトです。

市内の地域情報を、キーワードや地区名、住所などから検索することができます、必要なサービスなどにつながりやすくなります。

費 用 なし

手続き 「さがみんナビ」ホームページ(二次元コード)でご覧ください。

内容の詳細
(さがみんナビ)



消費生活・防犯・交通安全・防災

悪質な商法にご注意を！

内容の詳細
(市ホームページ)



問合せ先 消費生活総合センター 電話042(775)1770
消費者ホットライン 188(いやや) ※市外局番なし

対 象 どなたでも

内 容 商品・サービスの契約トラブルや製品事故など、消費生活に関するこのお困りごとに、専門の相談員がアドバイスします。

受付時間 【月～金】午前9時～午後4時(第2・4金曜日は午前9時～午後6時)

【土日祝日】午前9時～正午 午後1時～午後4時

※年末年始はお休みです。

※中央区・南区の市民相談室からインターネット回線を通したオンライン面談も可能です。

(平日のみ、要予約)



費 用 なし

手続き 上記問合せ先にお問合せいただくか、直接お越しください。

～こんな言葉や出来事に気を付けて！～

あやしい！と少しでも感じたら、消費生活総合センターへご相談を！！

屋根が浮いているので、
このままだと
雨漏りしますね。
修理が必要です！



無料のガス点検に来ました。
給湯器が劣化していますね！

不要なものを何でも
買い取ります！
アクセサリを見せて
くれませんか？



有名人がSNSで、
絶対もうかる投資のノウハウを
教えてくれる！



化粧品の定期購入で、
〇回以上購入しなければ
解約できなかった！



通販サイトなどから支払い方法
に問題があり情報更新するよう
メールが来た！

PCから警告音が鳴り、
画面にウイルス感染の
表示が出た！



イラスト提供・神奈川県2013

特殊詐欺にご注意を！

内容の詳細
(警察庁特殊詐欺対策特設ページ)



問合せ先 交通・地域安全課 電話042(769)8229

対 象 どなたでも

内 容 電話やSNSで家族や警察官などになりすまし、「お金を要求する」、「ATMに誘い出す」、「キャッシュカードを預かる」などは詐欺です。また、SNSで著名人などを騙り、投資を促す詐欺や、「+」から始まる国際電話番号を利用した詐欺が増えています。

●スマートフォン⇒警察庁推奨アプリ

●固定電話⇒国際電話不取扱受付センター

で対策を行い、すぐに警察や家族などに相談をしましょう。

犯人は、証拠となる声を録音されることを嫌い、在宅時でも留守番電話を設定することや、迷惑電話防止機器の設置が効果的です。市では迷惑電話防止機能付き電話機などの購入費の補助を行っています。(※65歳以上の方)

※被害に遭われた方の多くは、詐欺のことは知っていても、犯人の話に騙され被害に遭われています。

費 用 なし

手続き 詳しくは、上記問合せ先にお問合せください。

運転免許証の自主返納について

問合せ先 交通・地域安全課 電話042(769)8229

対 象 高齢の方や自動車の運転に不安のある方

内 容 ブレーキとアクセルの踏み間違いや、信号機の見落としなど、身体機能の変化による誤った運転操作で、高齢ドライバーによる重大な交通事故が増えています。

運転に不安を感じたら、家族や警察に相談しましょう。

費 用 なし

手続き 詳しくは、上記問合せ先にお問合せください。

災害時の避難情報について

問合せ先 危機管理統括部 電話042(707)7044

対 象 どなたでも

内 容 災害の危険が迫って避難が必要になった場合には、次の避難情報が発令されます。各情報に応じた避難行動を取るとともに、身の危険を感じた時は早め早めに避難しましょう。

内容の詳細
(市ホームページ)



警戒レベル	避難情報	発令時の状況	対象	市民などが取るべき行動
5	緊急安全確保	災害発生 または 切迫している状況	全員	命の危険が迫っていることから、直ちに身の安全を確保する必要があります。身の安全を可能な限り確保するため、少しでも浸水しにくい高い場所や崖から離れた部屋など安全な場所に直ちに移動することなどが必要です。
4	避難指示	災害のおそれが高い状況		危険な場所から避難する必要があります。
3	高齢者等避難	災害のおそれがある状況	避難に時間がかかる方 (高齢の方や障がいのある方など)	

避難する場合は、その場を離れ安全な場所に移動する「立退き避難」が基本となります。ただし、次の3つの条件が満たされている場合は、居住者などが自らの判断で、上階への移動や高層階に留まる「屋内安全確保」という避難行動をとることも可能です。

1. 自宅・施設などが家屋倒壊など氾濫想定区域に入っていないこと。
2. 自宅・施設などに浸水しない居室があること。
3. 自宅・施設などが一定期間浸水することにより生じる支障（食料などの確保が困難。電気などが使用できなくなる。）を許容できること。

費 用 なし

手続き 併せて、上記問合せ先にお問合せいただくか、市ホームページ（二次元コード）で防災に関する各種マップをご覧ください。

防災情報の確認方法について

問合せ先 危機管理統括部 電話042(707)7044

対 象 どなたでも

内 容 ひばり放送で発信する防災情報などの内容は、次の方法で確認できます。

費 用 通信費

手続き ○テレビ神奈川(t v k)のデータ放送

【確認方法】

- ①テレビ神奈川(3CH)にチャンネルを合わせます。
- ②リモコンの **[d]** ボタンを押しデータ放送を表示します。

○ひばり放送テレホンサービス

【確認方法】

電話050(1807)3388 にダイヤルします。

○防災メール

【登録方法】

- ①新規登録用メールアドレス
(sagamihara@cousmail-entry.cous.jp) に空メールを送信します。
- ②自動返信されたメール本文に記載の URL から配信項目や地域などを設定します。

内容の詳細
「防災メール」
(市ホームページ)



○市公式 LINE

【登録方法】

- ①相模原市公式アカウントを友だち追加します。
- ②トーク画面から「受信設定」を選択します。
- ③表示されたメニューから「防災」を選択します。
- ④「ひばり放送」、「重要なお知らせ」を選択し、最後に「登録」を選択します。

内容の詳細
「市公式 LINE」
(市ホームページ)



※ LINE を使用していない携帯電話ではご利用できません。

119 番通報サービス

問合せ先 指令課 電話042(751)9111 FAX042(751)9284

対 象 音声による119番通報が困難な方

内 容 火災や救急などの際、携帯電話やパソコン、FAX を使用して、音声によらない119番通報をすることができます。

①メール119

携帯電話やパソコンのEメールを利用して、「火災」や「救急」などの緊急通報を行い、消防車や救急車の要請ができます。

※ご利用を希望される場合は事前登録が必要です。

内容の詳細
「メール119」
(市ホームページ)



②FAX119

FAX を利用して「火災」や「救急」などの緊急通報を行い、消防車や救急車の要請ができます。

利用方法：1. ご自宅などのFAXを使用します。

2. 必須項目を記載した用紙をセットします。

3. 「119」をダイヤルして送信してください。

内容の詳細
「FAX119」
(市ホームページ)



必須項目

①災害場所(住所、目標物)

②通報者の氏名、FAX 番号

③何が起きたのか(火災? 救急?)

④災害の内容(何が燃えているのか)(どこが痛いのか)

⑤手話通訳者の派遣希望 ※状況により、派遣できない場合があります。

③NET119

スマートフォンなどの携帯端末から画面をタップしていく簡単な操作で「火災」や「救急」などの災害情報や通報場所を伝え、消防車や救急車の要請ができます。

※ご利用を希望される場合は事前登録が必要です。

内容の詳細
「NET119」
(市ホームページ)



費 用 なし

手続き 上記問合せ先にお問合せください。

「住宅用火災警報器」の点検・交換をしましょう。

問合せ先 予防課 電話 042(751)9117

対 象 どなたでも

内 容 大切な命を守るため、消防法と火災予防条例により、すべての住宅に「住宅用火災警報器」の設置が義務付けられています。

住宅用火災警報器が適切に機能するためには維持管理が大切です。「いざ」というときにきちんと作動するよう、日頃からの点検と設置から10年が経過した住宅用火災警報器の交換をお願いします。

内容の詳細
(市ホームページ)



住宅用火災警報器

※身体障害者手帳等級1級・2級の方、知的障がい児者で障がい程度が最重度・重度の方や精神障害等級1級・2級の方がいる世帯は、日常生活用具給付事業で住宅用火災警報器の給付が受けられます。詳しくは各高齢・障害者相談課または各福祉相談センター(8ページ)へお問合せください。

費 用 なし

手続き 上記問合せ先にお問合せください。

在宅福祉サービス

市が実施している介護保険以外の在宅福祉サービスなどについてご紹介します。サービスを利用するには、一部のサービスを除き、市または地域包括支援センターの訪問調査が必要です。地域包括支援センターについての詳細は、9～10ページをご覧ください。

暮らしの中で困ったときは

給食サービス

- 問合せ先** 緑高齢・障害者相談課 城山福祉相談センター
津久井高齢・障害者相談課 相模湖福祉相談センター
中央高齢・障害者相談課 藤野福祉相談センター
南高齢・障害者相談課 →相談窓口8ページへ
- 対 象** 在宅の60歳以上で、介護保険の要介護・要支援認定または基本チェックリストに該当する方のうち、ひとり暮らしや高齢の方のみの世帯で、食事の支度をするのが困難であり、食事の提供も受けられない方
- 内 容** 週4回（月・火・木・金）以内で夕食（城山・津久井・相模湖・藤野地区は昼食）をご自宅へお届けします。
- 費 用** 1食当たり500円
- 手続き** 上記の問合せ先または地域包括支援センター（9～10ページ）でお申込みください。

内容の詳細
（市ホームページ）



寝具乾燥消毒サービス

- 問合せ先** 緑高齢・障害者相談課 城山福祉相談センター
津久井高齢・障害者相談課 相模湖福祉相談センター
中央高齢・障害者相談課 藤野福祉相談センター
南高齢・障害者相談課 →相談窓口8ページへ
- 対 象** 在宅の65歳以上で、介護保険の要介護1から5の認定を受けている、ねたきり、認知症、ひとり暮らしや高齢者のみの世帯のうち、地域包括支援センターなどによる調査によって必要が認められる方
- 内 容** 事業者が家庭を訪問し、寝具（掛布団、敷布団、毛布）をお預かりして、クリーニング（水洗い乾燥消毒）を年6回行います。
- 費 用** なし
- 手続き** 上記の問合せ先または地域包括支援センター（9～10ページ）でお申込みください。

内容の詳細
（市ホームページ）



ねたきり高齢者出張理美容サービス助成

- 問合せ先** 緑高齢・障害者相談課 城山福祉相談センター
 津久井高齢・障害者相談課 相模湖福祉相談センター
 中央高齢・障害者相談課 藤野福祉相談センター
 南高齢・障害者相談課 →相談窓口8ページへ
- 対 象** 在宅の65歳以上で、介護保険の要介護4・5の認定を受けているねたきりの方
- 内 容** ねたきりで、理髪店または美容院に行くことが困難な高齢の方に、理容師・美容師の出張料金と理美容代の一部を助成します。
 助成券(1枚3,000円)は年間最大6枚(年度途中の申請では、申請月から2か月当たり1枚)交付します。
 ※助成券は当年度末まで有効です。翌年度は新たに申請が必要です。
- 費 用** 助成額を超える額
- 手続き** 上記の問合せ先または地域包括支援センター(9～10ページ)でお申込みください。

内容の詳細
(市ホームページ)



ねたきり高齢者等移送サービス利用助成

- 問合せ先** 緑高齢・障害者相談課 城山福祉相談センター
 津久井高齢・障害者相談課 相模湖福祉相談センター
 中央高齢・障害者相談課 藤野福祉相談センター
 南高齢・障害者相談課 →相談窓口8ページへ
- 対 象** 在宅で介護保険の要介護3～5の認定を受け(要介護3の方は地域包括支援センターの調査により対象と認められる方のみ)、ストレッチャー、車いすなどにより、居室と移送車両間の全介助を要する方
 ※生活保護制度利用者、在宅重度障がい者など福祉タクシー利用券・自動車燃料給油券の交付を受けている方を除く
- 内 容** ねたきりなどのために全介助を伴う移送サービスに要する料金を一部助成します。
 助成券は、課税状況により交付枚数が異なります。
 ※助成券は、当年度末まで有効です。翌年度以降は、新たに申請が必要です。
- ①市民税非課税世帯
 1枚1,000円の利用券を年間最大96枚(年度途中の申請では申請月から1か月当たり8枚)交付します(利用は1回8枚まで)。
- ②その他世帯
 1枚1,000円の利用券を年間最大60枚(年度途中の申請では申請月か
- (次のページに続く)

内容の詳細
(市ホームページ)



ら1か月当たり5枚) 交付します(利用は1回5枚まで)。

費用 助成額を超える額

※介護タクシーの利用料金は、運賃のほかに介助料金と機材使用料(車いすスロープ・ストレッチャーなどの使用料)などが含まれます。各タクシー事業者で料金が異なるので、ご利用の際にタクシー事業者にお問合わせください。

手続き 上記の問合せ先または地域包括支援センター(9～10ページ)でお申込みください。

紙おむつ・尿とりパッドの支給

問合せ先 緑高齢・障害者相談課 城山福祉相談センター
津久井高齢・障害者相談課 相模湖福祉相談センター
中央高齢・障害者相談課 藤野福祉相談センター
南高齢・障害者相談課 →相談窓口8ページへ

内容の詳細
(市ホームページ)



対象 在宅のねたきりや認知症の高齢の方などで、介護保険の要介護4・5の認定を受けている方またはおむつ以外での排泄が困難と認められる方(介護保険施設や病院、有料老人ホームなどに入っている方を除く)
※本人および本人の属する世帯に市民税が課税(均等割のみ課税を除く)されている方がいる場合は対象となりません。
※生活保護制度利用者は対象となりません。

内容 対象となる方に、年6回(奇数月)、紙おむつや尿とりパッドを支給します。

紙おむつなどの種類	単品時の支給枚数	おむつとパッド併用時の支給枚数
フラット型紙おむつ	120 枚程度	90 枚程度
テープ型紙おむつ	60 枚程度	40 枚程度
パンツ型紙おむつ	60 枚程度	40 枚程度
子供用テープ型紙おむつ	120 枚程度	併用できません
尿とりパッド	150 枚程度	90 枚程度

費用 なし

手続き 上記の問合せ先または地域包括支援センター(9～10ページ)でお申込みください。
支給月(奇数月)の前月末日が申請締切です。

はり・きゅう・マッサージ施術料助成

問合せ先	緑高齢・障害者相談課 津久井高齢・障害者相談課 中央高齢・障害者相談課 南高齢・障害者相談課	城山福祉相談センター 相模湖福祉相談センター 藤野福祉相談センター →相談窓口8ページへ	内容の詳細 (市ホームページ) 
対 象	在宅で75歳以上の方(当年度中に75歳に到達される方を含む。ただし、75～79歳は所得要件あり) ※所得要件：世帯全員の市民税が非課税または均等割課税のみの場合に対象		
内 容	はり・きゅう・マッサージの施術料を一部助成します。助成券(1枚1,000円)は、年間最大12枚(年度途中の申請は、申請月から1か月当たり1枚)交付します。 ※保険診療費には利用できません。 ※助成券は、当年度末まで有効です。翌年度以降は、新たに申請が必要です。		
費 用	助成額を超える額		
手続き	上記の問合せ先または地域包括支援センター(9～10ページ)でお申込みください。		

高齢者向け補聴器購入費助成

問合せ先	緑高齢・障害者相談課 津久井高齢・障害者相談課 中央高齢・障害者相談課 南高齢・障害者相談課	城山福祉相談センター 相模湖福祉相談センター 藤野福祉相談センター →相談窓口8ページへ	内容の詳細 (市ホームページ) 
対 象	次のすべてに該当する方 ①介護予防事業などへの参加とアンケートに回答できる在宅の65歳以上(当年度中に65歳になる方を含む) ②本人が市民税非課税 ③補聴器を使う必要があると、医師から証明が得られる ④身体障害者手帳(聴覚障がい)を持っていない、または対象でない		
内 容	アンケートや介護予防事業への参加などを要件に、在宅の65歳以上の方に補聴器の購入費を助成します。(上限2万円、1人1回限り)		
費 用	助成額を超える額		
手続き	上記の問合せ先または地域包括支援センター(9～10ページ)でお申込みください。 なお、手続きにあたっての注意事項は次のとおりです。 ・補聴器を購入する前に申請が必要です。 ・助成対象は、補聴器本体の購入費用となります。 (集音器や付属品、修理費用やリース費用などは助成の対象外)		

介護をする方が病気になったら

緊急一時入所事業

- 問合せ先** 緑高齢・障害者相談課 城山福祉相談センター
 津久井高齢・障害者相談課 相模湖福祉相談センター
 中央高齢・障害者相談課 藤野福祉相談センター
 南高齢・障害者相談課 →相談窓口8ページへ
- 対 象** 在宅の60歳以上で、要件に該当する方
- 内 容** 介護者の入院などにより介護ができない場合に、高齢の方を特別養護老人ホームなどで一時的にお預かりします。なお、介護保険の要介護・要支援認定を受けている方は、介護保険サービスを先に利用していただきます。
- 利用期間は、サービスが必要となった事由が初めて発生した月から起算して6か月以内で、かつ月7日以内を原則とします。
- 契約施設での利用となります。
- 費 用** 施設利用料、滞在費、食事代が必要。料金は所得や身体の状態により異なります。
- 手続き** 上記の問合せ先または地域包括支援センター(9～10ページ)にお問合せください。

高齢の方のみの世帯などで不安なときは

緊急通報サービス

- 問合せ先** 緑高齢・障害者相談課 城山福祉相談センター
 津久井高齢・障害者相談課 相模湖福祉相談センター
 中央高齢・障害者相談課 藤野福祉相談センター
 南高齢・障害者相談課 →相談窓口8ページへ
- 対 象** 在宅で、次のいずれかにあてはまる、緊急通報サービスの必要が認められる方
- ①65歳以上のひとり暮らしの高齢の方と高齢の方のみの世帯
 - ②ひとり暮らしで重度の身体障がいがある方と重度の身体障がいがある方のみの世帯
 - ③心身が虚弱、傷病のため、急変の可能性がある状態と認められる65歳以上の高齢の方または重度の身体障がいがある方がいる世帯
- 内 容** 在宅中の急病などの緊急時に、押しボタンで自動的に119番通報することができる装置をご自宅に設置します。この際、事前にかかりつけ医や家族などの連絡先などの情報を登録しておくことで、通報があっ

内容の詳細
(市ホームページ)



た場合、すみやかに適切な対応ができるようにします。

費用 緊急通報装置のレンタル料 (NTT のアナログ電話・ひかり電話は毎月約400円、それ以外は毎月約1,600円)

装置の設置費用は所定の工事費のみ市が負担します (初回のみ)。

工事内容によっては自己負担が生じる場合があります。

※ KDDI の「ホームプラス」・ソフトバンクの「おとくライン・おうちのでんわ」など利用できない回線があります。

手続き 「緊急通報サービス」の問合せ先 (26ページ) または地域包括支援センター (9～10ページ) でお申込みください。

電話訪問サービス

問合せ先 緑高齢・障害者相談課 城山福祉相談センター
津久井高齢・障害者相談課 相模湖福祉相談センター
中央高齢・障害者相談課 藤野福祉相談センター
南高齢・障害者相談課 →相談窓口8ページへ

内容の詳細
(市ホームページ)



対象 在宅で、次のすべてにあてはまる方

①60歳以上のひとり暮らしの高齢の方または高齢の方のみの世帯

②心身が虚弱・傷病などで、常時注意が必要な方

内容 週1回以上、安否確認と生活や健康に関する相談のために、地域包括支援センターから電話をします。

費用 なし

手続き 上記の問合せ先または地域包括支援センター (9～10ページ) でお申込みください。

電話の貸与

問合せ先 緑高齢・障害者相談課 城山福祉相談センター
津久井高齢・障害者相談課 相模湖福祉相談センター
中央高齢・障害者相談課 藤野福祉相談センター
南高齢・障害者相談課 →相談窓口8ページへ

内容の詳細
(市ホームページ)



対象 在宅で、次のすべてにあてはまる方

①65歳以上のひとり暮らしの高齢の方または高齢の方のみの世帯

②市民税非課税世帯 (生活保護制度利用世帯を含む)

③現に電話 (携帯電話などを含む) をお持ちでない世帯

内容 電話を貸与し、毎月の基本料などを市が負担します。

費用 毎月の通話料は、利用者負担になります。

手続き 上記の問合せ先または地域包括支援センター (9～10ページ) でお申込みください。

電話リレーサービス・ヨメテル（文字表示電話サービス）

	電話リレーサービス	ヨメテル（文字表示電話サービス）
問合せ先	カスタマーセンター 受付時間 9:30-17:00(年末年始を除く) 電話 0120-528-071 FAX 03(6275)0913 メール・手話・文字チャットでの 問合せも可	カスタマーセンター 受付時間 9:30-17:00(年末年始を除く) 電話 0120-328-123 メール・文字チャット・ビデオ通 話での問合せも可
対 象	聴覚や発話に困難のある方、加齢などで後天的に耳が聞こえにくい方など	自分の声で話すことができるが、相手の声が聞こえにくい方など
内 容	通訳オペレーターが「手話」または「文字」と「音声」を通訳することにより電話で双方向につながるサービスです。	自分の声で相手先に伝え、相手先の声を最新のAI(自動音声認識)または文字入力オペレーターが文字にして伝えてもらうサービスです。
ホーム ページ		
費 用	①通話料または②通話料＋月額料の料金プランから選択	
手続き	利用には事前登録が必要です。詳細は各サービスのホームページへ	

手話リンク(令和8年7月開始)

問合せ先 高齢・障害者支援課 →相談窓口8ページへ

対 象 聴覚や発話に困難のある方など

内 容 スマートフォンなどから市役所に手話で電話できます。

利用方法 相模原市役所ホームページのフッターにある専用アイコンをクリックするとビデオ通話が繋がります。事前登録は不要です。

費 用 なし（インターネット通信料は自己負担）

その他のサービス

住宅改修相談

- 問合せ先** 中央高齢・障害者相談課 →相談窓口8ページへ
次の各課でも出張による相談をお受けします。
緑高齢・障害者相談課 城山福祉相談センター
津久井高齢・障害者相談課 相模湖福祉相談センター
南高齢・障害者相談課 藤野福祉相談センター
- 対 象** 高齢や身体の障がいなどにより住宅の改修段差解消、手すりの取付けなどを検討している方
- 内 容** 住宅改修相談員が、改修方法や内容などの相談をお受けします。
- 受付時間** 午前9時～正午、午後1時～4時
- 費 用** なし
- 手続き** 出張による相談については、事前に中央高齢・障害者相談課へご予約ください。

内容の詳細
(市ホームページ)



バリアフリー改修住宅に対する固定資産税の減額

- 問合せ先** 資産税課 家屋評価第1班 電話042(769)8224
- 対 象** 65歳以上の方、要介護または要支援の認定を受けている方などが居住する住宅（賃貸住宅を除く）
- 内 容** 新築から10年以上経過した、一定の面積要件を満たす、高齢の方などが居住する住宅について、令和13年3月31日まで
に下記のバリアフリー改修工事を行い、工事完了から3か月以内に申告
があった場合、翌年度分の家屋にかかる固定資産税の3分の1に相当する額（居住面積100㎡まで）が、減額されます。
※すでにこの減額の適用を受けたことのある家屋は対象になりません。

内容の詳細
(市ホームページ)



◎適用されるバリアフリー改修工事

（次の1を満たす、2(1)～(8)の工事）

- 1 バリアフリー改修工事費の補助金などを除く自己負担額が50万円を超える
- 2

(1) 廊下または出入口の拡幅	(2) 階段の勾配緩和
(3) 浴室の改良	(4) トイレの改良
(5) 手すりの取り付け	(6) 床の段差解消
(7) 出入口の戸の改良	(8) 床の滑り止め化

- 手続き** 上記問合せ先にお問合せいただくか、市ホームページ（二次元コード）をご覧ください。

介護予防事業送迎けんこう号

- 問合せ先** 相模湖福祉相談センター →相談窓口8ページ
- 対 象** 津久井地域の在宅の高齢の方(65歳以上)などで構成される5名以上の団体
- 内 容** 介護予防の推進のため、津久井地域に居住する高齢者などで構成された団体の介護予防事業への参加とその前後に行う買い物を支援する「介護予防事業送迎けんこう号」を運行します。
 ※1利用団体につき1月に1日(3台)まで
 ※身体機能維持のため利用者の年齢、体力を考慮し、おおむね30分以上の運動を実施してください。
- 運行範囲** 相模原市緑区の津久井地域(城山地区、津久井地区、相模湖地区、藤野地区)とその周辺(津久井地域から直線距離でおおむね3km以内)
- 運行日** 月曜日～金曜日(祝日および年末年始を除く)
- 運行時間** 午前9時～午後4時30分
- 運行車両** ワゴン車(1台の利用者の乗車は8人まで)
- 費 用** 送迎にかかる負担はありません。(買い物の代金や駐車場の料金などは利用者負担となります。)
- 手続き** 利用を希望される方は、事前に上記問合せ先にお問合せください。

内容の詳細
(市ホームページ)



在日外国人高齢者等福祉給付金

- 問合せ先** 緑高齢・障害者相談課 城山福祉相談センター
 津久井高齢・障害者相談課 相模湖福祉相談センター
 中央高齢・障害者相談課 藤野福祉相談センター
 南高齢・障害者相談課 →相談窓口8ページへ
- 対 象** 1年以上市内在住の大正15年(1926年)4月1日以前に生まれた在日外国人など
- 内 容** 国民年金を受給するために必要な要件を制度上満たすことのできなかった方に、月額20,000円の福祉給付金を支給します。
- 手続き** 上記の問合せ先または地域包括支援センター(9～10ページ)にお問合せください。

内容の詳細
(市ホームページ)



粗大ごみ福祉ふれあい収集

- 問合せ先** 粗大ごみ受付事務所 電話042(774)9933
- 対 象** ひとり暮らしで次の①～③のいずれかにあてはまる方、または、世帯全員が次の①～③のいずれかにあてはまる方で、建物外に粗大ごみを

運び出すことが困難な状態にある方

①65歳以上の高齢の方

②介護保険の要介護（要支援）認定を受けている方

③身体障害者手帳の交付を受けている方など

内 容 粗大ごみの処分にあたり、ご本人に代わって市が粗大ごみを建物外へ運び出し、処理します。

※粗大ごみごとに収集運搬手数料がかかります。

※収集までに日数がかかる場合があります。（2か月前から受付可能）

※運び出しにあたって解体などを必要とするものや、作業員2人で持ち上げることが困難な重量・形状のものは対応できません。

費 用 収集運搬手数料 ※粗大ごみごとに異なります

手続き 粗大ごみ戸別収集を申込む際に上記問合せ先にお問合せください（電話受付のみ）。

下水道使用料の減免

問合せ先 下水道料金課 電話042(769)8376

対 象 介護保険被保険者証（要介護状態区分4・5）をお持ちの方が在宅されている世帯

内 容 下水道使用料（公共下水道、農業集落排水処理施設、市設置高度処理型浄化槽）の「基本額および基本額に係る消費税等相当額」が減免されます。

手続き 申請手続きが必要です。申請書に、介護保険被保険者証の写しを添付のうえ、窓口または郵送にて、上記問合せ先にご提出ください。

内容の詳細
（市ホームページ）



水道料金の減免

問合せ先 相模原水道営業所

電話042(755)1132（代）音声案内2

電話042(755)9420（料金担当直通）

相模原南水道営業所 電話042(745)1111

津久井水道営業所 電話042(784)4822（代）音声案内3

※市営簡易水道（緑区青根、名倉・牧野の一部）についても水道料金の減免制度があります。詳細は、津久井下水道事務所簡易水道班 電話042(687)5504にお問合せください。

対 象 次のいずれかに該当する世帯

①介護保険被保険者証（要介護状態区分4・5）をお持ちの方がいる世帯

②遺族基礎年金受給世帯 ※遺族厚生年金とは別ですのでお気を付けく

（次のページに続く）

内容の詳細
（県営水道ホームページ）



ださい。

③身体障害者手帳(1級・2級)をお持ちの方がいる世帯など

内 容 水道料金のうち、「口径(水道メータの大きさ)25ミリメートル以下の基本料金と1か月あたりの使用水量8立方メートルまでの従量料金との合計に消費税等相当額を加えた額」が減免されます。

※転居した場合(市内・市外ともに)は再度、減免申請が必要になります。

※減免適用は、水道営業所が減免申請書を受付した日の翌月以降、最初に行う量水器の点検に係る月分の水道料金から対象になります。

手続き 手帳などの資格証明書類と上下水道使用量のお知らせなどお客様番号を確認できるものを持って、上記問合せ先の窓口にお越しください。郵送申請や電子申請も可能です。

郵便等による不在者投票制度

問合せ先 緑区選挙管理委員会事務局 電話042(775)8820
中央区選挙管理委員会事務局 電話042(769)9259
南区選挙管理委員会事務局 電話042(749)2117

内容の詳細
(市ホームページ)



対 象 ①介護保険の要介護状態区分が「要介護5」の方
②身体障害者手帳または戦傷病者手帳の障害の程度が該当する方

内 容 郵便などにより、自宅などで不在者投票ができます。

手続き (1) 郵便等投票証明書の交付手続き
介護保険の被保険者証もしくは身体障害者手帳または戦傷病者手帳(いずれも写し可)を添えて、上記問合せ先に交付申請書(本人の署名が必要)を提出してください。
(2) 投票用紙などの請求手続き
各選挙の投票日の4日前の午後5時まで(必着)に郵便等投票証明書と投票用紙等請求書(代理記載の申請以外は本人署名が必要)を提出してください。

代理投票と点字投票

問合せ先 緑区選挙管理委員会事務局
中央区選挙管理委員会事務局
南区選挙管理委員会事務局(連絡先などは上記のとおり)

内容の詳細
(市ホームページ)



対 象 ①代理投票：病気やけがなどの理由で文字を書くことが困難な方

②点字投票等：目の不自由な方

内 容 ①：各選挙投票日に投票所の従事者が本人に代わって投票用紙に記載します。

- ②：点字器（投票所に用意）を使用し、点字による投票ができます。
弱視の方など、投票用紙の記入欄が見えにくい方には、記入補助
具を用意しています。

手続き 各選挙投票日に投票所の従事者にお声がけください。

認知症のある方のために

認知症とは

認知症とは、さまざまな原因で脳の動きに不都合が生じ、記憶力や理解力、判断力などが低下し、日常生活に支障をきたす状態をいいます。

【早期理解・早期対応が大切です】

認知症のようにみえる症状でも、回復する可能性のある疾患などが原因となっていることもあり、早期に鑑別診断をし、治療することが大切です。体調を整えたり、周囲の人が対応を工夫することで行動・心理症状を予防し、支援や環境調整により、本人が役割を持ち、張り合いのある生活が送れるようになります。

認知症のある方への接し方

誰もが認知症になる可能性があります。認知症になると、これまでできていたことが、うまくできなくなったり、時間がかかるようになりますが、自尊心や感情がなくなるわけではありません。病気の原因や症状を理解した上で、自分だったらどうするか、どうして欲しいかを考えましょう。

次の4つの「ない」、7つのポイント」を参考に、さりげなく自然に接することが大切です。

<4つの「ない」>

- ①驚かせない
- ②急がせない
- ③自尊心を傷つけない
- ④否定しない

<7つのポイント>

- ①まずは見守る
- ②自然な笑顔で、余裕をもって対応する
- ③声をかけるときは1人で
- ④後ろから、声をかけない
- ⑤相手に目線を合わせて、やさしい口調で
- ⑥おだやかに、はっきりした滑舌で
- ⑦相手の言葉に耳を傾けて、ゆっくり対応

認知症疾患医療センター

- 問合せ先** 北里大学病院 電話042(778)8229
総合相模更生病院 電話042(752)1810
- 対 象** 認知症に関する次の①～⑥について希望される方
- 内 容** 認知症の早期診断のための医療と介護の連携の拠点として、北里大学病院内と総合相模更生病院内に「相模原市認知症疾患医療センター」を設置しています。
認知症疾患医療センターは、医師・臨床心理士・精神保健福祉士などから構成され、主な業務は次のとおりです。
- ①認知症専門相談
 - ②鑑別診断
 - ③認知症の精神症状への対応
 - ④医療介護関係機関への研修会の開催
 - ⑤認知症医療介護連携協議会の開催
 - ⑥情報発信
- 受付日** 月曜日から金曜日（祝日、年末年始を除く）
- 受付時間** 午前9時30分～午後4時30分
- 費 用** なし
- 手続き** 上記問合せ先にお問合せください。

内容の詳細
(市ホームページ)



もの忘れ相談

- 問合せ先** 緑高齢・障害者相談課 中央高齢・障害者相談課
津久井高齢・障害者相談課 南高齢・障害者相談課
→相談窓口8ページへ
- 対 象** もの忘れの心配がある方とその家族など
- 内 容** もの忘れの心配について、医師が相談をお受けします。日程などは「広報さがみはら」などでお知らせします。
- 費 用** なし
- 手続き** 上記問合せ先に電話でお申込みください。（予約制）

内容の詳細
(市ホームページ)



認知症サポーター養成・ステップアップ講座

- 問合せ先** 緑高齢・障害者相談課 中央高齢・障害者相談課
津久井高齢・障害者相談課 南高齢・障害者相談課
→相談窓口8ページへ
- 対 象** 認知症サポーター養成・ステップアップ講座を受講したい個人または団体
- 内 容** 認知症について正しく理解し、認知症のある方やその家族を見守り支援する「認知症サポーター」を養成しています。

内容の詳細
(市ホームページ)



費用 なし

手続き 【個人の場合】

「認知症サポーター養成・ステップアップ講座」の問合せ先(34ページ)または市キャラバン・メイト連絡会(電話042(707)1603)にお問合せください。

【団体の場合】

10名以上のグループや団体であれば、お近くの地域包括支援センター(9～10ページ)または市キャラバン・メイト連絡会(電話042(707)1603)にお問合せください。

認知症高齢者・障害者等見守り検索サービス

問合せ先 緑高齢・障害者相談課 城山福祉相談センター
津久井高齢・障害者相談課 相模湖福祉相談センター
中央高齢・障害者相談課 藤野福祉相談センター
南高齢・障害者相談課 →相談窓口8ページへ

内容の詳細
(市ホームページ)



対象 次のいずれかに該当する方(施設など入所者は除く)

- ①介護保険の要介護、要支援認定を受けている認知症のある方
- ②障がいのある方

内容 認知症や障がいのある方の行方がわからなくなったときに、GPS 機器を活用し、その居場所を家族などに伝えます(地域によって電波が届かない場合があります)。

利用者には、事故により死亡または人の物を壊すなどで法律上の損害賠償責任を負った場合に備える保険と、家族向けのメンタル・健康電話相談サービスが付帯されます。

費用 機器レンタル料 毎月1,155円(市民税非課税世帯は420円、生活保護世帯は無料)

手続き 上記問合せ先または地域包括支援センター(9～10ページ)にお問合せください。

認知症高齢者・障害者等 SOS ネットワークシステム(見守りシール事業含む)

問合せ先 緑高齢・障害者相談課 城山福祉相談センター
津久井高齢・障害者相談課 相模湖福祉相談センター
中央高齢・障害者相談課 藤野福祉相談センター
南高齢・障害者相談課 →相談窓口8ページへ

内容の詳細
(市ホームページ)



対象 次のすべてに該当する方(施設など入所者は除く)

- ・認知症や障がいがあり、行方不明になる可能性がある方など

(次のページに続く)

- ・行方不明になった際に迎えなどに協力できる家族や支援の方などがいる方

内 容 認知症や障がいのある方の行方不明に備えて、事前に情報を登録し、警察や交通機関、福祉関係機関などとの連携により、早期発見を支援します。

※希望者には二次元コード付きの見守りシールを発行します。二次元コードを読み取り、専用のコールセンターに問合せをすることで、身元照会や家族への迅速な連絡ができます。

費 用 なし

手続き 本人の写真(6cm×6cm程度の大きさ、できるだけ最近撮影したもの、同じ写真でよい)を5枚ご用意ください。詳しくは上記問合せ先にお問合せください。

認知症高齢者等の行方が分からなくなったときは警察署に連絡しましょう

問合せ先

相模原警察署	生活安全第一課	電話042(754)0110
相模原南警察署	生活安全課	電話042(749)0110
相模原北警察署	生活安全課	電話042(700)0110
津久井警察署	生活安全課	電話042(780)0110

対 象 行方がわからない、認知症がある高齢の方などのご家族やお知り合いなど

内 容 「ひばり放送」や「エフエムさがみ」で搜索を依頼することができます。

費 用 なし

手続き 警察署に相談し、行方不明者届を提出してください。また、認知症高齢者・障害者 SOS ネットワークに登録している方は、その旨を伝えてください。

●「ひばり放送」での搜索を依頼する場合

警察署へ行方不明届を提出して、「ひばり放送」を依頼してください。その後、警察署から市への依頼により放送されます。連動して、防災メールと t v k (テレビ神奈川) データ放送も配信されます。

●「エフエムさがみ」での搜索を依頼する場合

警察署に「ひばり放送」を依頼するときに、あわせて依頼してください。直接エフエムさがみ(電話042(776)3980)に依頼することも可能です。

権 利 擁 護

高齢者虐待についての相談

「高齢者虐待の防止、高齢者の養護者に対する支援等に関する法律」では高齢者虐待を、家族など養護者による高齢者への虐待及び養介護施設従事者などによる虐待と定義しています。高齢者虐待の種類として、「**身体的虐待**」「**心理的虐待**」「**性的虐待**」「**経済的虐待**」「**介護・世話の放棄・放任**」があります。

本市では60歳以上の高齢者虐待の相談を受け付けていますので、虐待を受けたと思われる高齢の方などを発見した場合には、速やかに次の相談窓口でご相談ください。

内容の詳細→
(市ホームページ)



● 養護者による虐待の相談の場合

相談窓口	電話番号・所在地
地域包括支援センター	9～10ページへ
緑高齢・障害者相談課 高齢福祉班	相談窓口 8ページへ
城山福祉相談センター	
津久井高齢・障害者相談課 地域・高齢福祉班	
相模湖福祉相談センター	
藤野福祉相談センター	
中央高齢・障害者相談課 高齢福祉班	
南高齢・障害者相談課 高齢福祉班	

● 養介護施設従事者などによる虐待の相談の場合

相談窓口	電話番号・所在地
福祉基盤課 高齢指定・指導班	相談窓口 8ページへ

※休日、夜間は市役所代表電話にてお受けします。電話042(754)1111

※高齢の方の生命に危険が生じる状況のときは、まず警察に連絡してください。

成年後見制度利用支援事業

問合せ先 緑高齢・障害者相談課 城山福祉相談センター
津久井高齢・障害者相談課 相模湖福祉相談センター
中央高齢・障害者相談課 藤野福祉相談センター
南高齢・障害者相談課 →相談窓口8ページへ

内容の詳細
(市ホームページ)



対 象 【市長申立て】後見開始などの申立てをする親族がいないなど、制度の利用が必要と認められる認知症のある高齢の方など

内 容 【費用助成】生活保護受給者または費用の負担が困難と認められる方
認知症などの理由により、自分で十分な判断ができない高齢の方などの財産管理や介護サービス契約などについて、後見人などの援助を受けられるよう、本人に代わって市長が、家庭裁判所に後見人等選任のための申立ての手続きを行います。

また、費用の負担をすることが困難と認められる方に対し、審判の請求に係る費用と後見人などへの報酬の助成を行います。

費 用 なし

手続き 上記問合せ先にお問合せいただくか、市ホームページ(二次元コード)をご覧ください。

さがみはら成年後見・あんしんセンター

さがみはら成年後見・あんしんセンターは、認知症や知的障がい、精神障がいなどにより判断能力が十分でなくなっても、住み慣れた地域で安心して、その人らしい暮らしが送れることを目的に各種事業を実施しています。

内容の詳細
(市社協ホームページ)



問合せ先 さがみはら成年後見・あんしんセンター
→社会福祉協議会88ページへ

【成年後見制度利用促進事業】

●成年後見制度について相談したい(成年後見専門相談)

対 象 親族後見人や福祉施設などの職員として成年後見制度に関わる方、制度利用を考えている方

内 容 成年後見制度全般に関する相談を受けています。
司法書士・税理士・行政書士・社会福祉士など専門職による無料相談を定期的に行っています。(要予約、1人30分)

費 用 なし

手続き 上記問合せ先にお問い合わせください。

●誰に後見人等候補者になってもらえばよいか判断がつかない

- 対 象** 本人申立、親族申立と市長申立のうち、次のいずれかに該当し、支援機関から相談があった方
- ①申立人が後見人等候補者を探すことができない方
 - ②ご本人の状況に合わせた適切な後見人等候補者を選定できない方（判断に迷う場合も含む）
- 内 容** 本人にふさわしい後見人等候補者（専門団体など）を検討・選定し、候補者として推薦します。
- 費 用** なし
- 手続き** 「さがみはら成年後見・あんしんセンター」の問合せ先（38ページ）にお問合せください。

●市民後見人に後見人等候補者になってもらいたい

- 対 象** 次のすべてに該当し、支援機関から相談があった方
- ①身上保護が中心となる方
 - ②家族や親族、財産などの紛争性やトラブルがない方
 - ③居住先が確保されている（在宅・施設を含む）
 - ④多額の資産を有していない
 - ⑤相続や債務整理などの法的な手続きが完了している
- 内 容** 本人にふさわしい市民後見人などを検討・選定し、候補者として推薦します。
- 費 用** なし
- 手続き** 「さがみはら成年後見・あんしんセンター」の問合せ先（38ページ）にお問合せください。

【日常生活自立支援事業】

●日々の生活費などの金銭管理をしてほしい

- 対 象** 判断能力が不十分な高齢の方や知的障がい・精神障がいのある方
- 内 容** 定期的（月1～4回）に自宅に伺い、福祉サービスの利用手続の援助や日常生活の金銭管理を行います。また、定期預金などの重要書類の預かりを行います。
- 費 用** 基本料金1回1,500円（生活保護世帯の方は月2回まで無料）
- 手続き** さがみはら成年後見・あんしんセンターの問合せ先（38ページ）にお問合せください。

（次のページに続く）

●人権や財産について相談したい（権利擁護相談）

- 対 象** 高齢の方、障がいがある方やその家族
- 内 容** 成年後見制度利用支援、財産、相続などに関する相談、弁護士による無料相談（要予約）、月1回（第4火曜日）1人40分
- 費 用** なし
- 手続き** 「さがみはら成年後見・あんしんセンター」の問合せ先（38ページ）にお問合せください。

【みまもりエンディングサポート事業】

●入退院などの支援、死後の葬儀、家財処分などを支援してほしい

- 対 象** 身寄りがなく単身で生活する高齢の方
※他にも要件があります
- 内 容** 入院や入所する際のお手伝いや、お亡くなりになった場合の葬儀の手配などを通じて地域で安心して生活し続けられるよう、預託金をお預かりし、サポートします。
- 費 用** 次の「手続き」のとおり
- 手続き** 「さがみはら成年後見・あんしんセンター」の問合せ先（38ページ）にお問合せいただくか、市社協ホームページ（二次元コード）をご覧ください。

介護保険

問合せ先 介護保険課 →相談窓口8ページへ

対 象 65歳以上の方（第1号被保険者）、
40歳～64歳の方（第2号被保険者）

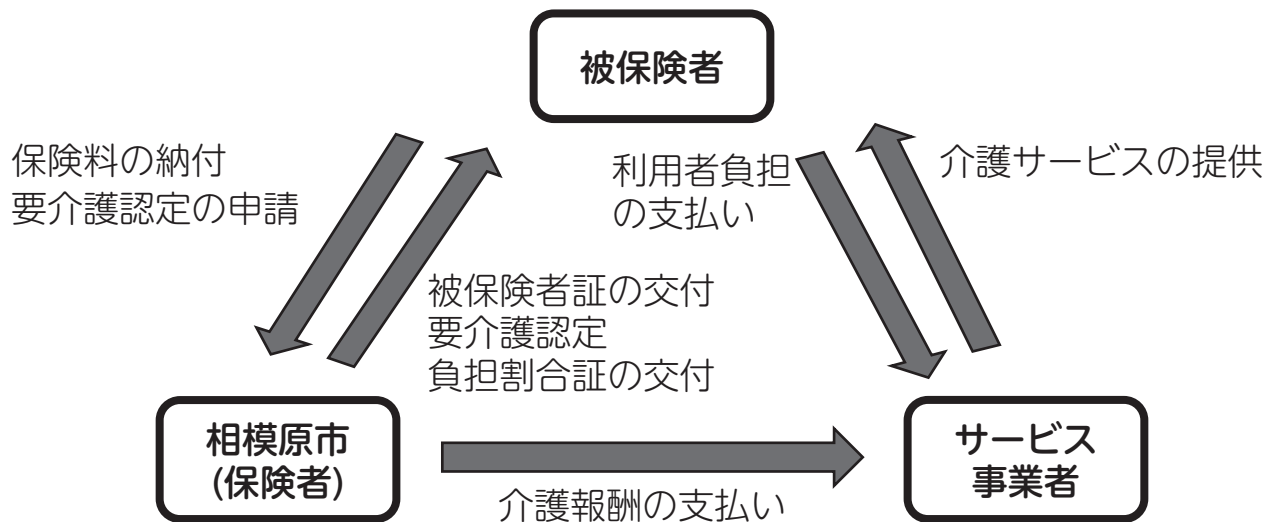
内 容 介護保険は、40歳以上の方が被保険者となり保険料を納め、介護が必要となった時には、費用の一部を支払ってサービスを利用できるしくみです。

※詳細は冊子『介護保険利用のてびき「すこやか介護保険」』をご覧ください。
市ホームページ（二次元コード）からご覧いただけます。



見本
令和7年度版

内容の詳細
（市ホームページ）



介護
保
険

※詳細は冊子『介護保険利用のてびき「すこやか介護保険」』をご覧ください。
市ホームページ（二次元コード）からご覧いただけます。

介護保険料

問合せ先 介護保険課 →相談窓口8ページへ

対 象 65歳以上の方（第1号被保険者）

内 容 皆さんが納付した保険料は、介護サービスに使われます。保険料の金額や納め方は、本人とその世帯の状況により決定し、納入通知書でお知らせします。

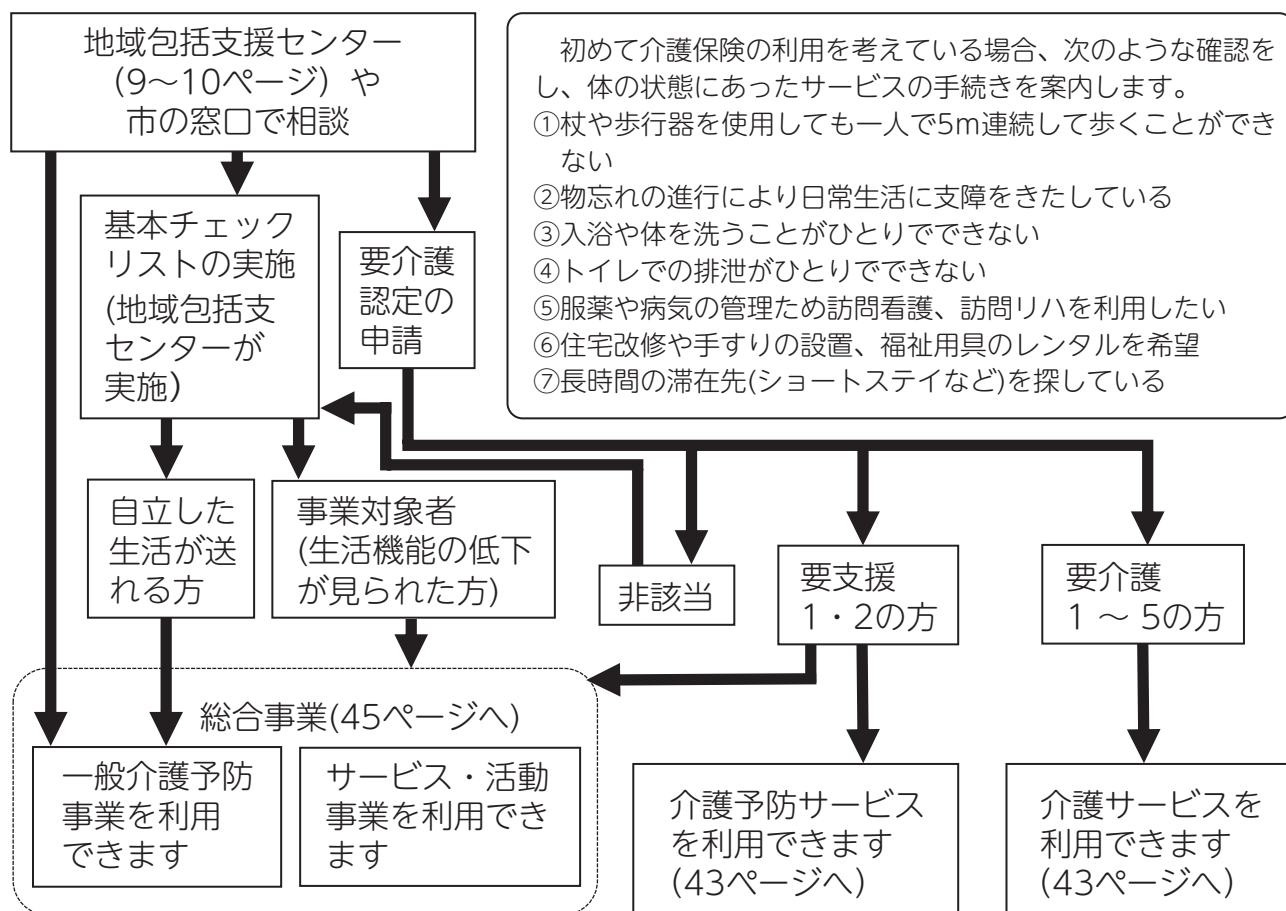
介護保険料の詳細は、納入通知書に同封してあるリーフレット「みんなで支える介護保険」をご覧ください。

※40歳以上64歳以下の人（第2号被保険者）は、加入している健康保険組合にお問合せください。

内容の詳細
（市ホームページ）



相談からサービス利用までの流れ



介護保険サービスを利用するには【要介護認定の申請】

問合せ先 緑高齢・障害者相談課
津久井高齢・障害者相談課
中央高齢・障害者相談課
南高齢・障害者相談課

城山福祉相談センター
相模湖福祉相談センター
藤野福祉相談センター
→相談窓口8ページへ

内容の詳細
(市ホームページ)



対 象 第1号被保険者(65歳以上)で介護が必要となった方
第2号被保険者(40歳以上64歳以下)のうち、加齢に伴う病気(特定疾病)により、介護が必要となった方

内 容 介護保険のサービスを受けるためには、市の要介護認定を受ける必要があります。

費 用 なし

手続き 次の書類を提出してください。

- ・介護保険要介護・要支援認定申請書
- ・介護保険被保険者証
- ・資格確認書または資格情報通知書の写し

※申請は、指定居宅介護支援事業所、特別養護老人ホームなどの施設または地域包括支援センターに代行してもらうことができます。

介護保険で利用できるサービス

【介護予防サービス・介護サービス】

〈居宅サービス〉対象：要支援1・2、要介護1～5の認定を受けた方

●自宅を訪問してのサービス	
訪問介護	ホームヘルパーが訪問し、入浴、排せつなどの介護や日常生活上の世話をを行います
訪問入浴介護	居宅に浴槽を運び入れ、入浴の介護をします
訪問看護	主治医の指示のもと看護師などが訪問し、療養上の世話などを行います
訪問リハビリテーション	主治医の指示のもと理学療法士などが訪問し、リハビリを行います
居宅療養管理指導	医師や歯科医師などが訪問し、療養上の管理や指導を行います
●通所(日帰りで通う)サービス	
通所介護 (定員19人以上のデイサービス)	通所介護事業所で、入浴や食事などの日常生活上の世話や機能訓練を行います
通所リハビリテーション (デイケア)	介護老人保健施設や医療機関などで心身の機能の維持回復に必要なリハビリを行います
●施設への短期入所(ショートステイ)サービス	
短期入所生活介護 (福祉施設へのショートステイ)	特別養護老人ホームなどへの短期間の入所です
短期入所療養介護 (医療施設へのショートステイ)	老人保健施設や病院などへの短期間の入所です
●福祉用具の貸与・購入や住宅の改修	
福祉用具貸与	車いすや特殊寝台などの福祉用具を貸し出します
特定福祉用具販売 (福祉用具購入費の支給)	腰掛け便座や入浴用いすなどの購入費を支給します
住宅改修費の支給	自宅での手すり取付けや段差解消などの改修費を支給します
●その他	
特定施設入居者生活介護	有料老人ホームなどに入居している高齢の方に日常生活上の支援や介護を提供します

(次のページに続く)

〈地域密着型サービス〉対象：要支援1・2、要介護1～5の認定を受けた方

※原則として他の市区町村のサービスは利用できません。

地域密着型通所介護 (定員18人以下のデイサービス)	小規模な通所介護施設で、入浴や食事などの日常生活上の世話や機能訓練を行います
認知症対応型通所介護	認知症の高齢の方を対象に、デイサービスセンターで、日常生活上の世話や機能訓練を行います
グループホーム (認知症対応型共同生活介護) ※要支援1は含みません	認知症の高齢の方が共同生活をする住居で、日常生活上の世話や機能訓練を行います
小規模多機能型居宅介護	通所を中心に、本人の選択に応じて訪問や泊まりのサービスを組み合わせて多機能なサービスを行います
夜間対応型訪問介護 ※要支援1・2は含みません	巡回や通報システムによる夜間専用の訪問介護を行います
看護小規模多機能型居宅介護 ※要支援1・2は含みません	小規模多機能型居宅介護と訪問看護を組み合わせたサービスを行います
地域密着型介護老人福祉施設 入所者 生活介護 ※要支援1・2は含みません	常に介護が必要で、家庭での生活が困難な方が小規模な介護老人福祉施設に入所して、日常生活上の世話や機能訓練などを受けます 原則として要介護3～5の認定を受けた方が対象となります
定期巡回・随時対応型訪問介護看護 ※要支援1・2は含みません	日中・夜間を通じて、1日に複数回の定期的な訪問や通報システムによる随時対応を行います

〈施設サービス〉対象：要介護1～5の認定を受けた方

特別養護老人ホーム (介護老人福祉施設)	常に介護が必要で、家庭での生活が困難な方を介護する施設です 原則として要介護3～5の認定を受けた方が対象となります
老人保健施設 (介護老人保健施設)	病状は安定していてもリハビリや看護、介護が必要な方が入所して、在宅復帰を図る施設です
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提供する施設です

本市の特別養護老人ホーム及びデイサービスセンターの空き情報は、市高齢者福祉施設協議会ホームページ(二次元コード)をご覧ください。

内容の詳細
(高齢協ホームページ)



(デイサービスの
空き情報)



(特別養護老人ホームの
空床・入所待ち情報)



問合せ先 福祉基盤課 高齢・障害者支援課
緑高齢・障害者相談課 中央高齢・障害者相談課
津久井高齢・障害者相談課 南高齢・障害者相談課
→相談窓口8ページへ

【サービス・活動事業】

対 象 次のいずれかに該当する方

①要支援1・2と認定された方

②市内の地域包括支援センターが行っている基本チェックリストにより、生活機能に低下がみられた方（事業対象者）

注：新たに要支援の認定または事業対象者となり、デイサービスなどの従前相当サービスや生活支援サービスを希望する場合は、原則として、最初に短期集中予防サービスの利用をご案内します。

手続き 住んでいる地区の地域包括支援センター（9～10ページ）にお問合せください。

●従前相当サービス（訪問介護相当・通所介護相当）

内 容 訪問介護相当サービス：指定介護サービス事業者の提供する身体介護や生活援助などのホームヘルプサービスに相当するサービス

通所介護相当サービス：指定介護サービス事業者の提供する機能訓練や送迎などのデイサービスに相当するサービス

費 用 費用の1割、2割または3割のいずれか（「介護保険サービスの利用者負担」（48ページ）と同様）

●生活支援サービス（訪問型・通所型サービス）

内 容 指定事業者が、訪問介護相当・通所介護相当サービスよりも人員などの基準を緩和し、日常生活の援助に特化した訪問サービスや短時間の通所サービスを提供します。

訪問型サービス：指定介護サービス事業者などによる掃除・洗濯などの生活援助を行うサービス

通所型サービス：指定介護サービス事業者などによる運動、レクリエーション活動などを行うサービス

費 用 費用の1割、2割または3割のいずれか（「介護保険サービスの利用者負担」（48ページ）と同様）

（次のページに続く）

●シニアサポート活動（訪問型・通所型）

内 容 身近な地域での通いの場の運営やごみ出しなどの生活支援を行います。

訪問型：住民団体やボランティア団体などによる継続的な生活支援を行います。（身体介護を伴わないもの）
ごみ出し、買い物支援、散歩、掃除・洗濯、ベッドメイク、調理のうち団体が実施しているもの

通所型：住民団体やボランティア団体などによる介護予防を目的とした身近な地域での定期的な通いの場で、軽体操やレクリエーションなどを行います。（1回おおむね2時間以上）

内容の詳細
（市ホームページ）



●短期集中予防サービス（訪問型・通所型サービス）

内 容 3か月間（12回）事業所に通所（送迎あり）し、リハビリテーション専門職などによる面談を通して、生活課題の改善を図り、健康維持に必要な助言を受けることで、セルフマネジメント（自己管理）力を高め、自分らしい自立した生活を取り戻すためのサービスです。なお、体調や生活環境などにより、通所が困難な場合は、訪問によるサービスも利用できます。

内容の詳細
（市ホームページ）



費 用 なし

【一般介護予防事業】

対 象 65歳以上の方（介護予防サポーターは40歳以上の方）

内 容 高齢の方々の健康で自立した生活を支援するため、さまざまな介護予防事業を実施しています。

費 用 なし（一部負担金や実費負担がある事業もあります）

手続き 事業の日程や募集については、次ページ表の窓口へお問合せください。

●足腰、体力の維持・向上を図るために

制度名	内 容	窓口(→相談窓口8ページへ)
元気倶楽部 	健康づくり普及員により、転倒・筋力低下防止のための体操、ウォーキング、レクリエーションなどを月1回程度、公民館などで行います。	緑高齢・障害者相談課 津久井高齢・障害者相談課 中央高齢・障害者相談課 南高齢・障害者相談課
いきいき百歳体操 	手足に負荷の調節が可能な重りをつけ、ゆっくり行う筋力トレーニングで、無理なく効果的に筋力をつけることができます。 ※実施する団体に対して、定期的な専門職の支援および重錘バンド、DVDの無償貸与を行います。	高齢・障害者支援課 高齢支援班
元気高齢者筋力向上トレーニング教室 	民間スポーツジムで、専属トレーナーの指導のもと、各種体操や機器を使った筋力トレーニングを行います。	高齢・障害者支援課 高齢支援班

●介護予防の取組を推進するために

制度名	内 容	窓口(→相談窓口8ページへ)
地域包括支援センター開催の介護予防教室	身近な地域で気軽に介護予防を学べる教室を開催します。	お住まいの地区の地域包括支援センター(9～10ページ)
生き生きシニアのための地域活動補助金事業 	地域で介護予防に取り組む団体の立ち上げ支援として補助金を交付し、身近な地域で介護予防に資する活動が実施されるよう支援します。	高齢・障害者支援課 高齢支援班
□腔機能向上事業 (お口の健康教室) 	高齢の方の団体などを対象に、歯科医師や歯科衛生士が歯と□を元気にするお話やお手入れ方法などについて学べる教室を出張して開催します。	高齢・障害者支援課 高齢支援班

(次のページに続く)

●リハビリなどに関する相談

制度名	内 容	窓口(→相談窓口8ページへ)
地域リハビリ相談	リハビリテーション専門職や管理栄養士、歯科衛生士らが、高齢の方の日常生活の自立に向けた各種相談をお受けします。	●リハビリテーション専門職の相談 高齢・障害者支援課 ●管理栄養士・歯科衛生士の相談 緑高齢・障害者相談課 津久井高齢・障害者相談課 中央高齢・障害者相談課 南高齢・障害者相談課

●ボランティアなど主体的に介護予防を行う

制度名	内 容	窓口(→相談窓口8ページへ)
介護予防サポーター養成講座 	地域で介護予防の活動をしていく介護予防サポーターになるために高齢の方の特徴や介護予防について学びます。	緑高齢・障害者相談課 津久井高齢・障害者相談課 中央高齢・障害者相談課 南高齢・障害者相談課

対 象 介護予防に関心があり、地域で活動をしていく意志のある40歳以上の方

手続き 「広報さがみはら」で開催をお知らせしますので、申込期間内に上記窓口で電話かインターネットでお申込みください。

介護保険サービスの利用者負担

問合せ先 介護保険課 →相談窓口8ページへ

対 象 次のいずれかにあてはまり、介護サービスを利用した方

- ・要介護・要支援認定を受けた
- ・事業対象者になった

内容の詳細
(市ホームページ)



内 容 介護保険のサービスを利用した際、サービス提供事業者に対して、かかった費用の1割(所得により2割または3割)を支払います。

利用者負担割合については、介護保険負担割合証によりお知らせします。なお、介護保険で利用できる額には、要介護状態区分に応じて上限があります。

上限を超えてサービスを利用した場合は、超えた分は全額が利用者の負担となります。内容の詳細は市ホームページ(二次元コード)または「すこやか介護保険」(41ページ二次元コード)をご覧ください。

手続き 上記問合せ先にお問合せください。

介護保険サービスの利用者負担軽減制度

内容の詳細
(市ホームページ)



問合せ先 介護保険課 →相談窓口8ページへ

対 象 介護保険サービスを利用して、各制度の要件を満たす方

内 容

制度名	内 容	手続き (→相談窓口8ページへ)
高額介護 (介護予防) サービス費	1か月に利用したサービスの利用者負担の合計額(同じ世帯内に複数の利用者がある場合には、世帯合計額)が高額になり、利用者負担上限額を超えたときに、超えた分が申請により支給されます。	該当の方へ市から申請書を送付しますので、介護保険課へ郵送または各高齢・障害者相談課、各福祉相談センターの窓口へ提出してください。 一度申請書を提出すればその後の申請は必要なく、支給決定がされた場合は通知書が送付されます。
介護保険 負担限度額認定	介護保険施設やショートステイを利用する場合の居住費(滞在費)と食費については、原則全額自己負担となります。 低所得の要件を満たす場合は、これらの費用を軽減することができます。	次の書類を介護保険課へ郵送または各高齢・障害者相談課、各福祉相談センターの窓口へ提出 ・申請書 ・同意書 ・資産を証明する書類(通帳の写しなど) ・登記事項証明書の写し(後見人などによる申請の場合) ※家族など代理申請可
社会福祉法人等 による生計困難 者に対する利用 者負担軽減	社会福祉法人などが運営する介護保険サービスを利用する場合、低所得の要件を満たすときに、サービス費が軽減されます。	次の書類を介護保険課へ郵送または各高齢・障害者相談課、各福祉相談センターの窓口へ提出 ・申請書 ・収入・資産等申告書 ・収入・資産を証明する書類(通帳の写しなど) ※家族など代理申請可
障害者ホームヘルプサービス利用 者負担軽減	障害者総合支援法によるホームヘルプサービスの利用において、境界層該当として定率負担額が0円になっていた方で、65歳になったことなどにより介護保険の対象となった場合の利用者負担額を全額免除します。	介護保険課 総務・給付班までお問合せください。
被災者等の利用 者負担軽減	災害などにより、介護サービスの利用者負担額の支払いが困難な方を対象に、最長6か月間利用者負担額を軽減します。	

市内のサービス付き高齢者向け住宅（※介護サービス事業所以外）

問合せ先 住宅課 電話042(769)9817

対 象 高齢の方

内 容 サービス付き高齢者向け住宅とは、住宅としての居室の広さや設備、バリアフリーといったハード面に加え、介護・医療と連携し、ケアの専門家による状況把握や生活相談サービスを提供することなどにより、高齢の方が安心して暮らすことができる環境を整えた、賃貸住宅です。

登録された住宅は、インターネット（二次元コード）から閲覧することができます。

内容の詳細
(サービス付き高齢者向け
住宅情報提供システム) →



市内の介護サービス事業所一覧

市内の介護サービス事業所一覧のデータは、市ホームページに掲載しています。

※各事業所の詳細は、厚生労働省ホームページ「介護サービス情報公表システム」（二次元コード）を参照してください。

内容の詳細
(介護サービス
情報公表システム)



老人ホームの種類と入所要件等（※介護サービス事業所以外）

老人ホームには、高齢の方の経済的、身体的状態によって、入所できる施設と入所できない施設とがあり、大別すると次のようになります。

施設種別	入 所 要 件	入所手続き (→相談窓口8ページへ)	費 用
養護老人ホーム	65歳以上で、体の衰えや家庭の事情などにより、居宅において生活することが困難な方が入所できます。ただし、ねたきりの方は入所できません。なお、この老人ホームへの入所は、収入の少ない方（市町村民税所得割非課税）に限られています。	各高齢・障害者相談課または各福祉相談センターにお問合せください。	本人およびその扶養義務者の負担能力に応じてそれぞれ費用を徴収します。
軽費老人ホーム (ケアハウス)	60歳以上で、自炊ができない程度の身体の衰えなどが認められ、または高齢のため、独立して生活するには不安が認められる方で、家族による援助を受けることが困難な方のための施設です。	直接施設へお申込みください。	施設により異なりますが、利用者負担は月々約6万～18万円程度です。収入が310万円以下の場合、利用者負担額が減免されることがあります。
有料老人ホーム	入居要件は、それぞれの有料老人ホームによって異なります。入居できる年齢はおおよそ60歳以上です。	直接施設へお申込みください。	各有料老人ホームにより異なりますので、直接施設へお問合せください。

保健・医療等

医療相談

問合せ先 医療安全相談窓口

電話042(769)9242(地域保健課内)

内容の詳細
(市ホームページ)



対 象 どなたでも

市内医療機関に受診している患者やそのご家族

内 容 医療に関する悩みや心配ごとについて、中立的な立場で専門の相談員(臨床経験を有する看護師)が電話で相談をお受けしています。
※医療内容のトラブルについて、相談者が自主的に解決するための相談には応じますが、相談者に代わっての調査や交渉などはできません。
※診療内容の是非や過失の有無の判断はできません。
※医療費に関する相談については、まずは当該医療機関にお問合せください。また、内容に応じて、適切な担当機関をご案内いたします。
よくある相談事例は市ホームページ(二次元コード)をご覧ください。

費 用 なし

手続き 上記問合せ先にお問合せください。

受付日 月曜日から金曜日(祝日、年末年始を除く)

受付時間 午前9時～正午、午後1～3時

在宅医療に関する相談

問合せ先 相模原市医師会在宅ケア連携室 電話042(755)3156

対 象 在宅で療養している方やご家族の方

内 容 訪問診療(往診)が可能な医療機関の紹介や、訪問看護ステーションの案内などを行います。また、介護の相談にも応じます。

費 用 なし

手続き 上記問合せ先にお問合せください。

受付日 月曜日から金曜日(祝日、年末年始(12/29～1/3)を除く)

受付時間 午前9時～午後5時

【注意事項】 緊急のご相談には対応できません。
対応中は電話に出られない場合もあります。

在宅医療・介護連携に関する相談

問合せ先 在宅医療・介護連携従事者相談窓口 電話042(738)3059

対 象 医療・介護従事者

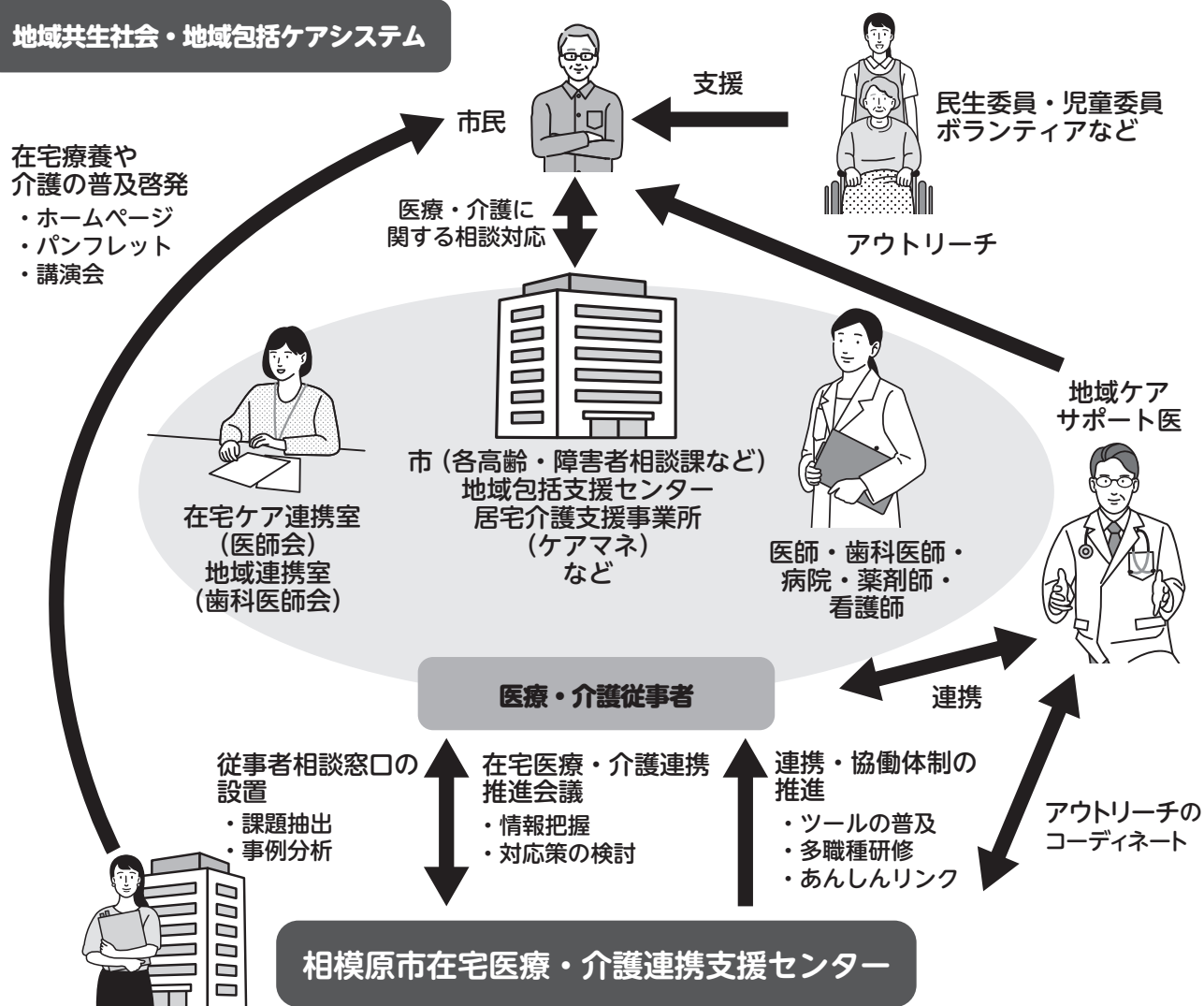
内 容 相談支援を行い、医療と介護の両方を必要とする状態の高齢の方などが住み慣れた地域で安心して在宅療養できるようサポートします。

手続き 上記問合せ先にお問合せください。

受付日 月曜日から金曜日（祝日、年末年始を除く）

受付時間 午前9時～午後5時

地域共生社会・地域包括ケアシステム



人生会議とは

人生会議とは ～在宅医療・介護が必要になる前に～



「人生会議」(ACP: アドバンス・ケア・プランニング)とは、もしものときのために、あなたが望む医療やケアについて前もって考え、家族などや医療・ケアチームと繰り返し話し合い、共有する取組のことです。
元気なうちから、あなたの人生で重要なものは何か、どのように暮らしていきたいかを、大切な人達と話すことが「最後までいきいきと自分らしく暮らす」ことにつながります。

各種検診

問合せ先 市コールセンター 電話042(770)7777

手続き 集団検診や施設検診受診券のお申込みは、上記問合せ先または電子申請でお申込みください。

対 象	種 類	内 容	費 用	
			施設検診	集団検診
40歳以上の方 (喀痰細胞診は 50歳以上、 その他条件有)	胃がん	胃部エックス線検査	2,900円	900円
		胃部内視鏡検査	3,900円	実施なし
	大腸がん	便潜血検査(2日分)	500円	500円
		胸部エックス線検査	800円	200円
	肺がん	胸部エックス線検査と 喀痰細胞診	1,700円	700円
		乳房エックス線検査と 視触診検査	2,000円	2,000円
30歳以上の方	乳がん	視触診検査	700円	実施なし
20歳以上の女性	子宮がん	視診、内診、頸部細胞診	1,700円	600円(内診を除く)
		視診、内診、頸部・体部細胞診 (体部は医師の判断により実施)	2,200円	実施なし
55・60・65歳の男性	前立腺がん	PSA 検査(血液検査)	1,000円	実施なし

上記がん検診についての詳細は
市ホームページへ(二次元コード)⇒



対 象	種 類	内 容	費 用
40歳以上の方	有料 肝炎ウイルス検診	血液検査	1,200円
家族に肝炎ウイルスに感染している方がいるなど、肝炎ウイルス感染の心配がある方 (原則1回)	肝炎ウイルス検査 ※電子申請不可	肝硬変や肝がんへ進行する可能性があるB型・C型肝炎を早期発見するために、協力医療機関でB型・C型肝炎ウイルス検査を実施しています。	無料
18～80歳の方	お口の健康診査 (成人歯科健康診査)	口腔内の状況 ○18～60歳の方 ・むし歯や歯周病の状況など ・オーラルフレイルの状況(50～60歳の方のみ) ○61～80歳の方 ・口の機能の状況	500円
18歳以上の方	口腔がん検診 ※電子申請不可	口腔内の状況 (口腔粘膜などの視触診)	500円
65歳以上で、職場で胸部X線検査を受ける機会のない方	結核健康診断 ※電子申請不可	健康診断を受ける機会のない65歳以上の方は、年1回、市民結核健康診断を受診してください。	無料

(特定) 健康診査、後期高齢者健康診査を受けるには

問合せ先 市コールセンター 電話042(770)7777

対 象 次のいずれかに該当する方

①40～74歳の国民健康保険加入者

②後期高齢者医療制度加入者

③40歳以上で医療保険に未加入の生活保護制度利用者、中国残留邦人などの支援給付受給者

※協会けんぽ、組合健保、共済組合などの被用者保険や国民健康保険組合に加入している人は、市が実施する健康診査を受けることができませんので、各医療保険者の実施する健康診査を受診してください。

内 容 (特定) 健康診査は、生活習慣病の発症を予防するため、メタボリックシンドローム (内臓脂肪症候群) に着目した健診で、医療保険者が実施します。

費 用 1,000円

※令和9年4月1日までに70歳になる方については、費用が無料になります。

69歳以下の方の費用免除についての詳細は、市ホームページをご覧ください。

手続き 受診券は、上記問合せ先または電子申請でお申込みください。

※受診の際、医療機関の窓口では、必ず受診券と資格が確認できるもの (マイナンバーカード、資格確認証、生活保護受給票など) を提示してください。

内容の詳細
(市ホームページ)



健康相談

問合せ先 緑保健センター 電話042(775)8816
 緑保健センター津久井担当 電話042(780)1414
 中央保健センター 電話042(769)8233
 南保健センター 電話042(701)7708

対 象 どなたでも

内 容 保健師、栄養士、歯科衛生士などが、心身の健康や栄養、歯科などに関し、各種の個別健康相談や助言などを行っています。

※各種相談の開催日、会場は「広報さがみはら」などをご覧ください。

手続き 上記問合せ先にお問合せください。

事業名	内 容	会 場
健康相談 	健康に関する相談と各種計測 (体重・血圧測定など)	来所・電話 緑区合同庁舎 ウェルネスさがみはら 南保健福祉センター 来所のみ(指定日) ※電話相談なし 津久井保健センター内の 緑保健センター津久井担当 各総合事務所(城山・相模湖・藤野)内の 緑子育て支援センター
大人の 食生活相談 (予約制) 	栄養士などによる食事 や栄養についての相談	緑区合同庁舎 ウェルネスさがみはら 南保健福祉センター

【歯みがき相談】

問合せ先 健康増進課 電話042(769)8322

対 象 どなたでも

内 容 歯科衛生士が、歯みがきのアドバイスを行っています。

※各種相談の開催日、会場は、「広報さがみはら」などをご覧ください。

手続き 上記問合せ先にお問合せください。

事業名	内 容	会 場
歯科健康相談 (予約制) 	歯科衛生士による 歯みがき相談	緑区合同庁舎 ウェルネスさがみはら 南保健福祉センター

健康教育

問合せ先 緑保健センター 電話042(775)8816

中央保健センター 電話042(769)8233

南保健センター 電話042(701)7708

内 容 生活習慣病予防、健康増進など、健康に関する正しい知識の普及を図るための教室・講座を開催します。

費 用 なし

手続き 「広報さがみはら」や市ホームページをご確認ください。

※事業内容は変更となる場合がありますので、詳細は上記問合せ先にお問合せください。

事業名		対 象	内 容
病気を予防し、いきいきと暮らすために	市民健康講座 (高血圧・糖尿病・腎臓病など) 	高血圧・糖尿病・腎臓病などに関心があり、生活を見直したい方	高血圧・糖尿病・腎臓病などの基礎知識や望ましい生活習慣について学びます。
	禁煙チャレンジ (喫煙) 	1か月以内に禁煙しようと考えている方	喫煙状況の把握 禁煙へ向けたアドバイスなど 禁煙開始から3か月間の個別支援 慢性閉塞性肺疾患 (COPD) について学びます。
	骨密度測定 de 骨 元気アップセミナー 	当該年度20～70歳の方	骨折や寝たきりの原因となる骨粗しょう症を予防するため、骨密度測定とその予防法について学ぶ教室です。

保健師等による訪問指導

- 問合せ先 緑保健センター 電話042(775)8816
中央保健センター 電話042(769)8233
南保健センター 電話042(701)7708
- 対 象 生活習慣病予防などのため、生活習慣の改善が必要な方
- 内 容 保健師、管理栄養士などが保健指導をします。
- 費 用 なし
- 手続き 上記問合せ先にお問合せください。

高齢者の予防接種（インフルエンザ、新型コロナ、肺炎球菌）

- 問合せ先 疾病対策課 電話042(769)8346
- 対 象 (1)インフルエンザ・新型コロナ
接種日現在で、次の①または②に該当する方
①65歳以上の方
②60歳から64歳の心臓、腎臓もしくは呼吸器の機能またはヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能に障がい（厚生労働省令で定めるもの）のある方（※医療機関にご確認ください）
※令和8年度から高用量インフルエンザワクチンが追加される予定です。75歳以上の方は、標準量か高用量のインフルエンザワクチンを選択できます。
- (2)肺炎球菌
初めて肺炎球菌ワクチンの接種をする方で、接種日現在、次の①または②に該当する方
①65歳の方
②60歳から64歳の心臓、腎臓もしくは呼吸器の機能またはヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能に障がい（厚生労働省令で定めるもの）のある方
- 内 容 重症化予防のため、予防接種を希望される方に接種費用の一部を公費で負担します。接種回数は1回です。
- 手続き 接種希望者は、協力医療機関へお申込みください。
協力医療機関名簿は疾病対策課、各区民課、まちづくりセンターなどで配布しています。
- ※1 生活保護受給世帯または市民税非課税世帯の方および中国残留邦人等への支援給付を受給している方は、費用免除となります。接種当日に免除要件に該当することが確認できる資料（介護保険料納入通知書など）を医療機関窓口で提示してください。なお、

（次のページに続く）

資料の提示がない場合は免除されません。(後日の払い戻しもできません)。

	種 類	実施期間	自己負担額(※1)
①	インフルエンザ 	10月～翌年1月末日(予定)	①標準量 1,500円(予定) ②高用量 決定次第「広報さがみはら」など でご案内します。
②	新型コロナ 	10月～翌年1月末日(予定)	7,000円(予定)
③	肺炎球菌 	4月1日～翌年3月末日	5,000円

高齢者の予防接種(带状疱疹)

内容の詳細
(市ホームページ)



令和8年度に限り、国の物価高騰対応重点支援地方創生臨時交付金を活用し、費用助成の対象と助成額を拡大しています。

問合せ先 疾病対策課 電話042(769)8346

対 象 次の①または②に該当する方

带状疱疹の予防接種をしたことがある方は対象になりません。
(組換えワクチンを1回接種した方は2回目のみ対象です。)

①今年度65歳以上になる方

②接種日時時点で60歳から64歳のヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能に障がい(厚生労働省令で定めるもの)のある方(※医療機関にご確認ください。)

内 容 带状疱疹と带状疱疹後神経痛の予防、その重症化の予防のため、接種を希望される方に接種費用を助成します。

実施期間は4月1日～翌年3月末日までです。

費 用 次表の金額を協力医療機関窓口でお支払いいただきます。

名 称	生ワクチン	組換えワクチン
接種回数（接種方法）	1回（皮下に接種）	2回（筋肉内に接種）
自己負担額	無料	1回につき6,000円

※市の制度を利用しない場合の費用

（参考）生ワクチン約8,500円、組換えワクチン1回につき約22,000円

（組換えワクチンを希望する方）

生活保護受給世帯または市民税非課税世帯の方および中国残留邦人等への支援給付を受給している方は、費用免除となります。接種当日に免除要件に該当することが確認できる資料（介護保険料納入通知書など）を医療機関窓口で提示してください。なお、資料の提示がない場合は免除されません（後日の払い戻しもできません）。

- 手続き** 接種希望者は、協力医療機関へお申込みください。協力医療機関名簿は疾病対策課、各区民課、まちづくりセンターなどで配布しています。
- その他** 令和9年度以降は年度中に65歳、70歳、75歳、80歳、85歳、90歳、95歳、100歳になる方が対象です。

歯 科 訪 問 診 療

- 問合せ先** 相模原市歯科医師会地域連携室
電話042(707)8015
- 対 象** 身体的理由または精神的理由により歯科医院に通院困難な方
- 内 容** 歯科医師会の歯科医師による訪問診療や口腔ケアを受けることができます。
- 費 用** 保険診療の自己負担額 ※交通費別途
- 手続き** 上記問合せ先にお問合せください。

要介護高齢者等歯科診療

- 問合せ先** 相模原市歯科医師会 電話042(756)1501
- 対 象** 次のすべてに該当する方
- ①要介護状態で歯科治療にお困りのおおむね65歳以上の方
- ②車いすでの移動が可能な方
- 内 容** 相模原口腔保健センターで歯科治療を受けることができます。
また、診療当日、他の福祉サービスやご家族の自家用車などにより送迎ができない方のために介護タクシーによる送迎サービスを実施しています。

（次のページに続く）

費用 保険診療の自己負担額

※送迎サービスを利用される方は、1診療あたり別途1,000円費用がかかります。

手続き 「要介護高齢者等歯科診療」の問合せ先(59ページ)にお問合せください。

福祉有償運送(移送サービス)

問合せ先 高齢・障害者支援課 →相談窓口8ページへ

対象 要介護・要支援認定を受けている方、身体に障がいがある方などとその付添いの方

内容 他人の介助によらずに移動が困難で、単独でタクシーなどの公共交通機関を使用して移動することが困難な高齢の方などに対して有償で行う、自家用自動車による移送サービスです。

手続き 事業所ごとに会員登録、利用制限および利用者負担などの要件がありますので、詳しくは、各事業所へご相談ください。

内容の詳細
(市ホームページ)



法人名／事業所名	所在地	連絡先
(特非) 津久井福祉会	緑区中野277-2	電話 042(780)7977 FAX 042(780)7978
(一社) しらゆり介護サービス	緑区原宿2-7-39	電話 042(851)2877 FAX 042(783)5608
(特非) ワーカーズ・コレクティブ はっぴー	緑区相原2-34-11-102	電話 042(771)8061 FAX 042(703)4187
ちょこタクものりす	緑区中野1351-3	電話 070(9043)6970 FAX 050(1096)1849
(特非) さがみこあら	緑区名倉4350-1	電話 042(682)0077 FAX 042(682)0087
(特非) アイ・介護サービス	中央区弥栄1-18-5	電話 042(730)5883 FAX 042(730)5884
(特非) 相模原ボランティア協会	中央区富士見6-1-20 あじさい会館4階	電話 042(759)7982 FAX 042(759)7982
神奈川高齢者生活協同組合 さがみはらケアステーション「あやとり」	中央区千代田1-1-1 千代田ビル305	電話 042(707)1180 FAX 042(750)7762
(特非) ワーカーズ・コレクティブ わっか	中央区中央3-3-6 アーバン木下103	電話 042(750)1416 FAX 042(707)9519

精神保健相談

問合せ先 緑高齢・障害者相談課 津久井高齢・障害者相談課
中央高齢・障害者相談課 南高齢・障害者相談課
→相談窓口8ページへ

内容の詳細
(市ホームページ)



対象 ところの健康について相談のある方
内容 ところの健康に関するご相談に保健師、社会福祉職などが応じます。
費用 なし
手続き 上記問合せ先にお電話いただくか、窓口にお越しください。

アルコール・薬物・ギャンブルの相談

問合せ先 精神保健福祉センター
電話042(769)9818

内容の詳細
(市ホームページ)



対象 アルコール、薬物、ギャンブルに関する悩みを抱える方
とそのご家族など
内容 アルコールや薬物・ギャンブルに関する悩みについて、医師が相談を
お受けします。日程などは「広報さがみはら」などでお知らせします。
費用 なし
手続き 上記問合せ先にお申込みください。(予約制)

後期高齢者医療制度

問合せ先 国保年金課後期高齢班 城山福祉相談センター
津久井高齢・障害者相談課 相模湖福祉相談センター
藤野福祉相談センター →相談窓口8ページへ

対象 ①75歳以上の方(75歳の誕生日当日から)
生活保護を受けている方は、対象とはなりません。

②一定の障がいがある65歳以上75歳未満の方
申請により後期高齢者医療制度に加入することができます。

内容 病気やけがで受診する際に、医療機関の窓口でマイナ保険証または資
格確認書を提示すれば一定の窓口負担で受診することができます。

手続き 詳しい手続き、必要書類などは、上記問合せ先にお問合せください。

保険料 保険料は「均等割額」(被保険者全員が均等に負担する額)と「所得割額」
(被保険者本人の基礎控除後の総所得金額などに所得割率をかけた額)
を合計して、個人単位で計算されます。令和8年度から子ども・子育て
世代を社会全体で支援する仕組みとして、子ども・子育て支援金制度
が開始され、従来の保険料(医療分)に子ども分が追加されます。均等

(次のページに続く)

割額と所得割率は都道府県の広域連合ごとに決められています。なお、世帯の所得状況などにより保険料の軽減が適用されます（所得に応じた軽減は自動的に行われるので申請は不要です）。

（神奈川県）

保険料（医療分）＝均等割額（52,531円）＋所得割額〔総所得金額等－基礎控除額（43万円※）〕×10.30％

保険料（子ども分）＝均等割額（1,330円）＋所得割額〔総所得金額等－基礎控除額（43万円※）〕×0.25％

※前年の合計所得金額が2,400万円を超える場合は基礎控除額が異なります。

一部負担金 所得に応じて、次の表の割合となります。

負担割合	所得区分	判定基準
3割	現役並みⅢ 市民税課税標準額 690万円以上	市民税課税標準額（所得から各種控除を差し引いた額）が145万円以上の後期高齢者医療被保険者がいる世帯
	現役並みⅡ 市民税課税標準額 380万円以上 690万円未満	
	現役並みⅠ 市民税課税標準額 145万円以上 380万円未満	
2割	一般Ⅱ	負担割合が3割に該当せず、市民税課税標準額が28万円以上の後期高齢者医療被保険者がいる世帯で「年金収入＋その他の合計所得」が被保険者1人の場合200万円以上、2人以上の場合は合計320万円以上
1割	一般Ⅰ	他の区分に該当しない場合
	区分Ⅱ	世帯員全員が市民税非課税（区分Ⅰを除く）
	区分Ⅰ	世帯員全員が市民税非課税で、所得が0円である場合（年金の所得は80.67万円（令和8年8月以降は82.65万円）を控除したときに0円となる場合）

高額療養費 1か月の医療費の自己負担の合計額が自己負担限度額を超えた場合には、高額療養費として、自己負担限度額を超えた額を口座振込みでお返しします。通常の場合、給付の対象となった診療月の3～5か月後に申請のご案内と申請書をお送りしますので、案内に沿って申請をしてください。申請してから2～4か月後に、指定の口座に振り込みます。一度申請していただくと、次回からは診療月の3

～ 5か月後に自動的に指定の口座に振り込みます。

自己負担限度額の詳細は神奈川県後期高齢者医療広域連合ホームページ(二次元コード)をご覧ください。⇒



「限度額適用認定証」「限度額適用・標準負担額減額認定証」について

これまで、所得区分が「区分Ⅰ・Ⅱ」または「現役並み所得者Ⅰ・Ⅱ」に該当されている方は、窓口ごとの支払いを自己負担限度額までとするために、各認定証を事前に申請し、被保険者証または資格確認書とともに医療機関に提示する必要がありましたが、次のとおり取り扱いが変更となります。

【マイナ保険証をお持ちの場合】

各認定証を提示しなくても、医療機関の受付時に情報提供に同意すると限度額を超える支払いが免除されます。

【マイナ保険証をお持ちでない場合】

オンライン資格確認の仕組みにより窓口での本人同意で、支払いを限度額までにすることができます。しかし、一部の医療機関で所得区分の提示を求められる場合があるため、所得区分の記載された資格確認書が必要な場合は、「後期高齢者医療制度」の問合せ先(61ページ)へ申請してください。

療養費の支給 治療のために作った装具代(コルセットなど)や、あんま・マッサージ・はり・きゅうの施術の代金(保険医が治療上必要であると認めた場合)は、療養費として一部払いもどしを受けることができます場合があります。

詳しい手続き、必要書類などは、「後期高齢者医療制度」の問合せ先(61ページ)へお問合せください。

※後期高齢者医療制度以外の医療保険につきましては、ご加入の各医療保険(健康保険組合、協会けんぽ、市町村国保など)の担当窓口へお問合せください。

ウィッグ等購入費の助成

問合せ先 健康増進課 電話042(769)8322

対 象 抗がん剤や手術などのがん治療に伴い補整具が必要な方

内 容 ウィッグ、補整パッド、補整下着、エピテーゼ（体表に取り付ける人工物で乳房、鼻、耳など）の購入費の一部を助成します。

費 用 自己負担額（助成額は「購入金額の1/2（助成上限3万円）」となります）

手続き 上記問合せ先にお問合せください。

内容の詳細
(市ホームページ)



がんピアサポート

問合せ先 健康増進課 電話042(769)8322

対 象 がん患者またはその家族

内 容 がんに関する不安や悩みについて、がん体験者が相談をお受けします。

費 用 なし

手続き 上記問合せ先にお申込みください。（予約制）

日程や時間の詳細は市ホームページ（二次元コード）をご覧ください。

内容の詳細
(市ホームページ)



敬老・生きがい

敬老事業

問合せ先 高齢・障害者福祉課 電話042(769)8354

内容の詳細
(市ホームページ)



対象 ①敬老訪問：各区の男女最高齢者

②敬老祝賀メッセージ：今年度に88歳または100歳のお誕生日を迎え、4月1日から発送時まで本市の住民基本台帳に記録されている方

③地区敬老事業：地区によって異なります。

内容 ①：9月頃に、市長が各区男女最高齢者を訪問し、長寿と健康をお祝いします。

②：老人の日(9月15日)に合わせ、郵送で市からの祝賀メッセージなどを贈呈します。

③：実施時期や対象者は、地区の敬老事業実施団体が決定します。市は地区敬老事業に対して補助金を交付します。

費用 なし

手続き いずれも申請などの手続き不要です。

対象の方には①と②については市から、③については地区敬老事業実施団体からお知らせいたします。

老人クラブ(ゆめクラブ相模原)

問合せ先 市老人クラブ連合会事務局(高齢・障害者福祉課内)
電話042(769)8354

対象 おおむね60歳以上の方

内容 市内には現在約180の老人クラブがあり、約8,000名の皆さんが地域の仲間と共同して、自主的に行う様々なクラブ活動を通じて高齢の方の仲間づくり、生きがいと健康づくりを図っています。

老人クラブでは次のような活動をしています。

①健康づくり：ペタンク、ゲートボール、グラウンド・ゴルフなど

②趣味・レクリエーション：囲碁、親睦旅行、歌、踊りなど

③友愛活動・ボランティア活動：友愛訪問、公園の清掃活動など

※活動内容はクラブごとに異なります。

費用 会費はクラブごとに異なります。

手続き 上記問合せ先にお問合せください。

(次のページに続く)

【老人クラブに入りたい方】

最寄りのクラブは二次元コードから住所を入力して検索してください。

右記「さがみんナビ」から最寄りのクラブが見つからない場合「老人クラブ(ゆめクラブ相模原)」の問合せ先(65ページ)にお問合せください。

内容の詳細
(さがみんナビ)



【老人クラブを作りたい方】

同一小地域に住んでいる方がおおむね30名以上集まれば結成できます。市老人クラブ連合会に加入することにより、市から運営費などの補助金があります。

シルバー人材センター

問合せ先 相模原市シルバー人材センター

中央事務所 電話042(754)1177
南事務所 電話042(745)2158
緑事務所 電話042(783)1313
津久井連絡所 電話042(780)1872
相模湖・藤野連絡所 電話042(684)3126

内容の詳細
(団体ホームページ)



対 象 ①仕事の申込み：どなたでも

②会員の申込み：原則60歳以上の健康で働く意欲のある方

内 容 ①：高齢の方が経験や能力をいかして、植木のせん定・除草・清掃・ふすま張りや障子張り・袋詰め・パンフレットの配布・駐車場の管理・毛筆筆耕やあて名書き・簡易な事務などの仕事を引き受けています。また、生活のちょっとした困りごと、1回30分以内でできる簡易な作業をワンコイン(500円)でお受けします。

②：生きがいのために臨時的・短期的な仕事をしていただく会員を募集しています。

費 用 ①：内容によって異なります。 ②会費：年額1,500円

手続き 一般家庭、民間事業所、公共団体を問わず上記問合せ先にお問合せください。

地域活動支援事業

- 問合せ先 高齢・障害者福祉課 電話042(769)8354
対 象 主に50歳以上の地域で活動したいと考えている方
内 容 地域活動のはじめの一步を踏み出すためのイベントなどを開催しています。
費 用 なし
手続き 詳しくは「広報さがみはら」や市ホームページ(二次元コード)をご覧ください。

内容の詳細
(市ホームページ)



さがみはら・ふれあいハートポイント事業(介護支援ボランティア事業)

- 問合せ先 高齢・障害者支援課 →相談窓口8ページへ
※ボランティア登録・活動調整に関することは、市社協中央ボランティアセンター 電話042(786)6181へお問い合わせください。
対 象 65歳以上の方
内 容 高齢の方が地域貢献や社会参加を通じて、生きがいづくりや介護予防ができることを目的に、市内の受入協力機関(高齢者福祉施設など)で行ったボランティア活動の実績に応じてポイントを付与し、年度末に報償金を交付します。
費 用 なし
手続き 相模原市社会福祉協議会の実施する説明会または直接窓口で、ボランティア登録をしてください。

内容の詳細
(市ホームページ)



全国健康福祉祭(ねんりんピック)

- 問合せ先 スポーツ推進課 電話042(769)6140
対 象 60歳以上の方(一部種目を除く)
内 容 毎年秋に開催される全国健康福祉祭に相模原市選手団を派遣しています。
費 用 交通費・宿泊費などについて自己負担(一部補助あり)
手続き 種目により選考スケジュールが異なりますので、参加希望者はお早めに上記問合せ先にお問合せください。

内容の詳細
(市ホームページ)



学習の機会

市民大学（あじさい大学コース）

- 問合せ先** 高齢・障害者福祉課
電話042(769)8354
- 対 象** 15歳以上の方（中学生を除く）
- 内 容** 「スポーツ系、体操系、文化・芸術系」といった多様な講座を開催します。
- 費 用** 受講料・教材費負担は講座ごとに異なります。
- 手続き** 前期は6月上旬、後期は9月上旬に申込受付を開始予定です。講座内容や申込方法などの詳細は、申込受付開始時期に市ホームページ（二次元コード）または総合学習センター、各まちづくりセンター・公民館などで配布する「講義案内」や「広報さがみはら」をご覧ください。



市民大学講義案内
見本
令和7年度版

内容の詳細
(市ホームページ)



サークル会員募集中！

- 問合せ先** 高齢・障害者福祉課 電話042(769)8354
- 対 象** どなたでも
- 内 容** あじさい大学を卒業された方々などが中心となってサークルを結成し、さまざまな分野で活動を行っています。あじさい大学や市民大学（あじさい大学コース）受講歴がなくても入会できます。
- 費 用** サークルごとに異なります。
- 手続き** 二次元コードから「会員募集中のあじさい大学 OB サークルについて」をご覧ください、各サークルの問合せ先にお問合せください。

内容の詳細
(市ホームページ)



高齢者教養講座

- 問合せ先 老人福祉センター湊松園 電話042(761)9291
老人福祉センター若竹園 電話042(746)4622
- 対象 60歳以上の方
- 内容 健康づくりや介護予防、歴史や趣味の教室などを通じて知識と技術の習得を図り、生きがいと仲間づくりにつなげます。
- 会場 老人福祉センター湊松園、老人福祉センター若竹園
- 費用 原則として受講料は無料(一部有料講座あり)。教材費は自己負担がある場合があります。
- 手続き 上記各会場に直接または電話でお申込みください。詳しくは「広報さがみはら」に掲載しますので、ご覧ください。※講座名はテーマによって異なります。

高齢者を対象とした教養・健康講座事業等

- 問合せ先 新磯ふれあいセンター 電話046(255)1311
東林ふれあいセンター 電話042(745)7660
- 対象 主に高齢の方(事業によって異なります。)
- 内容 指先を使ったハンドメイド講座や、歴史の教室、気軽に行える体操や運動を通じて、教養や健康づくりにつなげます。
- 会場 新磯ふれあいセンター、東林ふれあいセンター
- 費用 参加費負担あり(金額は事業によって異なります。)
- 手続き 詳しくは「広報さがみはら」に掲載しますので、ご覧ください。

高齢者学級

- 問合せ先 各公民館
- 対象 原則として60歳以上の方
- 内容 社会的能力を高めたり、市民生活の中でかかえている様々な問題を学習することで、積極的な生きがいづくりの場となるよう開設しています。
- 費用 なし
- 手続き お近くの公民館にお問合せください(地域によっては開設していない場合がありますので、ご注意ください)。

憩いと交流の場

老人福祉センター湊松園・若竹園、津久井老人福祉センター

対 象 市内在住の60歳以上の個人、市内の老人クラブや高齢者のサークルなど
内 容 高齢者の皆さんが、お互いに趣味やレクリエーションなどを通じて、より明るく活力に富む日々を過ごしてもらうための施設です。老人クラブやサークル活動にも活発に利用されています。老人福祉センター湊松園・若竹園では、大広間のカラオケや、お風呂も備えています。

利用時間 午前9時～午後4時

休所日 毎月第4月曜日

年末年始(12月29日～1月3日)

※設備保守などのため、この他に休所することがあります。

費 用 なし

手続き 【個人利用の場合】

直接窓口で利用受付をしてください。利用券を交付しますので、初めて利用する方は身分証明書をお持ちください。

【団体・サークル利用の場合】

利用したい部屋を事前に窓口で予約してください。

施設名	所在地・電話番号	交通【バス】
老人福祉センター 湊松園 	緑区大島 3339 電話 042(761)9291	JR・京王線橋本駅南口から 上大島行「上大島」下車徒歩 10 分 コミュニティバス相模川自然の村行 「湊松園前」下車すぐ ※定期コースの送迎バスあり(利用申込は事前に湊松園へ)
老人福祉センター 若竹園 	南区若松 2-1-38 電話 042(746)4622	① JR 相模原駅南口から 相模大野駅北口行(鵜野森経由) 「相模病院入口」下車徒歩 12 分 ②小田急線相模大野駅北口から 北里大学病院行「小沼」下車徒歩 10 分
津久井老人福祉センター 	緑区中野 633-1 (津久井中央公民館 2 階) 電話 042(780)8269	JR・京王線橋本駅北口から 三ヶ木行「仲町自治会館前」下車徒歩 3 分

津久井地域福祉センター

- 問合せ先 津久井地域福祉センター 電話042(784)6239
- 所在地 緑区太井150-1
- 交通 【バス】 JR・京王線橋本駅北口から三ヶ木行「太井」下車徒歩2分
- 対象 介護予防事業実施団体、老人クラブなど
- 内容 介護予防や機能訓練など、保健福祉サービスに係る取組で利用できる施設です。
- 利用時間 午前8時30分～午後5時
- 休所日 土・日曜日、祝日、年末年始(12月29日～1月3日)
- 費用 なし
- 手続き 施設の利用方法につきましては、上記問合せ先にお問合せください。

あじさい会館

対 象 60歳以上の方、高齢の方で構成される団体など
内 容 福祉への市民参加の場、社会福祉団体とボランティア団体の活動の場、高齢の方・障がいのある方・母子父子家庭のための憩いの場として設置されています。このうち、3階の大和室・第1和室・談話室は高齢の方のための施設として、囲碁将棋や踊りなどの趣味の場や団体活動の場として利用されています。高齢の方向けの各種教室や催しも行われています。また、緑区と南区に分室を設けています。

内容の詳細
 (施設ホームページ)



利用時間 午前9時～午後5時

休所日 年末年始(12月28日～1月3日)及び保守点検日
 ※詳細は施設ホームページをご確認ください。

費 用 なし(午後6時以降の利用は有料)

手続き 【個人利用の場合】

直接窓口で利用受付をしてください。

【団体利用の場合】

利用したい部屋を事前に窓口で予約してください。

施設名	所在地 電話番号	交 通
あじさい会館 (大和室・第1和室・ 談話室)	中央区富士見6-1-20 (あじさい会館3階) 電話042(759)3963	【バス】 ①JR相模原駅南口から「市民会館前」または「市役所前」下車 ②小田急線相模大野駅北口から「相模原警察署前」下車徒歩10分 注:「南警察署前」で降りないでください。
南分室 (高齢者交流室・ 談話室)	南区相模大野6-22-1 (南保健福祉センター内) 電話042(765)7085	【電車】 小田急線相模大野駅北口 下車徒歩10分
緑分室 (高齢者交流室・ 談話室)	緑区西橋本5-3-21 (緑区合同庁舎2階) 電話042(775)1761	【電車】 JR・京王線橋本駅南口 下車徒歩10分

新磯ふれあいセンター（れんげの里あいそ）・東林ふれあいセンター

- 対 象** どなたでも（高齢の方も一般の方もご利用いただけます。）
- 内 容** レクリエーション活動や高齢の方の健康づくり、仲間づくりなど
- 利用時間** 【個人利用の場合】 午前9時～午後6時
 【団体利用の場合】 午前9時～午後10時
- 休所日** 【東林ふれあいセンター】
 年末年始（12月29日～1月3日）および毎月第2月曜日（祝日の場合はその翌日）
 【新磯ふれあいセンター】
 年末年始（12月29日～1月3日）および5・7・9～3月の第2月曜日
 ※設備保守などのため、臨時に休館することがあります。
- 費 用** 利用方法、部屋によって異なります。
- 手続き** 【個人利用の場合】
 直接窓口で利用受付をしてください。
 【団体利用の場合】
 利用したい部屋を事前に窓口で予約してください。

施設名	所在地 電話番号	交 通
新磯ふれあいセンター （れんげの里あいそ） 	南区新戸2268-1 電話046(255)1311	【バス】 小田急線相武台前駅から磯部行 （JR 相武台下駅経由）「常福寺」 下車すぐ 【電車】 JR 相武台下駅下車徒歩10分
東林ふれあいセンター 	南区東林間1-22-17 電話042(745)7660	【バス】 小田急線相模大野駅北口から小田 急相模原駅行「旭町」下車徒歩6分

さがみ湖リフレッシュセンター

問合せ先 さがみ湖リフレッシュセンター
電話042(685)3988

内容の詳細
(施設ホームページ)



所在地 緑区若柳1207-4

交通 【バス】※いずれも桂橋経由は不可

① JR 相模湖駅から、三ヶ木行「内郷診療所前」下車徒歩2分

②三ヶ木から、相模湖駅行「内郷診療所前」下車徒歩2分

対象 どなたでも（高齢の方も一般の方もご利用いただけます。）

内容 高齢の方の健康の保持および増進、趣味活動の提供など

費用 ふれあいルーム（1・2）、調理実習室などの利用は有料

手続き 施設の利用方法につきましては、上記問合せ先にお問合せください。

さがみはら北の丘センター（北市民健康文化センター）

問合せ先 さがみはら北の丘センター
（北市民健康文化センター）
電話042(773)5570

内容の詳細
(施設ホームページ)



所在地 緑区下九沢2071-1

交通 【JR・京王線橋本駅南口から】

①コミュニティバス「せせらぎ号」相模川自然の村行で「北の丘センター」下車すぐ

②上溝行（作の口・六地藏経由）、田名バスターミナル行（榎戸経由）、上大島行（六地藏経由）のいずれかで「石宮」または「上中の原団地」下車徒歩10分

【JR 相模原駅南口から】

峡の原車庫行、相模原協同病院行（大河原経由）のいずれかで「金属工業団地」下車徒歩10分

対象 どなたでも

内容 「健康増進」「学びと創造」「ふれあい」の3つのコンセプトをもとに、スポーツ、文化、レクリエーションなど多様な活動フィールドとして利用できます。

利用時間 午前9時～午後10時（プール、浴室などの利用時間は異なります）

休所日 年末年始（12月29日～1月3日）、毎月第2火曜日

※設備保守などのため、臨時に休館することがあります。

費用 プール、浴室など一部の施設は有料

手続き 施設の利用方法につきましては、上記問合せ先にお問合せください。

市民健康文化センター

問合せ先 市民健康文化センター 電話042(747)3776

所在地 南区麻溝台1872-1

交通 【小田急線相模大野駅北口から】

女子美術大学行で「総合体育館前」下車徒歩2分

相模原駅南口行、上溝行、麻溝車庫行のいずれかで「友愛病院前」下車徒歩10分

【JR 相模原駅南口から】

相武台前駅行で「総合体育館前」下車徒歩2分

【JR 原当麻駅から】

北里大学病院・北里大学行、相模大野駅北口行のいずれかで「県立相模原公園前」下車徒歩15分

対 象 どなたでも

内 容 「健康増進」「学びと創造」「ふれあい」の3つのコンセプトをもとに、スポーツ、文化、レクリエーションなど多様な活動フィールドとして利用できます。

利用時間 午前9時～午後10時（プール、浴室などの利用時間は異なります）

休所日 年末年始（12月29日～1月3日）、毎月第2月曜日

※設備保守などのため、臨時に休館することがあります。

費 用 プール、浴室など一部の施設は有料

手続き 施設の利用方法につきましては、上記問合せ先にお問合せください。

内容の詳細
(施設ホームページ)



施設使用料等の減免

内容の詳細→
(市ホームページ)



【高齢者(65歳以上)に対する施設使用料等の減免について(個人利用)】

施設名	所在地 電話番号	減免対象の内容	施設使用料等の減免 一般→高齢者
市民健康文化センター	南区麻溝台1872-1 042(747)3776	プール(2時間) 浴室(1回)	700円 → 350円 330円 → 160円
さがみはら北の丘センター (北市民健康文化センター)	緑区下九沢2071-1 042(773)5570	プール(2時間半) 浴室(1回)	850円 → 420円 330円 → 160円
相模原市民ギャラリー	中央区相模原1-1-3 セレクト相模原4階 042(776)1262	主催事業の観覧料 (有料の場合)	観覧料(展覧会により異なる) の半額
西青山地域センター	緑区青山3184-1 042(780)5133	浴室(1回)	330円 → 160円
けやき体育館	中央区富士見6-6-23 042(753)9030	体育室と機能訓練室(個人利用日に限 る。)(午前、午後、夜間の時間区分ごと)	200円 → 100円
サン・エールさがみはら (勤労者総合福祉センター)	緑区西橋本5-4-20 042(775)5665	多目的室(卓球)(利用日は施設にお問合 わせください) トレーニング室(1回)	200円 → 100円 200円 → 100円
新磯ふれあいセンター	南区新戸2268-1 046(255)1311	浴室(1回)	260円 → 130円
相模川ふれあい科学館 アクリウムさがみはら	中央区水郷田名1-5-1 042(762)2110	観覧料	450円 → 220円
相模原ギオンアリーナ (総合体育館)	南区麻溝台2284-1 042(748)1781	バドミントン、卓球等の利用(午前、午 後①、午後②、夜間の時間区分ごと)	320円 → 160円
		弓道場(午前、午後①、午後②、夜間の 時間区分ごと)	250円 → 120円
		トレーニング室(1回)	400円 → 200円
		ジョギングコースは無料	
ほねごりアリーナ (北総合体育館)	緑区下九沢2368-1 042(763)7711	バドミントン、卓球等の利用(午前、午 後①、午後②、夜間の時間区分ごと)	300円 → 150円
		トレーニング室(1回)	400円 → 200円
		ジョギングコースは無料	
銀河アリーナ	中央区弥栄3-1-6 042(776)5311	アイススケート場(1回)	1,200円 → 600円
		貸靴料	500円 (高齢者の減免はありません)
		トレーニング室(1回)	400円 → 200円
相模原ギオンスタジアム (相模原麻溝公園競技場)	南区下溝4169 042(777)6088	競技場(陸上)	410円 → 200円
相模原ギオンフィールド (相模原麻溝公園第2競技場)	南区下溝4169 042(777)6088	競技場(陸上)	410円 → 200円
相模原ギオンアバンスポーツパーク (小山公園ニュースポーツ広場)	中央区小山4-1 042(700)0801	バスケットボールエリア等の入場料と照 明使用料(1回)	入 場 料: 280円→140円 照明使用料: 200円→100円
相模原ギオンベースボールパーク (相模原球場)	中央区弥栄3-1-6 042(753)6930	体育室(1回)	200円 → 100円
さがみはらグリーンプール (総合水泳場)	中央区横山5-11-1 042(758)3151	プール(1回)	700円 → 350円
		トレーニング室(1回)	400円 → 200円
こだまプール (小倉プール)	緑区小倉1 042(783)1110	プール(1回) 利用期間: 7/4, 5, 11, 12, 7/18~ 8/31	650円 → 320円
古淵鵜野森公園 屋外水泳プール	南区鵜野森1-25-1 042(747)4641	プール(2時間) 利用期間: 7/1~ 9/10	280円 → 140円
小原プール	緑区小原697-3 042(684)3257	プール(1回) 利用期間: 8/6~ 8/9, 8/13~ 8/16	160円 → 80円
ふじのマレットゴルフ場	緑区吉野1010-1 042(687)5700	マレットゴルフ場(1回)	200円 → 100円
		用具の貸出代(1式)	200円 → 100円
博物館	中央区高根3-1-15 042(750)8030	プラネタリウムおよび 全天周映画の観覧料	1回: 500円 → 250円 年間パスポート: 2,000円 → 1,000円

※窓口などで年齢を確認できる書類などの提示が必要な場合がありますので各施設にご確認ください。

※障害者手帳などを提示すると、別途優遇される場合がありますので各施設にご確認ください。

※今後、施設使用料等が改定される場合がありますので各施設にご確認ください。

住宅・税金・年金

住 宅

高齢者向けの市営・県営住宅

内容の詳細
「市営住宅」
(市ホームページ)

内容の詳細
「県営住宅」
(県ホームページ)

問合せ先 **【市営住宅】** 住宅課 電話042(769)8256
【県営住宅】 (一社)かながわ土地建物保全協会
 電話045(201)3673



内 容 市営・県営住宅には、一般世帯向け住宅のほか、次の高齢者向けの住宅があります。詳しくは、窓口へお問合せください。

対 象 高齢者向け住宅

住宅の種類	申込みの方	設置の有無	
		市営	県営
高齢者向住宅 〔シルバーハウジング※〕	65歳以上の単身または65歳以上の方 などからなる2人世帯	○	
単身者向住宅	60歳以上の配偶者のいない方	○	
高齢単身者向住宅	60歳以上の配偶者のいない方		○
老人世帯向住宅	60歳以上の方などで構成される世帯	○	

※シルバーハウジングとは、安全かつ快適な生活を営むことができるよう緊急通報装置が設置され、生活援助員が派遣されている住宅です。

市営・県営住宅への入居申込みの主な条件は次のとおりです。

- ①市営住宅は市内に1年以上お住まいであること
- ②世帯の収入が基準以内であること（世帯により基準が異なります）
- ③申込者または同居者が暴力団員などでないこと
- ④税金などの滞納がないこと
- ⑤住宅をお持ちでないこと

※市営・県営住宅ともに、高齢者世帯向け住宅以外の一般世帯向け住宅への申込みもできます。

費 用 なし

手続き 春と秋の年2回「広報さがみはら」、「県のたより」で募集のお知らせをします。

セーフティネット住宅

内容の詳細 →
(セーフティネット
住宅情報提供システム)



問合せ先 住宅課 電話042(769)9817

内 容 法律に基づき、一定の基準を満たし、高齢の方、障がいのある方、子育て世帯などの住宅確保要配慮者の入居を拒まない「セーフティネット住宅」として登録された民間賃貸住宅を閲覧することができます。

あんしん賃貸支援事業

内容の詳細 →
(かながわあんしん
賃貸住宅検索システム)



問合せ先 住宅課 電話042(769)9817

対 象 高齢の方、障がいのある方、外国人、子育て世帯で、民間賃貸住宅の家賃を安定して支払うことができ、地域社会の中で自立した日常生活を営むことができる方

内 容 高齢の方、障がいのある方、外国人、子育て世帯の入居をサポートする神奈川県居住支援協議会の事業です。家賃や所在地などの情報については、「かながわあんしん賃貸住宅検索システム」(二次元コード)から閲覧することができます。また、住まい探しをお手伝いいただける「協力不動産店」を探すこともできます。

高齢者住まい探し相談会

内容の詳細
(市ホームページ)



問合せ先 (公社)かながわ住まいまちづくり協会
電話045(664)6896

対 象 おおむね60歳以上の方

内 容 高齢の方の住まい探しに関する不安の解消や、円滑な住まい探しを支援するため、住まい探しの専門家による無料相談会を行います。

※具体的にお部屋をご紹介するものではありません。

※開催日については市ホームページ(二次元コード)をご覧ください。

費 用 なし

手続き 事前に電話での予約が必要となりますので、上記問合せ先にお申込みください。

※申込順・1組30分程度・各回5組まで

生活福祉資金（住宅資金）貸付け

問合せ先 さがみはら成年後見・あんしんセンター
市社協緑区事務所 市社協南区事務所
→社会福祉協議会88ページへ

対 象 次のすべてに該当する世帯 ※収入基準および審査があります
①ほかからの資金の借入れが困難で日常生活上介護の必要な高齢の方
（おおむね65歳以上）または障がいのある方がいる世帯
②低所得世帯で返済可能な世帯

内 容 住宅の増改築・補修などに必要な資金の貸付相談に応じます。

世帯状況	貸付限度額	償還期間	利 率
低所得世帯	2,500,000 円	7年 以内	連帯保証人を立てた場合：無利子 連帯保証人を立てられない場合：年1.5%
高齢の方がい る世帯			
障がいのある 方がいる世帯			

費 用 なし

手続き 上記の問合せ先にお問合せください。

税 金

所得税、市民税・県民税

問合せ先 ①【所得税について】 相模原税務署 電話042(756)8211
②【市民税・県民税について】 市民税課 電話042(769)8221

①所得税とは	②市民税・県民税（住民税）とは
個人の所得に対してかかる国税。 国に納付する。	地域社会の費用を住民が負担するという 性格の地方税。1月1日時点で住んでい る市町村に納付する。

※市民税・県民税の概要は、納税通知書（普通徴収）に
同封している「市民税・県民税のしおり」をご覧ください。

この冊子は、市民税課でも配布しています。



見本→
令和7年度版

対 象 ①【所得税の申告(確定申告)が必要な方(次のいずれかに該当する方)】

- 給与の収入金額が2,000万円を超える方
- 給与所得や退職所得以外の所得金額の合計額が20万円を超える方
- 給与の支払いを2か所以上から受けている方
- 公的年金などに係る雑所得の金額が所得控除を超える方
- 所得税の還付を受ける方

※公的年金などの収入金額が400万円以下で、それ以外の所得金額が20万円以下である場合、確定申告は必要ありませんが、還付を受けるための申告書を提出することはできます。

②【市民税・県民税の申告が必要な方(次のいずれかに該当する方)】

- 収入がなかった方
- 給与所得や退職所得以外の所得金額の合計額が20万円以下の方

※公的年金収入のみで、控除を追加しない場合は市民税・県民税の申告は不要です。

※確定申告する方は、市民税・県民税の申告は不要です。

所 得 控 除

納税義務者の実情に応じた税負担を求めるために、納税義務者に配偶者や扶養親族がいるかどうか、また、病気などによる医療費などの出費があるかどうかなど個人的な事情を考慮して、所得から控除を行います。このような控除を総称して所得控除といいます。

○配偶者控除と障害者控除

控除の種類		要件	控除額	
			所得税	市民税 県民税
配偶者控除 (注①)	控除対象 配偶者	配偶者が70歳未満の方(注②)	38万円	33万円
	老人控除 対象配偶者	配偶者が70歳以上の方(注②)	48万円	38万円
障害者控除	障害者	納税者本人または同一生計配偶者・扶養親族が身体障害者手帳、療育手帳または精神障害者保健福祉手帳の交付を受けている場合など(注③)	27万円	26万円
	特別障害者	障害者のうち、身体障害者手帳に1または2級、療育手帳にA、精神障害者保健福祉手帳に1級と記載されている場合など(注③)	40万円	30万円
	同居特別 障害者	同居の同一生計配偶者・扶養親族が特別障害者該当の場合	75万円	53万円

注① 扶養している納税義務者の合計所得金額が900万円を超えると控除額が逡減し、1,000万円を超える場合は、配偶者控除の適用はなくなります。

注② 扶養されている方の前年の合計所得金額が58万円以下

注③ これらの手帳の交付を受けていない方でも、65歳以上でかつ身体の状態や認知の度合いが、身体障害者手帳や療育手帳を交付される方と同じ程度であると判断される方は、障害者控除の対象となる場合があります。詳しくは各高齢・障害者相談課、各福祉相談センターへお問合せください。

○医療費控除

問合せ先 相模原税務署 電話042(756)8211

内 容 納税者本人や納税者本人と生計を一にする配偶者やその他の親族のために支払った医療費がある場合に、次の計算式により算出した金額を控除額とします（控除限度額200万円）。

$$\left[\boxed{\text{医療費支払額}} - \boxed{\text{保険金で補てんされる金額}} \right] - \boxed{\begin{array}{l} 10万円または \\ \text{総所得金額の5\%} \end{array}}$$

※いずれか少ない金額

※医療費控除を受ける場合は、「医療費控除の明細書」をご自身で作成し、申告書と一緒に提出する必要があります。領収書は自宅で5年間保管してください。

● 医療費控除の対象（抜粋）

- ・ 医師、歯科医師に支払った診療費、治療費
- ・ 治療、療養のための医薬品の購入費
- ・ 治療のために、あん摩マッサージ指圧師、はり師、きゅう師、柔道整復師に支払った施術費
- ・ 医師などによる診療などを受けるために必要な通院の費用、医師などの送迎のために通常必要な費用、入院（入所）の対価として支払う部屋代や食事代などの費用、医療用器具などの購入または賃借（借用）のために通常必要な費用
- ・ 医師などによる診療などを受けるために直接必要な義手、義足、松葉杖、補聴器、義歯などの購入の費用

● 医療費控除の対象とならないもの（抜粋）

- ・ 人間ドックその他の健康診断の費用や医師などに対する謝礼金
- ・ 疾病の予防または健康増進のために供される医薬品の購入費
- ・ 予防接種
- ・ 疲れを癒す、体調を整えるためのマッサージなど、治療に直接関係のないもの
- ・ 自家用車で通院する場合のガソリン代や駐車場の料金など
- ・ 電車やバスなどの公共交通機関が利用できる場合のタクシー代

（次のページに続く）

おむつ代の医療費控除

ねたきりの方の治療・介護に必要なおむつの費用は、医療費控除の対象となる場合があります。

おむつ代の医療費控除を申告する場合は、医療機関が発行した「おむつ使用証明書」による証明が必要です。

「おむつ使用証明書」の用紙は市民税課（電話042(769)8221）で配架しています。

また、市民税課で配架している用紙は、国税庁ホームページ（二次元コード）からダウンロードすることも可能です。

※なお、要介護認定を受けている方には、条件を満たすと、「おむつ使用証明書」の代わりに申告で利用できる「おむつ代の医療費控除に係る確認書」を市から交付しています。

この確認書の交付を希望する場合は、条件を満たすかを介護保険課認定班（電話042(769)8342）へお問合せください。

内容の詳細
（国税庁ホームページ）



介護保険と医療費控除

内 容 介護保険サービスのうち、看護、医学的管理の下における療養上の世話などに相当する部分の対価として利用者が負担する金額については、医療費控除の対象となります。

介護サービス事業者などが発行する領収書に記載されている医療費控除対象金額が対象です。詳細は国税庁ホームページ（二次元コード）をご覧ください。

・介護福祉士などによる喀痰吸引などの対価について

福祉系サービス（医療系サービスとあわせて利用しない場合）、または訪問介護（生活援助中心型）、認知症対応型共同生活介護（介護予防含む）、特定施設入居者生活介護（介護予防含む）、地域密着型特定施設入居者生活介護において行われる介護福祉士などによる喀痰吸引などについては、自己負担額の10分の1がその対価として医療費控除の対象となります。

内容の詳細
（国税庁ホームページ）



（居宅）



（施設）

年 金

老 齢 基 礎 年 金

- 問合せ先** 国保年金課 電話042(769)8228
相模原年金事務所 電話042(745)8101(代)
ねんきんダイヤル 電話0570-05-1165
※050で始まる電話でおかけになる場合 電話03(6700)1165
予約受付専用 電話0570-05-4890
※050で始まる電話でおかけになる場合 電話03(6631)7521
- 内 容** 老齢基礎年金は、保険料を納めた期間（保険料免除期間などを含む）が10年以上ある方が、65歳に達したときに受けられる年金です。
- 受給資格** 次の期間①～⑥を合算、原則として10年以上になることが必要です。
①国民年金の保険料を納めた期間
②国民年金の保険料の免除を受けた期間
③納付猶予や学生納付特例を受けた期間
④合算対象期間（任意加入できる方が加入しなかった期間など）
⑤昭和36年4月以降の厚生年金の被保険者または共済組合の組合員期間
⑥第1号被保険者であった期間
- 手続き** 加入していた年金制度により請求先は次のようになります。すべての年金は受けられる資格があっても本人の請求がなければ支給されませんので、忘れずに請求しましょう。
- 国民年金にのみ加入していた方
 - ①第1号被保険者期間（任意加入期間を含む）のみの場合
→国保年金課、緑区役所区民課、南区役所区民課、各まちづくりセンター（橋本・中央6地区・大野南を除く）、各出張所へ
 - ②第3号被保険者期間を含む場合
→相模原年金事務所、ねんきんサテライト相模原中央、街角の年金相談センター相模大野へ
 - 厚生年金、共済組合に加入していた期間がある方
→加入していた共済組合、相模原年金事務所、ねんきんサテライト相模原中央、街角の年金相談センター相模大野へ
- ※2つ以上の制度に加入していた方は、あらかじめ年金事務所へお問合せください。
- 【受給開始年齢の特例（繰上げ・繰下げ）】**
老齢基礎年金の受給開始年齢は原則65歳ですが、本人の希望により60歳から65歳になる前に繰上げて受給（繰上げ請求）したり、66歳から75歳（※）になる月までの間に繰下げて受給（繰下げ請求）する
(次のページに続く)

ことができます。

繰上げ（繰下げ）した場合、月数に応じた月単位で率が変わります。一旦繰上げ・繰下げ請求をすると一生同じ割合で、減額または増額された率の年金を受けることになります。

また、付加年金も同じ割合で減額または増額されます。

	年齢	受 給 率	
		昭和 37 年 4 月 1 日 以前生まれの方	昭和 37 年 4 月 2 日 以降生まれの方
繰上げ 受給	60 歳	70.0%	76.0%
	61 歳	76.0%	80.8%
	62 歳	82.0%	85.6%
	63 歳	88.0%	90.4%
	64 歳	94.0%	95.2%
	65 歳	100.0%	
繰下げ 受給	66 歳	108.4%	
	67 歳	116.8%	
	68 歳	125.2%	
	69 歳	133.6%	
	70 歳	142.0%	
	71 歳	150.4%	
	72 歳	158.8%	
	73 歳	167.2%	
	74 歳	175.6%	
	75 歳	184.0%	

※昭和27年4月1日以前生まれの方（または平成29年3月31日以前に老齢基礎（厚生）年金を受け取る権利が発生している方）は、繰下げの上限年齢が70歳（権利が発生してから5年後）までとなります。

社会福祉協議会

相模原市社会福祉協議会（市社協）

相模原市社会福祉協議会（市社協）は、「地域住民の参加と
支えあいによる福祉のまちづくり」を実現するために、住民
やボランティア、市民団体の方々など市域の福祉関係者とと
もに地域福祉活動を中心に様々な活動をする民間の福祉団体
です。在宅福祉サービスの提供やボランティア活動の促進、
福祉情報の発信など、様々な事業を行っています。

内容の詳細
(市社協ホームページ)



家事を手伝ってほしい【ふれあいサービス（有料の住民参加型家事援助サービス）】

問合せ先 ふれあいサービスセンター（市社協福祉推進課）

市社協南区事務所

市社協城山地域事務所

市社協津久井地域事務所

市社協相模湖地域事務所

市社協藤野地域事務所

→社会福祉協議会88ページへ

内容の詳細
(市社協ホームページ)



対 象 傷病などで買物や掃除、通院の付添いなど、日常生活でお困りの世帯
内 容 会員方式で実施する、有料の家事援助サービスです。買物、掃除、通
院付添い、話し相手などを実施しています。

費 用 会費：年間1,500円、利用料：30分450円～

手続き 上記問合せ先にお問合せください。

介護している認知症高齢者等を一時的に介護してほしい【ふれあいデイホーム】

問合せ先 市社協南区事務所

→社会福祉協議会88ページへ

内容の詳細
(ふれあいサービス)



対 象 障がいまたは認知症のある方 ※年齢制限なし

内 容 ご家族が、通院やご用事で介護が困難な場合、また、
ご家族の介護疲れを解消し休息とゆとりを持っていただくために、対
象の方をデイホーム（南保健福祉センター内）で一時的に介護いたし
ます。

利用時間 月～金曜日 午前10時～午後5時

土・長期休暇中の期間 午前9時～午後4時

費 用 4時間以内500円 ※4時間を超える場合は1,000円

手続き 上記問合せ先にお問合せください。

福祉用具の貸出し

- 問合せ先 市社協各事務所 →社会福祉協議会88ページへ
対 象 福祉用具を必要とする方
内 容 外出時の移動補助や制度利用を開始するまでのつなぎなどのため、車椅子(2週間以内)・松葉杖(2か月以内)の福祉用具を貸出ししています。
費 用 なし
手続き 上記問合せ先にお問合せください。

生活費の相談をしたい【生活福祉資金】

- 問合せ先 さがみはら成年後見・あんしんセンター
市社協緑区事務所 市社協南区事務所
→社会福祉協議会88ページへ
対 象 他からの融資が困難な低所得世帯の方
内 容 一時的に生活に困ったときや、高齢の方で不動産を担保とする生活費の貸付けを希望する場合など、ご相談ください。貸付けに関しては、審査があり、ご希望に添えない場合がありますので、あらかじめご了承ください。
費 用 なし
手続き 上記問合せ先にお問合せください。

何か自分にできることをやってみたい、ボランティアを紹介してほしい【ボランティアセンター】

- 問合せ先 中央ボランティアセンター 緑ボランティアセンター
南ボランティアセンター →社会福祉協議会88ページへ

●やってみたい(手助けをしたい方)

- 対 象 ボランティアや地域活動に興味のある方
内 容 ボランティア登録制度「いるかバンク」や地域の活動・グループを紹介します。
福祉イベントや子どもの居場所づくり、高齢の方や障がいのある方との趣味活動、傾聴、外出付き添いなどのボランティア活動を案内しています。
費 用 なし
手続き 上記問合せ先にお問合せください。

●紹介してほしい（手助けを受けたい方）

- 対 象** 生活の中でちょっとした手助けを必要としている方
- 内 容** 外出の付き添い、話し相手、趣味活動のサポート、福祉イベントの参加支援などの手助けをするボランティアを紹介をしています。
- 費 用** なし
- 手続き** 上記問合せ先にお問合せください。

話し相手や仲間がほしい【ふれあい・いきいきサロン（高齢の方対象）】

- 問合せ先** お近くの地区社会福祉協議会 →社会福祉協議会89ページへ
- 対 象** 各サロンによって異なりますのでお問合せください
- 内 容** 地域のボランティアなどが運営する身近な交流・仲間づくりの場です。月に1回程度おしゃべりやレクリエーションを楽しみ、孤独感・孤立感の解消や閉じこもりの予防をしています。情報交換や困りごとの相談、専門家からの情報提供などが行われています。
- 費 用** なし
- 手続き** 上記問合せ先にお問合せください。

福祉情報の提供

内容の詳細
(市社協ホームページ)



- 問合せ先** 市社協総務課
→社会福祉協議会88ページへ
- 対 象** どなたでも
- 内 容** 福祉サービス、各種講座、ボランティア関連などの福祉情報を次の方法（二次元コード）でお知らせします。
- ・広報紙社協さがみはら「みんないいひと」の発行
※点字版・録音版も発行しています。
 - ・ホームページや Instagram などの SNS
- 費 用** なし
- 手続き** 上記のいずれかの方法でご覧ください。

市社協の問合せ先

内容の詳細
(市社協ホームページ)



各サービス等の問合せ先に○がついています。○のうち、お住まいの地区が()に書かれている問合せ先にお問合せください。

※お問合せ・相談の内容によっては他の窓口や関係機関を案内することもありますのでご了承ください。

掲載ページ			38~40	78	84	84	85	85	85~86	86	86
問合せ先/所在地(庁舎名)	受付時間	電話 FAX	成年 後見 制度	住 宅 改 修 資 金 の 相 談	家 事 の 援 助	一 時 的 な 介 護	福 祉 用 具 の 貸 出 し	生 活 費 の 相 談	ボ ラン ティア	仲 間 づ く り	福 祉 情 報 の 提 供
社会福祉法人 相模原市社会福祉協議会 中央区富士見 6-1-20 (あじさい会館4階)											
総務課 (あじさい会館4階)	①	電話 042(730)3888 FAX 042(759)4382									○ (全区)
福祉推進課 (あじさい会館2階)	①	電話 042(704)6275 FAX 042(759)4382					○ (中央区)				
ふれあい サービスセンター	②	電話 042(756)5098 FAX 042(759)4382			○ (中央区、 橋本・大沢 地区)						
中央ボランティア センター		電話 042(786)6181 FAX 042(786)6182							○ (中央区)		
さがみはら成年後見・ あんしんセンター (あじさい会館2階)	①	電話 042(756)5034 FAX 042(759)4382	○ (全区)	○ (中央区)				○ (中央区)			
緑区事務所 緑区西橋本5-3-21 (緑区合同庁舎2階)	①	電話 042(775)8601 FAX 042(774)7160		○ (緑区)			○ (緑区)	○ (緑区)			
緑ボランティア センター	②	電話 042(775)1761 FAX 042(774)7160							○ (緑区)		
南区事務所 南区相模大野6-22-1 (南保健福祉センター1階)	①	電話 042(765)7065 FAX 042(748)4419		○ (南区)	○ (南区)	○ (全区)	○ (南区)	○ (南区)			
南ボランティア センター	②	電話 042(765)7085 FAX 042(748)4419							○ (南区)		
城山地域事務所 緑区久保沢1-3-1 (城山総合事務所本館3階)	②	電話 042(783)1212 FAX 042(782)4050			○ (城山 地区)		○ (城山 地区)				
津久井地域事務所 緑区中野633 (津久井総合事務所3階)		電話 042(784)3393 FAX 042(784)6142			○ (津久井 地区)		○ (津久井 地区)				
相模湖地域事務所 緑区与瀬896 (相模湖総合事務所3階)		電話 042(649)0202 FAX 042(649)0200			○ (相模湖 地区)		○ (相模湖 地区)				
藤野地域事務所 緑区小淵2000 (藤野総合事務所内)		電話 042(687)3361 FAX 042(687)4049			○ (藤野 地区)		○ (藤野 地区)				

お近くの地区社会福祉協議会の事務局(89ページ)

受付時間：①月～金曜日 午前8時30分～午後5時15分(祝日、年末年始(12月29日～1月3日)は休み)
②月～金曜日 午前9時～午後5時(祝日、年末年始(12月29日～1月3日)は休み)

地域福祉の推進役！地区社会福祉協議会（地区社協）

地区社会福祉協議会（地区社協）は、まちづくりセンターや公民館などの区域を単位として自治会、民生委員・児童委員、老人クラブ、ボランティア団体、福祉事業者など地域の福祉に取り組む諸団体の協議体として22地区で組織されています。

地区社協は、地域福祉活動のまとめ役としての役割を担い、市社会福祉協議会は、地区社協活動が活発になるよう様々な支援を行っています。

【地区社会福祉協議会の事務局】

地区名	所在地	連絡先
橋 本	緑区西橋本5-3-21 緑区合同庁舎2階	042-775-8602
大 沢	緑区大島1776-5 大沢まちづくりセンター内	042-713-1554
城 山	緑区久保沢1-3-1 城山総合事務所本館3階	042-783-1212
津 久 井	緑区中野633 津久井総合事務所3階	042-784-3393
相 模 湖	緑区与瀬896 相模湖総合事務所3階	042-649-0202
藤 野	緑区小淵2000 藤野総合事務所内	042-687-3361
小 山	中央区向陽町8-1 小山公民館内	042-755-0350
清 新	中央区清新3-16-1 清新公民館内	042-755-0055
横 山	中央区横山台1-20-10 横山公民館内	042-756-7711
中 央	中央区富士見2-13-1 中央公民館内	042-758-0130
星 が 丘	中央区星が丘3-1-38 星が丘公民館内	042-755-9955
光 が 丘	中央区並木4-7-9 光が丘公民館内	042-707-1332
大 野 北	中央区鹿沼台1-10-20 大野北まちづくりセンター内	042-861-4512
田 名	中央区田名4834 田名まちづくりセンター内	042-713-3690
上 溝	中央区上溝7-7-17 上溝まちづくりセンター内	042-703-9390
大 野 中	南区古淵3-21-1 大野中まちづくりセンター内	042-705-5105
大 野 南	南区相模大野5-31-1 南区合同庁舎4階 地域振興課内	042-749-2056
麻 溝	南区下溝594-6 麻溝まちづくりセンター内	042-778-2381
新 磯	南区磯部916-3 新磯まちづくりセンター内	046-244-3733
相 模 台	南区相模台1-13-5 相模台まちづくりセンター内	042-705-1422
相 武 台	南区新磯野4-1-3 相武台まちづくりセンター内	046-204-8010
東 林	南区相南1-10-10 東林まちづくりセンター内	042-705-3315

そ の 他

福祉に関するマークの紹介

内容の詳細
(市ホームページ)



対 象 配慮が必要な方

内 容 それぞれの身体状況についてわかりやすくするため、
いろいろなマークや表示があります。

	障害者のための国際シンボルマーク 障がいのある方が利用できる建物、施設であることを明確に表すための世界共通のシンボルマークです。 このマークは「すべての障がいのある方を対象」としたものです。特に車いすを利用する障がいのある方を限定し、使用されるものではありません。
	身体障害者標識 肢体不自由であることを理由に免許に条件を付されている人が運転する車に表示するマークです。(表示は努力義務) 危険防止のためやむを得ない場合を除き、このマークを付けた車に幅寄せや割り込みを行った運転者は、道路交通法の規定により罰せられます。
	聴覚障害者標識 聴覚障がいであることを理由に免許に条件を付されている方が運転する車に表示するマークです。(表示は義務) 危険防止のためやむを得ない場合を除き、このマークを付けた車に幅寄せや割り込みを行った運転者は、道路交通法の規定により罰せられます。
	耳マーク 聞こえが不自由なことを表すマークです。 このマークを提示された場合は、相手が「聞こえない」ことを理解し、コミュニケーションの方法への配慮についてご協力をお願いいたします。
	ほじょ犬マーク 身体障がい者補助犬同伴の啓発のためのマークです。 身体障がい者補助犬とは、盲導犬、介助犬、聴導犬のことを言います。現在はデパートやスーパー、ホテル、レストランなどの民間施設でも身体障がい者補助犬が同伴できるようになりました。
	補助犬同伴可マーク 身体障がい者補助犬の受け入れを促進するマークです。

	オストメイトマーク 人工肛門・人工膀胱を造設している人(オストメイト)のための設備があることを表しています。 オストメイト対応のトイレの入口・案内誘導プレートに表示されています。
	ハート・プラスマーク 身体内部(心臓、呼吸機能、じん臓、膀胱・直腸、小腸、肝臓、免疫機能)に障がいがある方を表しています。 このマークを着用されている方を見かけたら、内部障がいへの配慮についてご理解、ご協力をお願いします。
	障害者雇用支援マーク 公益財団法人ソーシャルサービス協会が障がい者の在宅障がい者就労支援並びに障がい者就労支援を認めた企業、団体に対して付与する認証マークです。
	「白杖 SOS シグナル」 普及啓発シンボルマーク (社会福祉法人日本盲人会連合推奨マーク) 白杖を頭上50cm程度に掲げてSOSのシグナルを示している視覚に障がいのある方を見かけたら、進んで声をかけて支援しようというマークです。 見かけたら、進んで声をかけ、困っていることなどを聞き、サポートをしてください。
	高齢運転者標識 70歳以上の方が運転する車に表示されているマークです。(表示は努力義務) 危険防止のためやむを得ない場合を除き、このマークを付けた車に幅寄せや割込みを行った運転者は道路交通法の規定により罰せられます。
	ヘルプマーク 義足や人工関節を使用している方、内部障害や難病の方、認知症の方または妊娠初期の方など、外見では分からなくても援助や配慮を必要としている方々が、周囲の方に配慮を必要としていることを知らせることで、援助を得やすくなるよう、作成したマークです。 見かけたら、思いやりのある行動をお願いします。
	介護マーク 介護中であることを周囲に理解していただくためのマークです。 見かけたら、あたたかく見守り、可能であれば手助けをするなど、ご理解、ご協力をお願いします。



社会福祉法人たちばな福祉会

相模原市南区南台5-10-26 ☎042-744-1313

法人本部 ☎042-705-8525

立正保育園・プリスクールRISSHO(分園) ☎042-744-1313

RISSHO KID'S きらり・分園ポピー ☎042-767-2013

老人デイサービスセンター芙蓉の園 ☎042-744-1860

小規模多機能ホーム芙蓉の園 ☎042-705-2213

グループホーム芙蓉の園 ☎042-705-2213

第2小規模多機能ホーム芙蓉の園 ☎042-767-2770

ヘルパーステーション芙蓉の園 ☎042-745-1312

居宅介護支援センター芙蓉の園 ☎042-766-1013

相模台第1地域包括支援センター ☎042-767-3888

※以上相模原市内の施設のみ

ホームページ <http://www.rissho.or.jp/wp>

介護で未来をちょっと照し続ける

介護一筋、一途な会社

31 都道府県に 909 拠点
グループ会社 30 社
10000 人を
超えるスタッフと
50000 人のお客様



事業所一覧

セントケア相模原（訪問介護・訪問入浴）TEL:042-759-2949
セントケア相模大野（訪問介護・訪問入浴・居宅介護支援）TEL:042-749-2943
セントケア相模大野デイサービスセンター（認知症対応型通所介護）TEL:042-701-1070
セントケア相模原ちよだ（ショートステイ）TEL:042-730-6856
セントケア鶴野森（小規模多機能型居宅介護）TEL:042-702-0850
セントケア看護小規模鶴野森（看護小規模多機能型居宅介護）TEL:042-701-1780
セントケア看護小規模清新（看護小規模多機能型居宅介護）TEL:042-786-4929

セントケア神奈川
ホームページ



■ お問い合わせ 045-227-8871
■ 求人について 0120-952-249

 **セントケア 神奈川株式会社**

神奈川県横浜市中区太田町4丁目55番地 横浜馬車道ビル7F

入所

ショートステイ

デイケア

心と身体に
寄り添う
安心の介護

医療法人社団 清伸会 老人保健施設 なごみの里



安心のケア

経験豊富なスタッフが
心を込めてサポートします。



ふじの温泉病院

内科・精神科・神経科



なごみの里ケアセンター

居宅介護支援
福祉用具貸与

求人について（各職募集中）

お問い合わせはお気軽にどうぞ TEL：042-689-2421まで

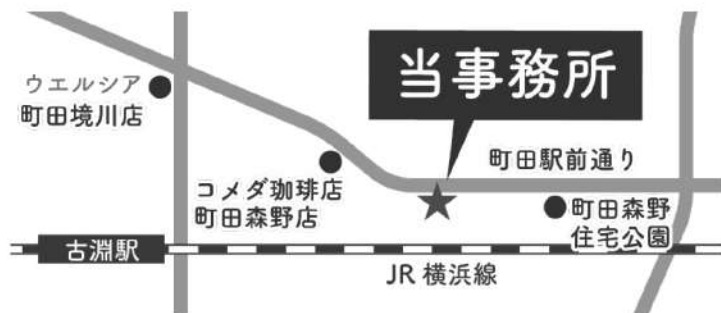
医療法人社団 清伸会
老人保健施設 なごみの里

〒252-0186 神奈川県相模原市緑区牧野8110-2
TEL：042-689-2421 / FAX：042-689-2422

＼どこに頼んだらいいかわからない方へ。当事務所ですべて完結します。／



相続・遺言



- ☑ 相続登記
- ☑ 相続税申告
- ☑ 遺族年金
- ☑ 遺言作成
- ☑ 相続税対策

古淵駅 徒歩15分 町田市森野六丁目395番地2
ご訪問も対応 TEL/042-750-8232

MAIL/tax.law.umezawa@gmail.com



税理士・社労士・司法書士・行政書士

梅澤事務所



セントケア りまいん相模大野

あなたの街の福祉用具とリフォーム屋



ベッド・車いす貸与



介護リフォーム
手すり取付等



一般リフォーム
浴室・トイレリフォーム



福祉用具レンタル・販売

介護リフォーム・一般リフォーム

私達にお任せください！

相談・お見積り無料です。お気軽にお問い合わせ下さい。

地域包括支援センターや居宅介護支援事業所と連携できます。



まずはお電話で
ご連絡ください

スタッフがご自宅に
伺います

ご相談から
支援に繋がります

セントケアりまいん相模大野

相模原市南区上鶴間本町4-50-30

042-862-1010

パルシステム神奈川の福祉『ぬくもり』

ぬくもり相模大野駅前（訪問介護）



駅チカでアクセス便利！
経験豊富なスタッフが、
利用者一人ひとりのニーズに合わせた
訪問介護サービスをご提供いたします。

〒252-0303
相模原市南区相模大野3-14-10 第2足立ビル3F

連絡先:042-701-8018

ぬくもり東林間（居宅介護支援）



介護保険に関する手続きや、
最適な介護サービスプランの
ご提案をいたします。

〒252-0302
相模原市南区上鶴間7-20-10

連絡先: 042-745-0581

地域の皆さんの安心をサポートします。
介護に関するご相談はお気軽にお問い合わせください。

2027年3月オープン予定！！

地域密着型サービス事業所 ぬくもり相模大野
(小規模多機能型居宅介護・グループホーム併設)

住み慣れた地域で、安心して暮らせる新しい施設が誕生します。
・小規模多機能型居宅介護: 通い、訪問、宿泊を組み合わせた柔軟なサービス。
・グループホーム: 家庭的な環境で、認知症の方をサポート。

詳細については、今後随時ご案内いたします。ご期待ください！

お問い合わせ先:
パルシステム神奈川 福祉事業課
TEL:045-470-5702



パルシステム神奈川
ホームページ



令和8年度版

高齢者のための
ふれあい福祉ガイド

令和8年7月 発行

編集・発行

相模原市役所
高齢・障害者福祉課

相模原市中央区中央2丁目11番15号
(本館4階)

電話 042(769)8354

FAX 042(759)4395

電子メールアドレス

k-s-fukushi@city.sagamihara.kanagawa.jp

