

令和7年度版 陸別町高齢者便利帳 ～介護予防、暮らしの安心サービス編～

陸別町では、高齢者が住み慣れた地域で健やかに安心して生活できるようなサービスを行っています。
お気軽にお問合せください。

おおむね65歳以上の町民の方を対象としています。



発行：陸別町地域包括支援センター

介護予防ポイント事業



次の2つの方法でポイントを貯めると、陸別町商工会が発行する商品券と交換できます。

- ①町内の介護施設等で対象となるボランティア活動を行った場合⇒しばれくんポイント
- ②町内の介護予防に関連する事業等に参加した場合⇒つらちゃんポイント

*ポイントカードの発行およびポイント交換場所は、陸別町社会福祉協議会です。

【問合せ先】陸別町保健福祉センター

☆保健師のちょこっとアドバイス☆

生活習慣病の発症予防と重症化予防は「健診の受診」から！！

令和7年度の「特定健診・後期高齢者健診」および「がん検診」は、次の3日間です。

8月31日(日)、9月1日(月)、9月2日(火)

※巡回ドック対象者については、11月11日(火)、11月12日(水)、11月13日(木)です。

【問合せ先】
保健福祉センター保健指導担当 ☎0156-27-8001

「陸別町版エンディングノート」を使ってみませんか？

⇒自分に「もしもの時」が訪れる前に、自分の気持ちを誰かに託すためのノートです。気軽に書ける内容で、書き方はお伝えします。
配布場所～保健福祉センター

1. 安心して生活するための介護保険外サービス

陸別町ケア付き
一時住まい事業
「かっこうの家」

保健福祉センター
☎0156-27-8001

何らかの要因で介護や見守りが必要になった町民が、状態に合った必要なケアを受けることができる宿泊タイプの事業です。しらかば苑の3階に5部屋用意しており、しらかば苑の職員がケアの提供を行います。

- ・委託先：北勝光生会しらかば苑
- ・利用対象者：認知症の診断がない方で、何らかのケアが必要になった方
- ・利用料：個人の収入に応じた区分により徴収

電話サービス

社会福祉協議会
☎0156-27-2760

安否確認と健康状態の把握・相談に応じます。

実施日：毎週月・水・金(祝祭日除く)
利用料金：無料

除雪サービス

社会福祉協議会
☎0156-27-2760

体力的に除雪をすることが困難で、除雪の援助が必要な方のお手伝いをします。

利用料金：1回200円
※事前登録制です。

配食サービス

保健福祉センター
☎0156-27-8001

調理が困難な方にボランティアが1日1回夕食のお弁当を届けます。

実施日
月～金のうち希望日(祝祭日除く)
利用料金
1食350円(課税の方は800円)
※配達担当：社会福祉協議会

お弁当は「浜田旅館」様が調理しています。
利用受付は保健福祉センターです。

訪問型
サービスA

保健福祉センター
☎0156-27-8001

委託先の職員が家を訪問し、生活支援(掃除、洗濯、調理など)を行います。

利用対象者：「基本チェックリスト」に該当した事業対象者の方
※委託先：
りくべつエヌピーオー優愛館

緊急通報
サービス

保健福祉センター
☎0156-27-8001

在宅生活が不安な方のご自宅に「緊急通報装置」を設置し、緊急事態が起きた時にガードマンが駆けつけます。

利用には審査があるため、希望される方は一度ご相談ください。

2. 介護予防・通いの場に関するサービス

生きがい
活動支援事業

りくべつエヌピーオー優愛館
☎0156-27-2500

外出や交流の場として毎週金曜日に開設している通所型の事業です。

開設場所：ふれあいの郷
開設時間：10時から16時まで ※時間内で自由にご利用できます。
*事前予約でお昼ご飯が食べられます。利用される2日前までにお申し込みください。(1食500円)
*毎月最終金曜日はイベントの日です。内容は回覧でご確認ください。

ほっとカフェ

保健福祉センター
☎0156-27-8001

春・夏・秋・冬の年4回の開催で、1年間を通して「認知症に関するお話」をテーマとして企画しています。時間は13時から15時で、申込み不要です。

実施日：春～5/21(水)新町交流館 夏～8/27(水)ぶらっと広場
秋～11/26(水)若葉生きがい交流館 冬～2/25(水)ぶらっと広場
◎皆さんが希望される場所へうかがって「出張ほっとカフェ」を企画することもできます。お気軽にお問合せください。

ふれあいサロン
「ひだまり」

社会福祉協議会
☎0156-27-2760

「町民が気軽に集える居場所づくり」を目的として開催しています。

利用料金：昼食代1食500円(15食限定)
実施場所：高齢者交流センター、保健センター多目的室
実施日：毎月第4水曜日 10時～15時
内容：AM 簡単ふまねっと運動、PM うたごえサークル・工作 など

リハビリテーション
活動支援事業

保健福祉センター
☎0156-27-8001

理学療法士がご自宅を訪問し、リハビリの視点から身体の動きなどについて助言・指導を行う事業です。

対象者：身体的な不調の回復のために助言を受けたい方。
実施日：毎月1回

ふれあい
昼食交流会

社会福祉協議会
☎0156-27-2760

70歳以上の一人暮らしの方を対象に、月に1度食事会を行っています。

利用料金：500円
実施場所：保健センター内
開催日：くらしのカレンダーをご参照ください。
※事前に申し込みが必要です。

ふれあい
マージャンサロン

社会福祉協議会
☎0156-27-2760

頭で考えて手先を使うので認知症予防に効果的です。

実施日：毎週木曜日 13時15分～16時30分
利用料金：無料
実施場所：高齢者交流センター

ふまねっと
運動教室

社会福祉協議会
☎0156-27-2760

歩行機能改善、認知機能改善に効果的な運動を行っています。

実施日：毎週木曜日 10時～11時30分
利用料金：無料 実施場所：保健センター内
※運動する際にはサポーターがついています。

お口の介護予
防事業

保健福祉センター
☎0156-27-8001

歯科衛生士(北見市在住)と地域包括支援センター職員が、高齢期特有のお口の悩みに対応します。

1. お口の健康教室～計5回実施(6月・8月・10月・12月・2月)
2. 個別訪問～随時対応
※日時については保健福祉センターにお問合せください。

フードバンク
事業

社会福祉協議会
☎0156-27-2760

フードバンクの食品を活用して、必要な方などへ食品をお渡ししています。

対象者：食や生活に困っている、町内在住の方(登録制)
※詳細は社協にお問合せください。

令和7年度版 陸別町高齢者便利帳 ～要介護認定編～(要介護・要支援認定が必要なサービス)

介護が必要になった場合、陸別町では様々な介護サービスや施設を整備しています。
詳細は陸別町地域包括支援センターまでお問合せください。(電話0156-27-8001)

発行: 陸別町地域包括支援センター

☆介護保険サービスの利用手順☆

「病気をしてから、誰かの手伝いが必要だね。最近、物忘れもするようになって生活が大変だよ」

「年齢とともに体が不自由に感じるわ…」

①一人でできていたことができなくなってきた場合(要介護)
②誰かの手伝いが必要な場合(要支援)

⇒地域包括支援センター(保健センター内)で「要介護認定の申請」を受け付けています。介護や医療、認知症に関するご相談にも応じています。

☎0156-27-8001

要介護・要支援認定の手続きの流れ

①申請 第1号被保険者(65歳以上)または第2号被保険者(40歳～64歳の方で特定疾病に該当する方)が地域包括支援センターで申請を行います。

②調査 地域包括支援センター職員が本人の自宅等を訪問し、心身の状態について確認します。

③意見書依頼 町から主治医に依頼して、主治医意見書を作成してもらいます。本人と家族の受診が必要となる場合があります。

④認定審査会 訪問調査・主治医意見書の内容をもとに、足寄町、本別町、陸別町の3町の合議体で構成している「介護認定審査会」で審査され、「要介護区分」が判定されます。

⑤結果 認定結果に基づいて「要介護1～5」「要支援1～2」「非該当」の区分に認定され、町から「要介護認定結果通知書」として交付されます。

☆介護保険で利用することができるサービス☆

1. 在宅サービス

居宅介護支援

陸別町居宅介護支援事業所
(保健福祉センター内)
☎0156-27-8001

介護支援専門員(ケアマネジャー)が介護サービス利用の調整等を行います。

短期入所生活介護(ショートステイ)

特別養護老人ホームしらかば苑
☎0156-27-3803

宿泊する中で必要な介護の提供を行います。

訪問看護 訪問診療

陸別町国保関寛斎診療所
☎0156-27-2135

看護師がご自宅で健康状態の確認や療養の指導を行います。

福祉用具貸与(福祉用具のレンタル)

【問合せ先】
居宅介護支援事業所
(保健福祉センター内)
☎0156-27-8001

福祉用具専門員が状態にあった福祉用具を選定し、利用の評価を行います。

訪問介護

ホームヘルプセンターりくべつ
(社協内)
☎0156-27-2760

ホームヘルパーがご自宅を訪問し、食事作りや掃除等の生活支援やおむつの交換等の身体介護のお手伝いをします。

訪問入浴

ホームヘルプセンターりくべつ
(社協内)
☎0156-27-2760

ホームヘルパーがご自宅に浴槽を持ち込み入浴のお手伝いをします。

居宅療養管理指導

陸別薬局
☎0156-27-3400

薬剤師がご自宅で、薬の飲み方に関する指導を行います。

訪問リハビリテーション

【問合せ先】
地域包括支援センター
(保健福祉センター内)
☎0156-27-8001

理学療法士がご自宅で日常生活の自立を助けるための指導を行います。

2. 地域密着型サービス

通所介護(デイサービス)

陸別町デイサービスセンター
☎0156-27-3881

通所する中で、入浴介助や昼食の提供、身体機能活動の支援を受けることができます。

認知症対応型グループホーム

りくべつエヌピーオー優愛館
グループホーム
ゆうの里・あいの里

要支援2以上で認知症の診断を受けた方が必要な介護を受けることができます。

3. 施設サービス

特別養護老人ホーム

特別養護老人ホームしらかば苑
☎0156-27-3803

要介護(3以上)を有する方に対し、施設サービス計画に基づいて必要な介護を受けることができます。

4. その他給付事業

福祉用具購入

【問合せ先】
地域包括支援センター
☎0156-27-8001

国が定めた特定福祉用具の種目において10万円を限度に購入費の補助を行います。

住宅改修

【問合せ先】
保健福祉センター介護保険担当
☎0156-27-8001

国が定めた住宅改修の種類の範囲内において、20万円を限度に改修費の補助を行います。

介護用品給付事業

【申請先】
保健福祉センター介護保険担当
☎0156-27-8001
【チケット交付先】
陸別町社会福祉協議会

紙おむつ、尿取りパッドの購入補助を行います。

移送サービス

陸別町社会福祉協議会
☎0156-27-2760

常時車いすやストレッチャーを必要とする方などを対象に専用車両で送迎します。