

なかがわ

高齢者生活支援 ガイドブック

令和8年3月発行版



もくじ

参加する

- フレイルの予防 2
- ふれあい・いきいきサロン 4
- みつば会（名古屋市高齢者はつらつ長寿推進事業） 6
- なごやかクラブ（老人クラブ） 8
- 活動の探し方ヒント 9

支えあう

- 地域支えあい事業 11
- 地域共生社会 13

相談する


- いきいき支援センター 14
- 認知症への対応 16
- 名古屋市あんしんエンディングサポート事業 18
- “終活”の紹介 19
- 覚え書きカード 20
- 特殊詐欺の防止、交通事故の防止 21

お役立ち情報

- 医療に関する相談 22
- 生活に役立つサービスや活動 24
- 名古屋市の高齢者福祉事業 26

- 関係機関MAP 28

ご利用上の注意

- 冊子の各ページにある  は、その事業等について問合せや相談ができる窓口を表しています。主な窓口については、P.28、29 の関係機関 MAP にも掲載しています。
- 令和 8 年 3 月現在の内容で作成しています。内容が変更になる場合がありますので、最新の情報はお問い合わせください。
- 対象要件の記載のない場合は、原則として 65 歳以上の方が利用できる事業（活動）です。



冊子の紹介

この冊子には、中川区で暮らす高齢者のみなさんが、住み慣れた地域で自分らしく、いきいきと、安心して暮らしていくうえで、役立つ情報をまとめています。日頃から高齢者の生活や福祉に携わる支援者の方に活用いただくことを目的として、高齢者おひとりおひとりの希望や状況に合わせて、事業や制度、連絡先が紹介できるようになっています。また、福祉に関連する言葉やキーワードについても簡単に紹介しています。

冊子の構成

「参加する」、「支えあう」、「相談する」「お役立ち情報」の4つのパートで構成しています。

参加する	地域のなかで誰もが気軽に参加できる活動や交流の場所を紹介しています。
支えあう	日常のちょっとした困りごとを地域のみなさんで解決する活動を紹介しています。
相談する	生活上の不安や将来への備えを相談できる制度や窓口を紹介しています。
お役立ち情報	その他、中川区内で利用できる事業や施設、連絡先をまとめています。

参加する

区役所・支所

保健センター

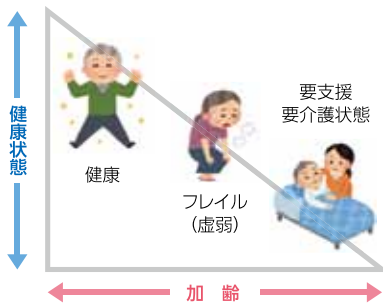
フレイルの予防

●健康維持のポイント「フレイル」の予防

生活の多くの活動は健康であることでより充実します。
健康を維持するため「フレイル」に注意しましょう。

フレイルとは

年とともに筋力や心身の活力が低下した状態を「フレイル（虚弱）」といい、放置すると介護が必要な状態になってしまいます。



あなたのフレイル危険度は？

- 6カ月で体重が2kg以上減った
- 疲れやすくなった
- 筋力(握力)が低下した
- 歩くのが遅くなった
- 身体の活動量が減った

★1～2項目当てはまる人
……………フレイルの前段階

★3項目以上当てはまる人
……………フレイルの疑い

(日本版CHS基準を参考)

趣味やスポーツ、外出といった活動が減るとフレイルの危険性が高まります。活動頻度が減少した人は維持した人に比べ、フレイルの相対リスクが1.2倍から1.5倍高いという研究結果[※]が出ています。

※ JAGES日本老年学的評価研究プロジェクト「2020年新型コロナウイルス感染症流行下の高齢者実態調査による11自治体の分析結果」より

「運動・食事・交流」でフレイルに負けない体と心を

毎日の生活習慣でフレイルは予防でき、フレイルになってしまっても早期対応で健康を取り戻すことができます。

次のページでフレイル予防法を紹介しています→

名古屋市フレイル予防ポイント&見守りアプリ

●フレイル予防でポイントがたまる

体操動画やフレイル予防情報を見たり、毎日の歩数や通いの場(※)へ参加したりするとポイントがたまります。

※通いの場は、地域住民が集まって運動や趣味活動等を行い、交流する場所です。

⇒たまったポイントはdポイントに交換し、街での買い物等に利用できます。

●アプリで見守り

歩数が24時間以上0歩の場合などに、あらかじめ登録した家族等にお知らせが届きます。

問い合わせ先

名古屋市フレポ&見守り事務局
利用者専用サポートセンター
TEL 03-6836-2750



詳しくはこちら



◆地域福祉推進協議会 ふれあい給食サービス

ひとり暮らし高齢者等を対象にした給食会を開催したり、食事をボランティアが届けたりして顔の見える関係を通じて孤独感の解消をはかっています。

問い合わせ先 区社協 TEL 352-8257



参加する

ふれあい・いきいきサロン

社協

●ふれあい・いきいきサロンとは…

地域住民のみなさんが、身近な場所に集まって気軽に楽しく交流する活動で、地域の「お茶の間」「たまり場」とも言われています。

活動内容は、みなさんでおしゃべりしたり、体操、ゲーム、物作りを行うなど、サロンによって様々ですが、共通しているのは参加者みなさんで交流をすることを主に、和気あいあいと楽しむ活動であることです。

●サロンの詳しい情報については…

ふれあいいきいきサロンマップ

【URL】<http://nakagawashakyo.jp/m3/m3b.htm>



動画でわかりやすく地域福祉活動を紹介

YouTube中川区社協チャンネルのご案内

「地域支えあい事業」、「ふれあい・いきいきサロン」、「認知症予防リーダー」などのボランティア・地域活動を短編動画で紹介しています。

動画配信先(YouTube)

【URL】<https://www.youtube.com/@user-nm9ep2bf7m>

中川区社協チャンネル

検索



問い合わせ先 区社協 TEL 352-8257



多様なサロン



仲間づくり

その場所に行けば誰かがいて、話ができる。様々な人と出会い、地域のつながりが深まります。



ご近所同士の支えあい

参加者同士でお互いの様子を知り、自然な形で見守りあうことができます。

生きがいつくり・社会参加

当日の準備を参加者で行うなど、様々な人がそれぞれの役割を持ち、参加している方全員が活躍することができます。



参加する

みつば会(名古屋市高齢者はつらつ長寿推進事業)

社協

コミュニティセンターなどの身近な場所において、レクリエーションや趣味の教室等を通じて介護予防と仲間づくりができるプログラムを提供しています。



▲交流会



▲レクリエーション



▲作品展

★参加者募集時期

前期(4～9月): 2月頃 後期(10～3月): 8月頃

※広報なごや中川区版や中川区社会福祉協議会ホームページでご案内します。

<みつば会 日程と実施会場>

火曜日	9:30~11:30	① 広見コミュニティセンター (西日置二丁目16-1)
	10:00~12:00	② 春田公民館 (春田四丁目91)
	13:30~15:30	③ 赤星コミュニティセンター (富田町千音寺東川岸塚1483-1)
	14:00~16:00	④ 正色コミュニティセンター(下之一色町字権野167-1)
水曜日	9:30~11:30	⑤ 愛知コミュニティセンター (愛知町33-3)
	10:00~12:00	⑥ 豊治コミュニティセンター (江松四丁目624)
	13:30~15:30	⑦ 昭和橋コミュニティセンター (玉船町1-1-1)
	13:30~15:30	⑧ 東起町公民館(東起町4-97)
木曜日	10:00~12:00	⑨ 荒子コミュニティセンター (中郷二丁目164)
	10:00~12:00	⑩ 篠原コミュニティセンター (太平通3-10)*
	13:30~15:30	⑪ 富田地区会館 (戸田四丁目2502)
	14:00~16:00	⑫ 八幡コミュニティセンター (荒越町1-1-3)
金曜日	9:30~11:30	⑬ 露橋コミュニティセンター (露橋二丁目13-1)
	10:00~12:00	⑭ 中島公民館(中島新町二丁目502)
	13:30~15:30	⑮ 富田北地域センター (吉津四丁目3201)
	13:30~15:30	⑯ 助光荘集会所 (助光二丁目2501)

*会場が使用できない場合など変更することがあります。

問い合わせ先

区社協 TEL 352-8257

参加する

なごやかクラブ (老人クラブ)

区老人クラブ連合会

老人クラブは、会員自らの生きがいと健康づくり、生活と地域を豊かにする社会貢献のための活動を行っている自主的な団体です。

健康づくり活動では、グラウンド・ゴルフ、カローリング、ボッチャ、ウォーキングやラジオ体操などが活発に行われています。また、生活を豊かにする活動として教養講座、研修会、活動発表会、趣味の作品展などを開催しています。

地域を豊かにする活動では、身近な地域の公園、道路などの清掃活動や地域のひとり暮らし高齢者等の孤立防止や生きがいづくりを目的にした訪問活動、サロン活動が行われています。また、子どもの登下校時の見守りなどの地域活動も行われています。



カローリング



グラウンド・ゴルフ



ボッチャ



清掃活動



趣味の作品展

問い合わせ先 区役所福祉課 TEL 363-4415

活動の探し方ヒント①

これまでの経験や新しい学びを活かしながら、ボランティア活動やイベントに参加することができます。

ボランティア団体を調べたり、イベントや講座に参加したい!という方は…

●名古屋市市民活動推進センター

<https://www.n-vnpo.city.nagoya.jp/>

所在地

名古屋市中区栄三丁目18番1号
ナディアパーク デザインセンタービル6階
(地下鉄「栄」から徒歩7分、「矢場町」から徒歩5分)



●なごやボラねっと

https://www.mimiline.jp/nagoya_svc/index.php



●みみライン

<https://www.mimiline.jp/>



中川区の魅力や生活に役立つ情報も学んでみたい!という方は…

●地域の担い手発掘セミナー

区役所・支所・社協

趣味や教養など、いろいろなテーマを学びながら、地域活動やボランティア活動について知るきっかけとなるセミナーを開催しています。

セミナー例 令和7年度ながわのヒーローアカデミー(全5回連続講座)



コーヒーの淹れ方講座



農業体験&BBQ



中川運河クルーズ乗船体験

問い合わせ先 区社協 TEL 352-8257

参加する

社 協

活動の探し方ヒント②

身近な場所で誰かに相談しながら、活動を体験しながら探したい!という方は…

●中川区社会福祉協議会ボランティアセンター(中川区ボラセン)

ボランティアを必要とする人と、活動したい人をつなぐ窓口として、ボランティアに関する相談や情報提供、派遣の調整などを行っています。

●「地域の応援団ボランティアグループ」

区内のさまざまなボランティア活動に参加したい人たちが集まるグループです。「粗大ごみの搬出が一人ではできない」といった生活上の困りごとのお手伝いをはじめ、サロンで珈琲を淹れて楽しんでもらう活動、各種イベントへの参加、福祉教育(例:小・中学校での車イス体験学習)のサポートなどに取り組んでいます。定例会を開催しているほか、メンバー向けの公式LINEで活動情報を配信しており、都合がつかうときに、好きな活動を選んで参加することもできます。初めてボランティア活動に参加する方にもおすすめです。

●特定分野で活動するボランティアグループ

同じ趣味や目的をもった人が集まり、活動しているグループもあります。

グループ例

傾聴ボランティアみみちゃん

高齢者施設・個人宅での傾聴活動を行っています。月1回の定例会で仲間同士が疑問や悩みを共有し、自分育ての機会としています。



名古屋なかがわ 災害ボランティアネットワーク

名古屋市や中川区で災害が起きたとき、全国から駆け付ける災害ボランティアの受け付けや活動調整を行い、災害ボランティアセンターの運営に協力します。日頃は、いざというときに備え、関係機関・団体と協力し、防災や災害ボランティアを知ってもらうことを目的とした防災講座に取り組み、地域の防災訓練に協力しています。

問い合わせ先 区社協 TEL 352-8257

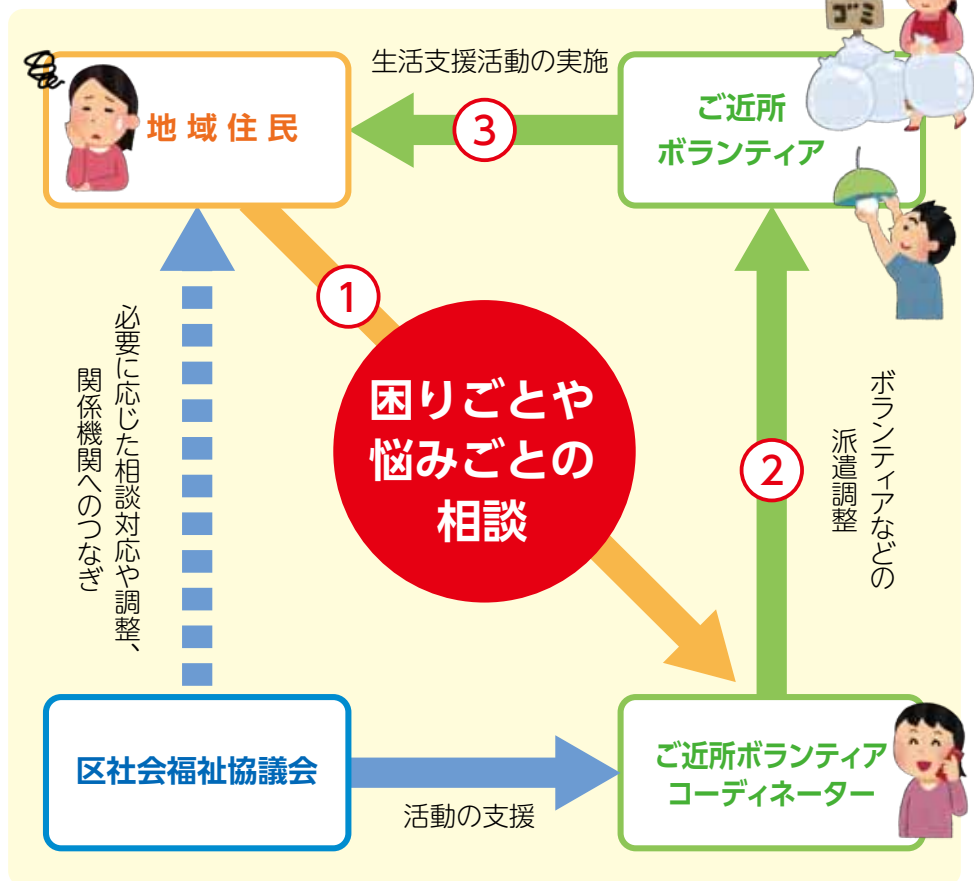
支えあう

社 協

地域支えあい事業

ちょっとした困りごとを抱えた方に対して地域住民の互助により支援し、住民同士の支えあいを推進する事業です。学区の地域福祉推進協議会が中心となって相談窓口を設置し、困りごとの相談に合わせて活動できるご近所ボランティアの派遣調整を行っています。またご近所ボランティアで解決が困難な場合は関係機関、専門職と連携しながら問題解決を図り、誰もが安心して暮らせるまちづくりを目指します。

※相談例や実施学区連絡先は次ページで紹介しています



支えあう

地域支えあい事業相談窓口(実施学区)

社協

八幡学区 水・金曜日 13時～15時 (八幡コミュニティセンター) TEL 070-5338-8011	常磐学区 水・金曜日 9時～12時 (常磐コミュニティセンター) TEL 070-5332-1255
昭和橋学区 月・木曜日 9時～12時 (昭和橋コミュニティセンター) TEL 070-5336-1244	中島学区 水・金曜日 10時～12時 (中島公民館) TEL 080-4182-9690
正色学区 火・木曜日 10時～12時 ※電話対応のみ TEL 090-8202-9305	五反田学区 水・金曜日 9時～12時 (五反田コミュニティセンター) TEL 070-5331-7222
戸田学区 水・金曜日 10時～12時 (富田地区会館) TEL 090-6392-3306	千音寺学区 火曜日 10時～12時(富田北地域センター) 木曜日 10時～12時(千音寺荘第一集会所) TEL 070-5336-1266

一緒にボランティアをする仲間も随時募集しております!ご興味のある方は、ぜひ窓口または電話連絡にてお待ちしております。(各学区の窓口開設時間帯のみ対応)

生活上のちょっとした困りごと…

- 電球の取り換え ●小修繕 ●話し相手 ●ごみ出し、粗大ごみの搬出 ●枝切り など



各学区によって対応できる内容が異なります。詳しくは上記の相談窓口にお問い合わせください。

地域支えあい事業を実施していない学区にお住まいの方は、「地域の応援団ボランティアグループ」(P10参照)に相談することができますので、中川区社会福祉協議会にご連絡ください。また、相談内容によっては、いきいき支援センター等の関係機関におつなぎする場合があります。

問い合わせ先 区社協 TEL 352-8257

トピックス

みんなで「地域共生社会」をつくりましょう!

～誰もが地域で安心して自分らしく暮らし続けられる社会へ～

「地域共生社会」は、年齢、障害、国籍、生活状況に関わらず、一人ひとりが生きがいや役割を持ち、助けあいながら暮らししていくことのできる社会です。

そのような地域をつくるためのしくみのひとつが「重層的支援体制整備事業」です。いろいろな困りごとを抱えている人や家庭に、高齢、障害、子ども、生活困窮など各分野の支援や地域の取り組みを横につなげて重ね合わせて支援していくものです。



(例) 8050問題、生活困窮、病気・障害、ひきこもり、ヤングケアラー、不登校 等

はちまるごうまる

※8050世帯…80代の親と50代の子などの世帯で生活に行き詰っている世帯



理念「地域共生社会」

～誰もが安心して暮らせる社会～

しくみ「重層的支援体制整備事業」



3本の柱

包括的相談支援

～いろいろな困りごとを丸ごと支える～

参加支援

～つながりづくり・孤立防止～

地域づくり支援

～地域全体で支えあう～

地域での支えあいが広がり、孤立のない社会へ

さまざまな相談支援機関と連携し困りごとを抱える人に寄り添った取り組みを進めています。日ごろ、地域・近隣で心配な人がいたら、区役所・支所、いきいき支援センター、社会福祉協議会などへ相談してください。

相談する

いきいき支援センター(地域包括支援センター)

～お気軽にご相談ください～

いきいき支援センターは、高齢者のみなさまが住み慣れた地域で安心して生活できるように、健康・福祉・介護・認知症などに関する相談・支援を行っています。

高齢者に関する様々な相談に応じています。

- 身体が弱ってきて日常生活が不安
- 退院後の在宅生活が心配
- ひとり暮らしをしているが掃除や買い物などの日常生活が大変になってきた
- 足腰が衰えないように介護予防に取り組みたい
- 閉じこもりがちな生活を送っており心配
- 介護サービスを利用したい
- 介護保険の手続き方法がわからない
- もの忘れが気になってきた
- 認知症のことを相談したい
- 介護に疲れている など



お気軽に
ご相談ください

ご存じですか？「高齢者いきいき相談室」

「高齢者いきいき相談室」は、福祉・介護などについて、身近な場所で相談できる窓口です。いきいき支援センターから委託された居宅介護支援事業所が運営しており、相談内容に応じていきいき支援センターと連携して支援しています。

● 高齢者いきいき相談室の一覧はこちら

NAGOYAかいごネット内の高齢者いきいき相談室のwebサイトです。

「1 高齢者いきいき相談室一覧」に掲載されている「相談室チラシ」や「相談室一覧」の中川区のページをご覧ください。



●いきいき支援センターの取り組み紹介

高齢者に関する様々な相談に応じます	<ul style="list-style-type: none"> ●健康、福祉、介護、認知症などに関する相談 ●介護保険サービス利用相談
いつまでも元気に！ 介護予防をすすめます	<ul style="list-style-type: none"> ●「要支援1」「要支援2」と認定された人への支援 ●「事業対象者」の人への支援 ●地域の集まり等での介護予防の啓発
高齢者の皆さまの権利を守ります	<ul style="list-style-type: none"> ●高齢者虐待、権利擁護、消費者被害の相談・啓発
孤立しがちな人への見守り支援に取り組んでいます	<ul style="list-style-type: none"> ●孤立しがちな人への個別支援 ●定期的な電話による見守り
認知症の人への支援	<ul style="list-style-type: none"> ●認知症の人への支援や認知症介護の相談 ●認知症初期集中支援チームによる支援 ●若年性認知症サロン「来未（くるみ）」の開催
認知症の人を介護するご家族への支援	<ul style="list-style-type: none"> ●本冊子P16・17ページをご覧ください
認知症の人が安心して暮らす地域をめざして	<ul style="list-style-type: none"> ●認知症サポーター養成講座 ●チームオレンジ ●認知症カフェの支援
高齢者を支えるケアマネジャー等への支援	<ul style="list-style-type: none"> ●ケアマネサロンの開催 ●個別ケース支援等

問い合わせ先

中川区東部いきいき支援センター TEL 354-8343
 中川区西部いきいき支援センター TEL 352-8258
 中川区西部いきいき支援センター分室 TEL 364-7273
 センターの担当学区は、P28・29ページをご覧ください。



相談する

認知症の人を介護している皆さまへ

いきいき支援センターでは、認知症の相談や認知症の人を介護している家族のための教室やサロンを開催しています。

家族が認知症かなと思ったときや認知症の人を介護していて困ったときなどは、ひとりで悩まずにご相談ください。

●家族教室

認知症の人を介護する家族を対象に、医師や介護経験者などが認知症の基礎知識や認知症の人への接し方などをお伝えします。各回後半にはミニ交流会もあります。全5回コース。

●医師 (もの忘れ相談医) による専門相談

医師が認知症の症状や対応方法など、心配ごとや困りごとの相談に応じ、本人・家族などの不安の解消や早期発見・早期治療に向けたアドバイスを行います。1回1組30分程度。3組まで。

●家族サロン (憩いの場)

認知症の人の家族同士が交流を目的に集まり、介護の悩みを話し合ったり、情報交換をしたりしています。自由に参加し、息抜きやリフレッシュができるような場です。

西部いきいき支援センター分室では、隔月で認知症家族交流会「やすらぎの会」を開催しています。

家族教室、医師(もの忘れ相談医)による専門相談、家族サロン(憩いの場)は、東部・西部のそれぞれのいきいき支援センターが開催しています。西部の場合は分室開催のときもあります。会場や日時はそれぞれのセンターへお気軽にお問い合わせください。

●若年性認知症サロン「来未」(くるみ)

若年性認知症サロン「来未」は、若年性認知症の人とその家族が参加します。認知症の本人同士の交流会、簡単な運動、レクリエーション、家族同士の交流会などを実施しています。東部・西部いきいき支援センターが区内認知症介護指導者などにご協力いただきながら開催しています。隔月開催。

●お申込み・お問い合わせ先

中川区東部いきいき支援センター	TEL 354-8343
中川区西部いきいき支援センター	TEL 352-8258
中川区西部いきいき支援センター分室	TEL 364-7273

センターの担当学区は
P.28・29ページをご覧ください。



●中川区認知症のしおり(認知症ケアパス)

ご自身やご家族、ご近所の方が認知症になった時、認知症の進行に合わせてどんなケアが必要なのか、こういった制度を利用することができるのかを紹介する「中川区認知症のしおり(認知症ケアパス)」を区役所・支所・保健センター・いきいき支援センターなどで配布しています。ぜひご覧ください。



相談する

名古屋市あんしんエンディングサポート事業

死後、葬儀や家財処分などを依頼できる人がいない高齢者に対し、預託金を預かり、死後のサポートをする名古屋市の事業です。

対象(主な条件)

- 市内在住の65歳以上で、原則、子や孫などがいないひとり暮らしの方
- 契約能力があり、市民税非課税かつ預貯金1,000万円以下で、現在居住中の住まい以外に不動産を所有していない方

※契約の時点でその他条件をすべて満たす方が本事業の対象となります。
詳細は下記へお問い合わせください。

料 金

- 預託金(葬儀・納骨費用25万円、家財処分費用)の一括納付が必要(家財処分費用は状況に応じ分割可)

サービス内容

- 生前の見守り・安否確認サービス
- 葬儀、納骨の実施
- 賃貸住宅の家財処分・明渡しに伴う諸手続
- 死亡に伴う行政官庁への届出
- 公共料金の収受機関等への連絡



問い合わせ先

名古屋市社会福祉協議会 権利擁護推進部
TEL 919-5013 FAX 919-7585

“終活”の紹介

“終活”とは…

「人生の終末を迎えるにあたり、延命治療や介護、葬儀、相続などについての希望をまとめ、準備を整えること」(デジタル大辞泉)とされていますが、明確な定義はなく、人生の最終段階に向けた生き方も含め、広い意味で使用されています。

●エンディングノート

亡くなった場合や、病気にかかり意思疎通が困難になった場合などを想定して、あらかじめ親族などへの要望や指示、あるいは自分史などを書き留めておくノートのことで、遺言とは異なり、法的効力は持ちません。

名称や規格も様々で、市販されているものなどがあります。

●ACP (アドバンス・ケア・プランニング、(愛称:人生会議))

自分が望む医療とケアについて、前もって考え話し合い、家族や大切な人、医療や介護の支援者と共有する取り組みのことで。

●「名古屋市 在宅医療・介護のしおり」

問い合わせ先 名古屋市はち丸在宅支援センター TEL 971-0874

名古屋市はち丸在宅支援センターでは、病気や障害によって医療や介護のサービスが必要になっても、住み慣れた自宅などで最期まで生活することができることを紹介した冊子「名古屋市在宅医療・介護のしおり」を発行しています。

いつ訪れるかわからない「もしもの時」のために、元気なうちから周囲の信頼する人たちと繰り返し話し合い、共有する取り組み(ACP)についても分かりやすく紹介しています。



二次元コードから
閲覧できます。

相談する

覚え書きカード

緊急連絡先、民生委員、ケアマネジャー等の連絡先を記入し、自宅内に掲示することで、いざという時の連携や早期の対応につなげる「覚え書きカード」を配布しています。

◆民生委員とは？

民生委員法に基づき、厚生労働大臣から委嘱され、ボランティアとして活動する非常勤の地方公務員です。

同じ地域で生活する住民の一員として、住民からの様々な相談に応じ、必要な支援を受けられるよう、地域の専門機関等との「つなぎ役」を担っており、ひとり暮らし高齢者等への訪問、見守り活動を行っています。

覚え書きカード

私には 緊急救済や消防署などに連絡するときは、自宅の住所が必要です。いざという時のため、記入しておきましょう。

氏名: _____ (姓) (名前・大正・昭和) 年 月 日

住所: 中川区 _____

電話番号: _____

火事・急病のとき 119 (通報なし) 中川消防署 ☎052-363-0119

事件・犯罪のとき 110 (通報なし) 中川警察署 ☎052-354-0110

連絡先	名	前	☎ 電話番号
緊急連絡先			
(住所: _____)			
緊急連絡先			
(住所: _____)			
民生委員			
ケアマネジャー		[所属所名] [担当名]	
かかりつけ医			
中川区役所	福祉課		052-363-4415
	富田支所		052-301-8376
中川保健センター			052-363-4455

愛知・豊田・岡崎市・玉川・豊橋・豊田・中川・西中川・広島・八幡・八幡学区にお住まいの方は
中川区東部いきいき支援センター ☎052-354-8343

津島・富田・五股・正合・千代寺・戸部・豊田・豊田・豊田・豊田・豊田・豊田・豊田・豊田にお住まいの方は
中川区西部いきいき支援センター ☎052-352-8258

中川区西部いきいき支援センター分室 ☎052-364-7273

このカードは 固定電話の近くや冷蔵庫の扉や緊急時でも分かりやすい場所に掲示してください。

◆ケアマネジャーとは？

要支援や要介護と認定された高齢者が、ヘルパーやデイサービスなどの介護サービスを受けられるよう、ケアプラン(介護サービスの提供計画)の作成や、関係機関との連絡調整などを行っている介護保険の専門家です。

「特殊詐欺」の防止

あなたの財産を狙う「特殊詐欺」の多くは電話から始まります。こんな言葉が出たら、一度電話を切って、周りの人や警察に相談してください。

「還付金がある」「ATMを操作して」「キャッシュカードが不正に使われている」「料金の未納がある」「(親族を騙り)トラブル解決に今すぐ金がいる」

被害にあわないために

- 登録した電話以外には出ない・留守番電話を活用
- 被害防止機能付き電話機の導入
- 国際電話からの着信を休止(警察署にお問い合わせください)

不安を感じた時のご相談先

- 警察の相談ダイヤル #9110
- 消費者ホットライン 188

★被害を受けた・見かけたときは迷わず110番へ通報を!

「交通事故」の防止

令和7年に愛知県内で発生した交通事故死者数112名のうち、55名が65歳以上の高齢者です。

高齢者の方は特に、安全確認を徹底し、大切な命を守りましょう。

交通事故防止のポイント

- 信号、横断歩道のある場所で横断しましょう
- 近所の慣れた道でも、必ず安全確認しましょう
- 自転車は早めにライトを点灯し、ヘルメットを着用しましょう
- 周りから気づかれやすいように、明るい服装や反射材を活用しましょう

お役立ち情報

医療に関する相談

●医師会



中川区医師会では、中川区内で訪問診療に対応する医療機関を紹介しています。訪問診療は、通院できない方のお宅に訪問して診察を行います。また名古屋市医師会では名古屋市はち丸在宅支援センターを設置し、地域における医療・介護の推進に努めています。在宅療養に関する相談にも応じていますので、お気軽にご連絡ください。

問い合わせ・依頼先

名古屋市中川区医師会 TEL 361-7272
名古屋市はち丸在宅支援センター TEL 971-0874
(中川区担当者まで)

●歯科医師会



中川区歯科医師会では、通院できない方のお宅に訪問して「歯科の相談」「歯科治療」「口腔ケア」を行っています。

必要な方は、お気軽にかかりつけ歯科医または、事務局までご相談ください。

問い合わせ・依頼先

事務局 TEL 090-2689-8020

●薬剤師会



中川薬剤師会では、「おくすり出前講演」と称してコミュニティセンター、サロンへ講師の派遣を行っています。健康に関わる話題提供、くすりに関する疑問・質問などの内容について講演の要望がありましたら、お気軽にご依頼ください。

問い合わせ・依頼先

中川区保健センター 保健予防課 TEL 363-4361

ご存じですか？「医療ソーシャルワーカー」

● 医療ソーシャルワーカーはどんな職種？

病院等の医療機関で働いている社会福祉の専門職を「医療ソーシャルワーカー」といいます。メディカルソーシャルワーカー(MSW)や医療相談員とも呼ばれています。患者さんやご家族の抱える様々な困りごとに対して、関係機関と連携を図り、解決できるよう支援します。



● どのような困りごとを一緒に解決してくれるの？

- ◎ 安心して療養できるよう、心理的・社会的問題のご相談に応じています。
例) 病気で体調が十分に回復せず、今後の生活に不安を抱えている
- ◎ 自宅退院に向けた介護サービス等の調整の他、自宅退院が難しい場合は適切な転院先や施設入所の調整に対応します。
- ◎ 退院後の社会復帰(復職・復学)を支援します。
- ◎ 受診や受療を援助します。適切な病院・診療所等の情報提供の他、必要に応じ円滑に医療を受けられるよう、医師等へ事前に情報提供を行います。
- ◎ 医療費、生活費に困っている場合に、各種制度を活用し支援します。
- ◎ 病院の中だけでなく、地域の患者会やボランティア育成等の支援を行い、地域の保健医療福祉の取り組みに貢献します。

● どのように相談すれば良いの？

相談は無料です。外来受診の際やご本人・ご家族が入院されている等、来院された際にはお気軽にご相談ください。

お役立ち情報

○生活に役立つサービスや活動

名称	内容	問い合わせ先
生活援助 軽サービス 事業	65歳以上のひとり暮らしの方などで日常生活上の援助を必要とする方に、シルバー人材センターの会員が、臨時的で軽易な作業を行います。利用料金は1回あたり250円(令和8年4月から)、材料費及びシルバー人材センター会員の交通費等の実費は利用者負担。	名古屋市シルバー 人材センター 南部支部 TEL 671-3161 FAX 683-1614
福祉会館	60歳以上の方が、いきいきとしたシニアライフを楽しむための施設です。囲碁将棋、卓球等の自由利用、各種講座の開催、入浴事業などを行っています。	中川福祉会館 TEL 351-9121 FAX 352-9406
認知症予防 事業	認知症予防教室 …認知症予防に役立つ運動、知識や活動について学ぶ教室を開催しています。 認知症予防リーダー養成講座 …認知症予防の普及啓発のために地域で活躍するリーダー(ボランティア)を養成し、活動を支援しています。	
鯉城学園	8専攻(国際、健康と福祉、暮らしなど)を開設し生きがいくくりと地域活動の核となる人材の養成をしています。	鯉城学園 TEL 222-7521 FAX 222-7523
中川鯉城会	鯉城学園卒業後の自主グループで趣味活動やボランティア活動を行っています。	

○協同組合による生活支援活動

名 称	内 容	問い合わせ先
みなと医療生協 おたすけねっと	ちょっと手助けが必要な方に、話し相手、部屋の片づけなど、お互い様の精神でお手伝いする会です。(一部有償)提供地域に限りがあります。	TEL 652-2338

○高齢者の就業に関する問い合わせ先

年齢にかかわらず働き続けることができるよう、高齢者の就業に関する取り組みを進めています。

名 称	問い合わせ先
名古屋市シルバー人材センター	TEL 842-4688 FAX 842-4894
名古屋市高齢者就業支援センター	TEL 842-4691 FAX 842-4894
シニアサポートセンター (ハローワーク名古屋東)	TEL 846-6730

※いずれも65歳になる前からご相談いただけます。

○消費者トラブルの相談先

事業者から購入した商品やサービスの契約トラブルなどの相談を受け付けています。

名 称	問い合わせ先
名古屋市消費生活センター	TEL 222-9671 月～土 9:00～16:15 (祝休日・年末年始除く。土は電話相談のみ)
消費者ホットライン	TEL(局番なし)188 (年末年始を除く毎日) ※最寄りの消費生活相談窓口につながります。

お役立ち情報

○名古屋市の高齢者福祉事業

日常生活支援に関する制度（主に区役所・支所が窓口となるもの）の一部をご紹介します

区役所 福祉課 TEL 363-4415

支所 区民福祉課 TEL 301-8376

事業名	対象者・内容等	問い合わせ先
敬老手帳 (敬老優待 カード)	65歳以上の方に東山動植物園や名古屋城などに割引等で入場できる敬老手帳(敬老優待カード)を交付します。	区役所・支所
敬老パス	65歳以上の方に市バス(メーグル含む)・地下鉄・あおなみ線・ゆとりーとライン、名鉄、JR東海及び近鉄の鉄道の市内運行区間、名鉄バス及び三重交通の路線バスの原則市内運行区間を有効期間内730回まで無料で乗車できる※「敬老パス」を交付します。 ※名鉄、JR東海、近鉄、名鉄バス、三重交通は事前に敬老パスにチャージ(入金)した現金で一旦運賃を支払っていただき、後日運賃相当額を支給します。	敬老パス コールセンター TEL 766-5500
日常生活 用具の給付	65歳以上のひとり暮らしの方などに電磁調理器などを給付します。	区役所・支所

事業名	対象者・内容等	問い合わせ先
福祉電話の貸与	65歳以上のひとり暮らしで、電話がなく環境的に孤独な生活をされている方に福祉電話を貸与します。(週2回ボランティアによる電話訪問あり)	区役所・支所
緊急通報事業 (あんしん電話)	65歳以上で心臓病・高血圧などの慢性疾患があるひとり暮らしの方などに、在宅生活において体調急変時に、ボタンを押すと登録された緊急通報先へ通報され、必要に応じて救急車などがご自宅へ駆けつける、あんしん電話機やペンダントを貸出しています。また、看護師などが常駐するコールセンターへ24時間いつでも相談できます。	区役所・支所

○介護保険制度

区役所・支所

いきいき支援センター

介護保険制度は、被保険者である40歳以上の方に介護保険料を納めていただき、介護や支援が必要になったときにサービスを利用できるしくみです。サービス利用には、要支援・要介護認定や基本チェックリストによる判定等が必要です。認定等の手続きは区役所・支所、いきいき支援センターで行います。高齢者いきいき相談室、ケアマネジャー、介護保険施設で認定の代行申請やサービス利用のお手伝いを依頼できます。

関係機関MAP



富田支所区民福祉課

TEL 301-8376

FAX 301-8661

住所 春田三丁目215番地



中川区西部

いきいき支援センター分室

TEL 364-7273

FAX 364-7271

住所 春田四丁目119
プリマヴェーラ1階

中川区西部いきいき支援センター

TEL 352-8258

FAX 353-5879

住所 小城市一丁目1-20
中川区在宅サービスセンター内

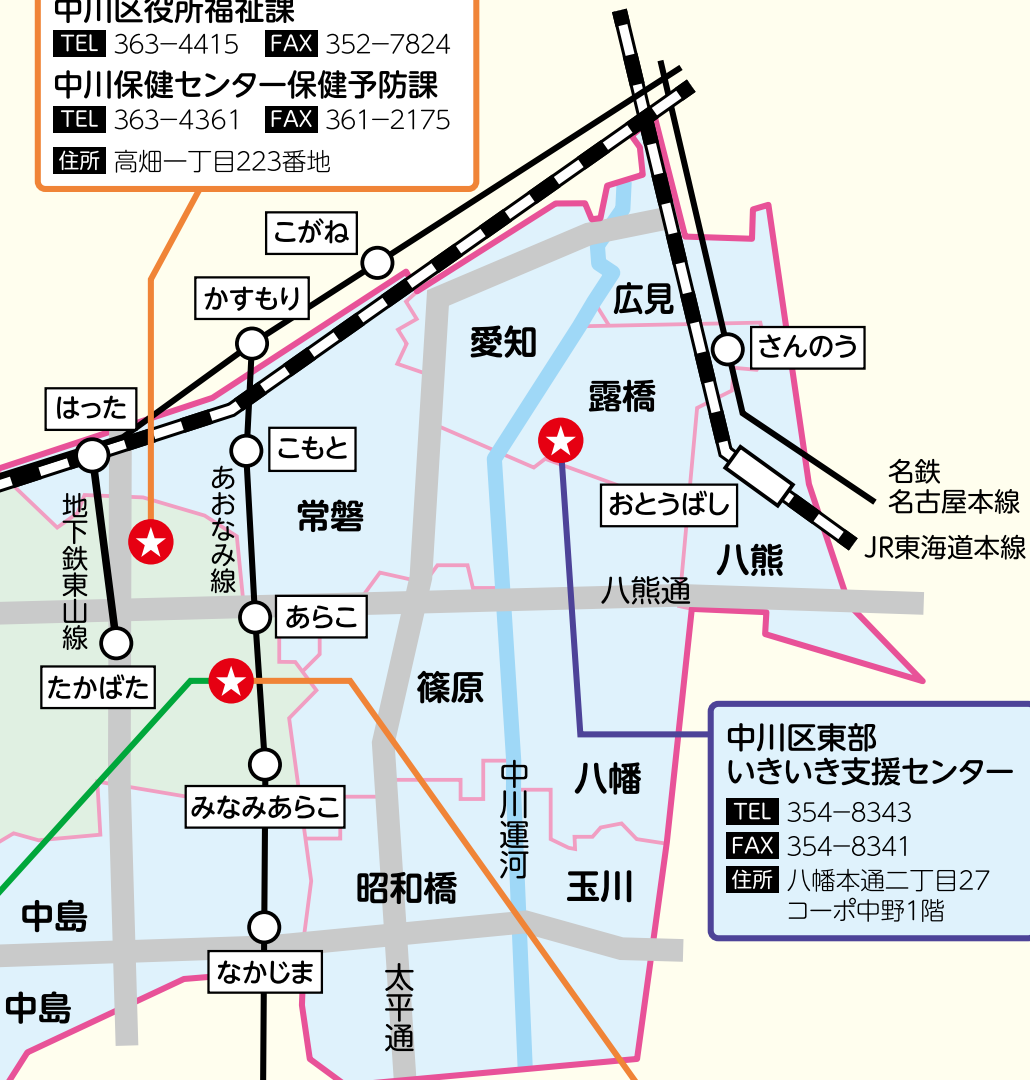
中川区役所福祉課

TEL 363-4415 FAX 352-7824

中川保健センター保健予防課

TEL 363-4361 FAX 361-2175

住所 高畑一丁目223番地



中川区東部
いきいき支援センター

TEL 354-8343

FAX 354-8341

住所 八幡本通二丁目27
コーポ中野1階

中川区社会福祉協議会

TEL 352-8257

FAX 352-3825

住所 小城町一丁目1-20
中川区在宅サービスセンター内



高齢者生活支援ガイドブック 令和8年3月

編集 中川区生活支援連絡会
(中川区地域包括ケア推進会議生活支援部会)

発行 中川区役所・中川区社会福祉協議会