

文京区におけるヤングケアラー支援事業

文京区では、ヤングケアラーとその家族が使えるサービスの支援事業を行っています。これらのサービスを活用することで、ヤングケアラーの負担を軽減し、勉強や部活動など自由に使える時間の確保につながります。上手にサービスを使いながら、支援を行いましょう。

ヘルパー訪問による家事支援を通じて、ヤングケアラーの孤立を防ぎ、家事などの負担軽減につなげます。



地域のNPO法人や社会福祉協議会のサービスを使い、家事やきょうだいの世話の負担軽減、また、ゆっくり休める時間を確保します。

17か国語対応の通訳アプリを内蔵したタブレットを使い、家庭内の通訳役割を手助けします。



お話をしたり、料理や掃除を手伝うヘルパーが訪問します

**家事支援
ヘルパー派遣**

地域みんながサポートします

**地域サポート
事業**

言語の壁を解決します

**外国語通訳
支援**

レスパイト事業

放課後の時間や夜間に、地域の居場所でゆっくり休み、自分の時間を確保できます。



家事支援

いきいきサポート事業を活用し、家事等をお手伝いします。



送迎支援

ファミリー・サポート・センター事業を活用し、きょうだいの送迎等を行います。



※サービスは、規定の条件を満たした場合にご利用できます。各サービスの詳細につきましては、下記にお問い合わせください。

ヤングケアラーに関するご相談・サービスのお問い合わせは

文京区子ども応援サポート室へ

〒112-8555 東京都文京区春日1-16-21 文京シビックセンター5階南側 子ども家庭支援センター

☎03-5803-1900 (受付時間 9:00~17:00 / 土日祝日、12月29日~1月3日・臨時休館日は除く)

- メールでの相談は専用入力フォームから受け付けています
- 来所の場合は事前に電話にてご予約ください
- 電話受付時間外は留守番電話で受け付けています



メール専用
入力フォーム

※このリーフレットは東京都ヤングケアラー支援マニュアルを参考に作成しています。

【制作・本リーフレットに関する問合せ先】
文京区役所 福祉部福祉政策課
電話：03-5803-1222

令和6年10月作成
印刷物番号：E0124036

令和6年度版

文京区 ヤングケアラー 相談リーフレット



文京区のホームページからもご覧になれます



文京区 ヤングケアラーってなに?



文京区

ヤングケアラーについて知っていますか？

ヤングケアラーとは？

ヤングケアラーとは、「**家族の介護、その他の日常生活上の世話を過度に行っていると認められる子ども・若者**」と法律*に定義されています。（*子ども・若者育成支援推進法）

また、対象年齢は子ども期（18歳未満）に加え、進学や就職など、自立に向けた重要な移行期を含む若者期を切れ目なく支えるという観点から**おおむね30歳未満を中心**としますが、状況等に応じ、40歳未満の者も対象となります。

【ヤングケアラーが行っていることの例】

<p>障がいや病気のある家族に代わり、買い物・料理・掃除・洗濯などの家事をしている</p>	<p>家族に代わり、幼いきょうだいの世話をしている</p>	<p>障がいや病気のあるきょうだいの世話や見守りをしている</p>	<p>目を離せない家族の見守りや声かけなどの気づかいをしている</p>	<p>日本語が第一言語でない家族や障がいのある家族のために通訳をしている</p>
<p>家計を支えるために労働をして、障がいや病気のある家族を助けている</p>	<p>アルコール・薬物・ギャンブル問題を抱える家族に対応している</p>	<p>がん・難病・精神疾患など慢性的な病気の家族の看病をしている</p>	<p>障がいや病気のある家族の身の回りの世話をしている</p>	<p>障がいや病気のある家族の入浴やトイレの介助をしている</p>

どんな影響があるの？

ヤングケアラーは、年齢に見合わない重い責任や過度な負担を負うことで、勉強する時間や友人と遊ぶ時間などの子どもとしての時間や権利と引き換えに、ケアをしていることがあります。その結果、**睡眠不足や疲労感などから心身の健康を害したり、友人関係を築く機会が少なくなり、孤立したり、学業や就職などへ影響が出る**可能性があります。

【ヤングケアラーと関連の深い子どもの権利の一例】

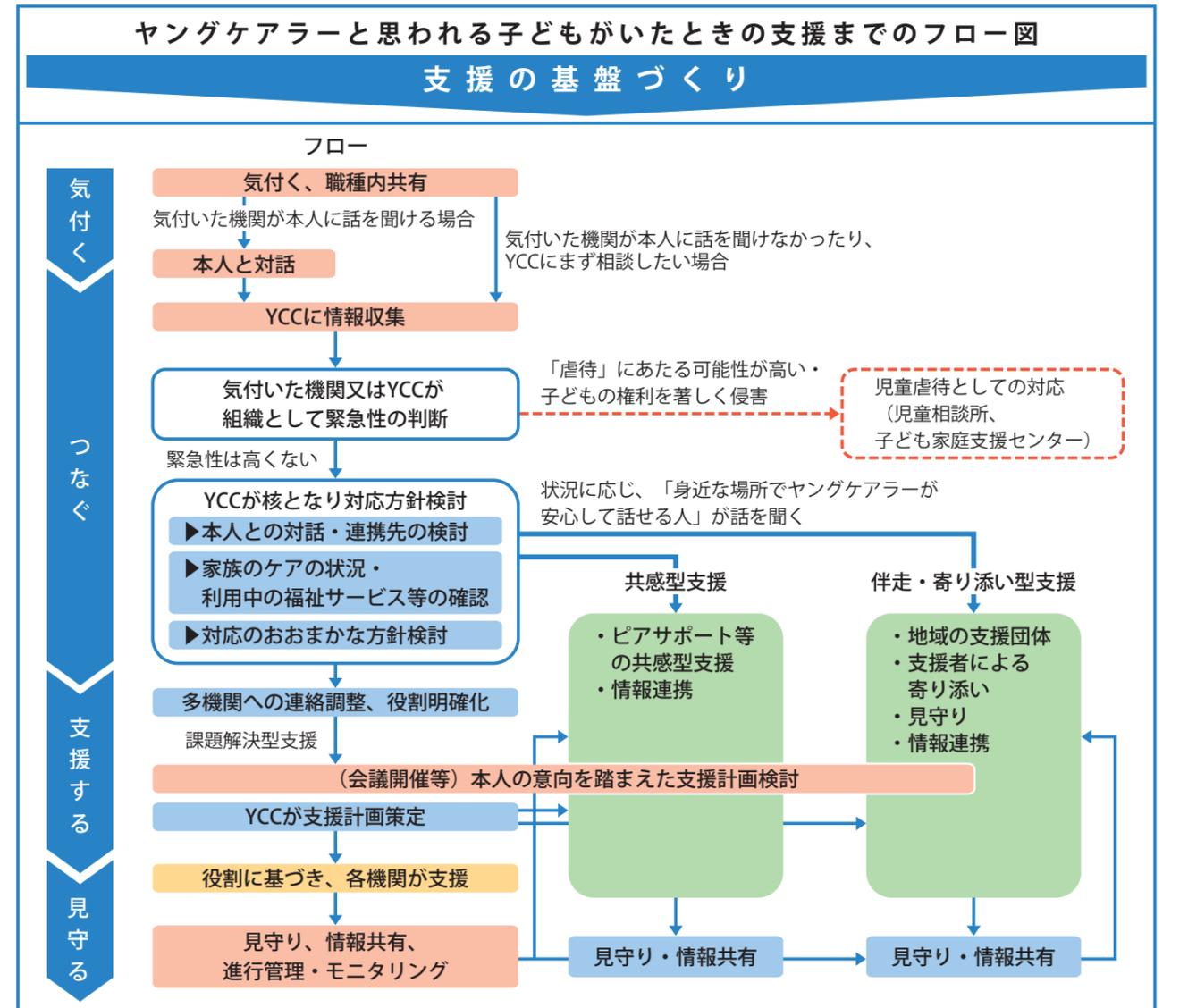
第12条 意見を表す権利	第24条 健康・医療への権利	第26条 社会保障を受ける権利
第27条 生活水準の確保	第28条 教育を受ける権利	第31条 休み、遊ぶ権利

ヤングケアラーおよびヤングケアラーが支えている家庭を孤立させないことが支援の第一歩です。本人たちの思いを尊重しながら、必要な相談窓口や支援機関等へつなぐことが大切です。本人たちの選択肢を増やし、将来の可能性を広げるためにはどうしたらよいか、ともに考えていきましょう。

ヤングケアラーと思われる子どもに出会ったら

ヤングケアラーは自らがヤングケアラーだと相談をしてくるケースは多くなく、学校や地域の場で「気付く」ことが必要です。各支援機関においては、対象者の家族にヤングケアラーがいないかを気かけながら、ケアを受ける家族も含めた**家庭全体を見る**視点が大切です。そして、すぐに支援につながらない場合にも、ヤングケアラーが負担を感じたときにすぐに相談にのれるように、日頃から信頼関係の構築につとめましょう。

また、文京区では、子ども家庭支援センターに**ヤングケアラー・コーディネーター（以降、YCCと表記）**を配置しています。YCCは、ヤングケアラーと思われる子どもに気付いてから支援へのつなぎにおいて核になる人材です。**ヤングケアラーと思われる子どもに気付いた場合は、YCCに情報を集約**しましょう。



型	支援機関の例	支援内容の例
伴走・寄り添い型支援	民間支援団体、子ども食堂、児童館、民生児童委員、学校 等	・居場所の提供、本人の息抜き ・学習支援、食事提供 等
共感型支援	ピアサポート、家族会等を運営する民間支援団体、学校 等	・ピアサポート、家族会、相談SNS等本人がケアのことを安心して話せる場の提供 ・本人が同世代の当事者と悩みを共有し、視野を広げられるようにする ・年上の当事者との会話・助言を受け、進路・人生設計と一緒に考える
課題解決型支援	子ども家庭支援センター、保健サービスセンター、病院 等	・ヤングケアラーが使える文京区独自のサービス (P8参照) ・介護保険サービス、障害福祉サービス、医療、訪問看護サービス ・生活保護受給、生活困窮者自立支援機関の支援制度 ・就労支援、進学相談、奨学金 等

支援機関別 ヤングケアラーと 思われる子どもに気付くポイント

ケースにより状況は様々であるため、チェックの多寡で判断することなく、これらの様子に気付いたら子ども応援サポート室やYCC等につなぎましょう。

児童福祉・生活福祉・障害福祉・高齢者福祉

子どもが必要な世話をされていない様子	子どもがケアをしている様子
<input type="checkbox"/> 身なりが整っていない <input type="checkbox"/> 食事の世話がされていないようである <input type="checkbox"/> 保護者等が書くべき手続き書類等を、自分で用意しているようである <input type="checkbox"/> 必要な病院に通院・受診できていない、服薬できていないようである	<input type="checkbox"/> 家庭訪問等の際に、食事づくりや買い物、洗濯などの家事をしている <input type="checkbox"/> 家族の介護・付き添い、きょうだいの世話・送迎等をしている姿を見かける <input type="checkbox"/> 日本語の苦手な家族・聴覚障害のある家族等の通訳をしている <input type="checkbox"/> 家族の感情面のサポートをしている <input type="checkbox"/> 家計を支えるために就職・アルバイトをしている <input type="checkbox"/> 来所相談時や家庭訪問時に傍にいる
保護者・家族の様子	ケアによる影響と思われる子どもの様子
<input type="checkbox"/> 介護や通院・治療が必要な家族、障害を持つ家族がいる <input type="checkbox"/> 多子世帯 幼い子ども（きょうだい）がいる <input type="checkbox"/> 経済的に困窮している <input type="checkbox"/> 日本語が母語でない家族がいる <input type="checkbox"/> 疲れている様子や精神的に不安定な様子が見られる <input type="checkbox"/> 仕事や家族の世話に追われていて余裕のない様子である <input type="checkbox"/> 家事等ができないことで、子どもに影響が出ないかを心配している <input type="checkbox"/> 家庭訪問時に家の中が散らかっている <input type="checkbox"/> 手続きの遅れ・漏れ等がある <input type="checkbox"/> 家族の世話について、子どもをあてにしている <input type="checkbox"/> 家事援助などの必要なサービスを入れたがらない <input type="checkbox"/> 保護者が学校の授業参観や面談に行かない、地域の集まりに顔を出さない	<input type="checkbox"/> 疲れている様子や精神的な不安定さがみられる <input type="checkbox"/> 感情の起伏が激しい。または、感情を出さない <input type="checkbox"/> 周囲の人に気を遣いすぎる、しっかりしている <input type="checkbox"/> 年齢に不相応な受け答え（年齢よりも幼い、または大人びている） <input type="checkbox"/> 自分の事を話したがらない、質問などをすると話をすり替える <input type="checkbox"/> 物や支援を欲しがらない <input type="checkbox"/> 家族の顔をうかがっている <input type="checkbox"/> 不登校である、学校に行っているべき時間に、学校以外で姿を見かける <input type="checkbox"/> 時に家族と大ゲンカや家出をしていることがある

医療・看護・保健

子どもがケアをしている様子	ケアによる影響と思われる子どもの様子
<input type="checkbox"/> 医師の往診、看護師の訪問看護、保健師の家庭訪問の際に、食事づくりや洗濯などの家事、家族の介護等をしている姿を見かける <input type="checkbox"/> きょうだいの世話・送迎等をしている姿を見かける <input type="checkbox"/> 家庭訪問時に傍にいて病状の説明や要望伝達をする、認知症の家族の見守りを行う、車いすを押す、買い物を手伝う等家族の付き添いをしている <input type="checkbox"/> 通院の同行介助、薬の受け取り、電話でのやり取り、日本語の苦手な家族・聴覚障害のある家族等の通訳等家族のサポートを担っている <input type="checkbox"/> 病気を悲観する家族や大声を出したり泣き出したりする家族をなだめたり、障害を持つきょうだいを励ますなど、感情面のサポートをしている	<input type="checkbox"/> 疲れている様子や精神的な不安定さが見られる <input type="checkbox"/> 感情の起伏が激しい。または、感情を出さない <input type="checkbox"/> 家族の病状からくる暴言や暴力等のつらい体験にも気丈にふるまい、周囲の人に気を遣いすぎる <input type="checkbox"/> 年齢に不相応な受け答え（年齢よりも幼い、または大人びている） <input type="checkbox"/> 自分の事を話したがらない、質問などをすると話をすり替える <input type="checkbox"/> 物の支援を欲しがらない <input type="checkbox"/> 家族の顔をうかがっている <input type="checkbox"/> 診察時の様子から、体調不良の背景に家庭環境などの要因が推測される <input type="checkbox"/> 遅刻や学校にきちんと行けていない様子が見られる <input type="checkbox"/> 以前はよく子ども同士で交流があったのに、学校行事、部活動、地域の集まり等に参加しなくなった <input type="checkbox"/> 時に家族と大ゲンカや家出をしていることがある
子どもが必要な世話をされていない様子	保護者・家族の様子
<input type="checkbox"/> 身なりが整っていない <input type="checkbox"/> 食事の世話がされていないようである <input type="checkbox"/> 平均よりも痩せている <input type="checkbox"/> 学校に提出する書類や保育園に通うきょうだいの準備等をするしっかり者である <input type="checkbox"/> 役所等とのやり取りをし、書類の提出等を行っている	<input type="checkbox"/> 家庭訪問時に家の中や子ども部屋が散らかっている、着られなくなった服なども放置されている <input type="checkbox"/> 手続きの遅れ・漏れ等がある <input type="checkbox"/> 家族の世話について、子どもを当てにしている <input type="checkbox"/> 家事援助などの必要なサービスを入れたがらない <input type="checkbox"/> 保護者が学校の授業参観や面談に行かない、地域の集まりに顔を出さない

学校

子ども（児童・生徒）がケアをしている様子	ケアによる影響と思われる子ども（児童・生徒）の様子
<input type="checkbox"/> 家族の付き添いや介助をしている、幼いきょうだいの送迎や世話をしていることがある <input type="checkbox"/> 家族の感情面のサポートをしている <input type="checkbox"/> 面談等で通訳をしたり、保護者の代わりに金銭管理をしている <input type="checkbox"/> 生活ノートに家族等のケアをしていることが書かれている <input type="checkbox"/> 生活のための過度なアルバイトをしている <input type="checkbox"/> 生活のために就職を希望している	<input type="checkbox"/> 元気がなく、表情が乏しい 精神的に不安定である <input type="checkbox"/> 欠席、遅刻、早退が多い 不登校傾向もしくは不登校である <input type="checkbox"/> 部活に入っていない、休みがち、遅刻、早退が多い <input type="checkbox"/> 修学旅行や宿泊行事等を欠席する <input type="checkbox"/> 宿題・課題の提出漏れや遅れがある <input type="checkbox"/> 保健室で過ごしていることが多い <input type="checkbox"/> 授業中の集中力が欠けている 居眠りをしていることが多い <input type="checkbox"/> 学力が低下している <input type="checkbox"/> 単位の取得が滞っている 中退の恐れがある（高校生） <input type="checkbox"/> 持ち物がそろわない 学校で使用するものを用意してもらえない <input type="checkbox"/> 友人関係が希薄、ひとりであることがある 非行等が見られる <input type="checkbox"/> 家族に関する不安や悩みを口にしている <input type="checkbox"/> 年齢に比べ、しっかりしている様子が見られる（精神的成熟度が高い） <input type="checkbox"/> 周囲の人に非常に気を遣う
子ども（児童・生徒）が必要な世話をされていない様子	保護者・家族の様子
<input type="checkbox"/> 極端に痩せてきた（太ってきた）給食の過食傾向にある <input type="checkbox"/> 生活リズムや身だしなみが整っていない <input type="checkbox"/> 保護者等が書くべき手続き書類等を、自分で用意しているようである	<input type="checkbox"/> 介護や通院・治療が必要な家族、障害を持つ家族がいる <input type="checkbox"/> 多子世帯 幼い子ども（きょうだい）がいる <input type="checkbox"/> 日本語が母語ではない家族がいる <input type="checkbox"/> 保護者が多忙である <input type="checkbox"/> 経済的に困窮している <input type="checkbox"/> 学校諸経費の納入が遅れる 滞納や未払いがある <input type="checkbox"/> 授業参観や保護者面談を欠席する

地域（ピアサポート・民間支援団体・非営利団体・NPO法人、子ども食堂・学習支援等民間支援団体、民生児童委員、児童館、学童クラブ、保育所、町内会、企業 等）

子どもがケアをしている様子	ケアによる影響と思われる子どもの様子
<input type="checkbox"/> 車いすを押したり、買い物を手伝ったり、家族の介護や付き添い、きょうだいの世話・送迎等をしている姿を見かける <input type="checkbox"/> 日本語の苦手な家族・聴覚障害のある家族等の通訳をしている <input type="checkbox"/> 大声を出したり泣き出したりする家族をなだめたり、感情面のサポートをしているところを見かける <input type="checkbox"/> 家計を支えるために就職・アルバイトをしている	<input type="checkbox"/> 疲れている様子や精神的な不安定さがある <input type="checkbox"/> 様子に気になる点がある <input type="checkbox"/> 以前はよく子ども同士で交流があったのに、学校行事、部活動、地域の集まり等に参加しなくなった、児童館に来なくなった <input type="checkbox"/> 学校に行っているべき時間に、学校以外で姿を見かけることがある <input type="checkbox"/> 遅刻や学校にきちんと行けていない様子が見られる
子どもが必要な世話をされていない様子	保護者・家族の様子
<input type="checkbox"/> 身なりが整っていない <input type="checkbox"/> 食事の世話がされていないようである <input type="checkbox"/> 学校に提出する書類や保育園に通うきょうだいの準備等をするしっかり者である <input type="checkbox"/> 役所等とのやり取りをし、書類の提出等を行っている	<input type="checkbox"/> 家庭訪問時に家の中が散らかっている

※東京都ヤングケアラー支援マニュアルP37～43を参考に作成

本人同意について

ヤングケアラーへの支援にあたり、ヤングケアラー本人やその家族から同意を得ておけると、支援がスムーズになります。情報共有のメリットや個人情報守秘されることを伝え、早い段階で同意を取得できるとよいでしょう。

※ただし、支援のために必要がある時は、法律に基づき本人同意なしに情報共有が可能です。



文京区ヤングケアラーと家族を支える相談・支援窓口

困っている子どもたちを見つけた際には、よく「話」を聴き、誰か信頼できる大人に話をしてみることで心がラクになったり解決策が見つかることがあることを伝えましょう。

そして、下記の『子ども応援サポート室』や『総合相談室』『電話教育相談・いじめ電話相談』、または担任の先生、保健室の先生、スクールカウンセラー、スクールソーシャルワーカーへの相談を促してみましょ。



ヤングケアラー当事者の方など子ども自身の相談・支援が必要な場合

相談窓口	内容	電話番号など	時間など
子ども応援サポート室	子ども家庭支援センター 相談内容に応じて、必要な支援の窓口案内(右記QRコード参照)	03-5803-1900	9:00~17:00(月~金) 上記以外は留守番電話対応
		相談専用フォーム: https://logoform.jp/form/6KSU/398843	
総合相談室	子どもの発達及び教育に関する相談・心理的援助	03-5800-2594	8:30~17:00(月~金、第2・4土)
電話教育相談・いじめ電話相談		教育相談 03-5800-2595 いじめ相談 03-5800-2596	24時間・年中無休・匿名可
支援事業	支援内容	連絡先	担当
スクールカウンセラー事業(区立小・中学生と保護者対象)	学校内でカウンセリング等の心理的な支援を行う	03-5800-2591	教育センター
スクールソーシャルワーカー事業(区立小・中学生と保護者対象)	学校と連携して福祉的な支援につなげる等、学校と関係機関とが連携して支援する体制を築き支援を行う		
家庭支援ヘルパー事業(※一般区民へは非公開の事業)	ヤングケアラー(18歳未満)のいる家庭等にヘルパーを派遣(要派遣決定会議)	03-5803-1104	子ども家庭支援センター



幼いきょうだいなどについての相談・支援が必要な場合

支援事業	支援内容	連絡先	担当
一時保育事業(キッズルーム)(★)	お子さんの一時預かり(満1歳~小学校就学前)	03-5803-1256	子育て支援課
病児・病後児保育事業(★)	病中又は病後回復期のお子さんの一時預かり(生後4か月~小学3年生)		
おうち家事・育児サポート事業(★)	区指定の民間事業者の育児・家事サポート利用券(満3歳未満)		
ベビーシッター利用料助成制度(★)	都認定事業者のベビーシッター利用料の一部助成(0歳~小学校就学前)		
ふたごちゃん・みつごちゃん家事・育児サポート利用料助成制度	多胎児家庭対象の認定事業者のベビーシッター等利用料の一部助成(満3歳未満)		
ひとり親家庭子育て訪問支援券事業	ひとり親家庭対象の区指定の民間事業者のベビーシッター利用券(小学6年生以下)		
子育て支援事業利用料等助成制度	住民税非課税世帯等の子育て支援事業(★)の利用料の一部を助成		
ファミリー・サポート・センター事業(★)	地域の方の協力による子どもの送迎や預かり等を有償で援助する会員制事業(生後4か月~小学6年生以下)	03-5803-1256 03-3812-3043	子育て支援課 社会福祉協議会【委託】
家庭支援ヘルパー事業(※一般区民へは非公開の事業)	ヤングケアラー(18歳未満)のいる家庭等にヘルパーを派遣(要派遣決定会議)	03-5803-1104	子ども家庭支援センター

地域の相談・居場所・交流等



相談窓口	担当	電話番号など	時間など
地域の居場所や福祉に関する相談	社会福祉協議会 地域福祉推進係	03-5800-2942	8:30~17:15(月~金)
地域の子どもの居場所	担当	問い合わせ連絡先	
児童館(乳幼児から高校生対象)	児童青少年課	03-5803-1188	
青少年プラザ【b-lab】(中学・高校生対象)		03-5803-1186	
子ども食堂	社会福祉協議会	03-5800-2942	
課題に応じた地域の居場所	地域福祉推進係		
家族会など	担当	内容	問い合わせ連絡先
文京区家族会	障害者基幹相談支援センター	精神障害者の家族会	03-5940-2903
文京MCA家族のひろば		文京区家族会が実施する、誰でも参加が可能な勉強会	

障害・精神疾患(疑い)・難病がある方への相談・支援が必要な場合

相談窓口	内容	電話番号	時間など
障害者(児)の一般相談窓口	障害福祉課 身体障害者支援係	身体障害者(児)に関する一般的な相談	03-5803-1219 8:30~17:00(月~金)
	障害福祉課 知的障害者支援係	知的障害者(児)に関する一般的な相談	03-5803-1214 8:30~17:00(月~金)
	障害者 基幹相談支援センター	障害者(児)に関する一般的な相談	03-5940-2903 9:00~18:00(月~金) 9:00~17:00(土)
	本富士生活あんしん拠点	障害者(児)に関する一般的な相談(本富士地区にお住いの方が対象)	03-3868-3033 10:00~17:30(月~金)
	駒込生活あんしん拠点	障害者(児)に関する一般的な相談(駒込地区にお住いの方が対象)	03-5832-9720 10:00~17:30(月~金)
	富坂生活あんしん拠点	障害者(児)に関する一般的な相談(富坂地区にお住いの方が対象)	03-5810-1530 10:00~17:30(月~金)
	大塚生活あんしん拠点	障害者(児)に関する一般的な相談(大塚地区にお住いの方が対象)	03-6801-5216 10:00~17:30(月~金)
精神保健相談	予防対策課精神保健担当	精神障害者(児)に関する一般的な相談	03-5803-1847 8:30~17:00(月~金)
	保健サービスセンター	ご本人とその家族を対象とした専門医によるこころの健康相談(管轄の保健サービスセンターへ相談)	03-5803-1807 8:30~17:00(月~金) 月2回予約制
	保健サービスセンター 本郷支所		03-3821-5106

支援事業	支援内容	連絡先	担当
身体障害者(児)対象の障害者総合支援法及び児童福祉法に基づく福祉サービス	障害のある方が、介護・家事等のホームヘルプ・外出時の援助・ショートステイ等や訓練等への通所等の障害福祉サービスが利用できる。	03-5803-1219	障害福祉課 身体障害者支援係
知的障害者(児)対象の障害者総合支援法及び児童福祉法に基づく福祉サービス		03-5803-1214	障害福祉課 知的障害者支援係
精神障害者(児)・難病患者(児)対象の障害者総合支援法及び児童福祉法に基づく福祉サービス		03-5803-1847	予防対策課 精神保健担当
いきいきサポート事業	地域の方々の協力による食事の支度や洗濯・掃除・買い物等を有償でお手伝いをする会員制事業(心身に何らかの障害がある方)	03-5800-2941	社会福祉協議会 ささえあいサポート係

生活困窮家庭への相談・支援が必要な場合

相談窓口	内容	電話番号など	時間など
母子父子・女性支援の相談窓口 文京区ひきこもり支援センター	生活福祉課 ひとり親家庭の悩みの相談等 夫や恋人、家族等からの暴力の相談等 ひきこもりについての相談	03-5803-1915	9:00~17:00(月~金)
		03-5803-1917	9:00~17:00(月~金)
支援事業	支援内容	連絡先	担当
生活保護	生活保護に関する相談	03-5803-1216	生活福祉課
生活困窮者自立相談支援事業	生活困窮に関する相談	03-5803-1917	
母子家庭及び父子家庭自立支援給付金事業	ひとり親対象の資格取得時の給付金に関する相談	03-5803-1915	
母子及び父子福祉資金	ひとり親対象の福祉資金に関する相談	03-3941-1613	生活福祉課 茗荷谷クラブ【委託】
ひきこもり等自立支援事業	ひきこもりに関する相談		

介護が必要な方・高齢者の方への相談・支援が必要な場合



相談窓口	内容	電話番号など	時間など
福祉総合案内窓口	高齢福祉課高齢者相談係	高齢者やその家族を対象に、心配事や家族関係、経済的な悩み等についての相談	03-5803-1382 8:30~17:00(月~金)
高齢者あんしん相談センター	富坂	介護保険や区の福祉に関する総合相談窓口	03-3942-8128
	富坂分室		03-5805-5032
	大塚		03-3941-9678
	大塚分室		03-6304-1093
	本富士		03-3811-8088
	本富士分室		03-3813-7888
介護保険課の相談窓口	介護保険課 介護保険相談係	介護保険の申請や利用についての相談	03-3827-5422
			03-6912-1461
介護保険課の相談窓口	介護保険課 介護保険相談係	介護保険の申請や利用についての相談	03-5803-1383 9:00~17:00(月~金)

支援事業	支援内容	担当	問い合わせ連絡先
介護(予防)サービス	要介護・要支援認定を受けた方が、「居宅サービス」「施設サービス」「地域密着型サービス」を介護保険を利用して受けられるように支援。介護保険サービス以外に、院内介助サービス(医療機関内での付き添い)や住宅設備等の改造等のサービスもあり。	介護保険課 介護保険相談係 高齢者あんしん相談センター	03-5803-1382 または 各生活圏域の高齢者あんしん相談センター
いきいきサポート事業	地域の方々の協力による食事の支度や洗濯・掃除・買い物等を有償でお手伝いをする会員制事業(おおむね60歳以上)	社会福祉協議会 ささえあいサポート係	03-5800-2941