



あおと・かめあり通信

第47号 / 2024年10月発行



てん 10 月 とう 10 日

転倒予防の日

転びそうに
なってしまったこと…
ありませんか？

高齢者の介護が必要となった主な原因

(「令和3年度版高齢社会白書(内閣府)」より)

- ① 認知症
- ② 脳血管疾患(脳卒中)
- ③ 高齢による衰弱
- ④ **骨折・転倒** ※13%を占め、
4番目の多さ

転倒の主な原因

- ・加齢による身体機能の低下
- ・病気や薬の影響
- ・運動不足



高齢者の転倒事故の

およそ **6割は自宅** で発生

ご自宅の環境を思い返してみましょう！

危険

玄関

- ☐ 靴の脱ぎ履きの時、ふらつくが
手すりなどつかまるものがない
- ☐ 玄関マットに段差がある。または、めくれやすい

廊下・階段

- ☐ 照明が暗い
- ☐ とっさの時につかまるものがない
- ☐ 物が置いてあり歩行の妨げになっている

居間

- ☐ 部屋の仕切りに段差がある
- ☐ じゅうたんに段差がある。または、めくれやすい
- ☐ 床に電気コードが伸びている
- ☐ 足元に物が置いてある

脱衣所・浴室

- ☐ 出入口に段差がある
- ☐ 床が滑りやすい
- ☐ 浴槽が高くまたぎづらい



身近な場所にも危険は潜んでいるかもしれません。できることから環境を見直しましょう！

参考：政府広報オンライン「たった一度の転倒で寝たきりになることも。転倒事故の起こりやすい箇所は？」

安心して生活できるためのサービスをご紹介します

高齢になっても住み慣れた地域で安心して生活できるよう葛飾区では、さまざまな支援サービスを行っています。

自立支援住宅改修

【改修内容】

- ・階段、廊下などへの**手すり**の取り付け
- ・部屋と廊下などの**段差の解消**
- ・階段、廊下などの**床材の変更**
- ・**便器の洋式化**
- ・引き戸などへの**扉の取り換え**

【対 象】

65 歳以上の介護認定を**受けていない**方で運動機能の低下などにより、住宅改修が必要と認められる方

【費 用】

限度額 **20 万円**のうち **1 割**を負担
(生活保護受給者は負担なし)



住宅設備改修

【改修内容】

- ・**浴槽の取り換え**
(またぎが低くなるか、深さが浅くなるもの)
- ・車イス対応の**流し台、洗面台**への取り換え
- ・**階段昇降機**の設置

【対 象】

要支援・要介護の認定を受け、在宅での生活を継続するために住宅改修が必要と認められる方

【費 用】

- ・浴槽の取り換え：379,000 円まで
- ・流し台、洗面台の取り換え：
156,000 円まで
- ・階段昇降機の設置：
1,332,000 円まで

限度額内の **1～3 割**を負担
(生活保護受給者は負担なし)



工事施工後の申請は
できません。工事前
にご相談ください。

葛飾区高齢者支援課、
または高齢者総合相談
センターまでご相談く
ださい。

緊急通報システム

具合が悪いときなど緊急の場合はボタンを押すだけで警備会社に通報され、警備員が駆けつけます。自宅に本体、ペンダント型救急ボタン、火災（熱）感知器、ガス漏れ感知器、空間センサーを設置します。



本体



ペンダント型
救急ボタン

【対 象】

65 歳以上の方で慢性的な病気があるなど、日常生活に注意を必要とする状態で次のいずれかに該当する方

- ・ ひとり暮らし
- ・ 高齢者のみの世帯
- ・ 日中または夜間に高齢者のみになる世帯

【費 用】

いずれも月額

- ・ 住民税非課税の方 700 円
- ・ 住民税課税の方 1,750 円

【問い合わせ先】

高齢者総合相談センター
高齢者支援課在宅サービス係
(電話：03-5654-8299)

救急医療情報キット

かかりつけ医療機関や持病、緊急連絡先などの情報を入れるキット（筒状ケース）を配布します。冷蔵庫に保管することで救急隊による迅速な救急活動に生かれます。

【対 象】

65 歳以上で次のいずれかに該当する方

- ・ ひとり暮らし
- ・ 日中または夜間に一人になる
- ・ 同居する家族が認知症などで、ひとり暮らしと同様の状況にある

【費 用】 無料

【配布場所】

高齢者総合相談センター
高齢者支援課在宅サービス係
葛飾区医師会所属医療機関



ひとり暮らし高齢者毎日訪問事業

乳酸菌飲料をお届けすることにより、安否確認をします（月～金曜日）。

【対 象】

65 歳以上のひとり暮らしで、安否確認を必要とする方

（就労している方や、生活協力員のいる高齢者集合住宅に居住している方などを除く）

【費 用】

飲料代（利用者負担 1 本につき 10 円）

【問い合わせ先】

葛飾区社会福祉協議会福祉サービス係
電話：03-5698-3216



もの忘れ相談会 亀有

認知症サポート医がもの忘れの相談にのってくれます。

日時 2024 年 11 月 21 日 (木)

午後 2 時～4 時

会場 高齢者総合相談センター亀有

担当医 いなば内科クリニック

稲葉 敏医師 (認知症サポート医)

対象者 区内在住の方、またはその家族

費用 無料

申込方法

2024 年 10 月 15 日 (火) ～10 月 31 日 (木) の午前 9 時から午後 5 時までに電話でお申し込みください。

(申し込み先) 高齢者総合相談センター亀有

☎03-6240-7630



もの忘れ予防健診

もうすぐ
期間終了!

もの忘れが気になる方もそうでない方も、この機会にぜひ健診を受けてみませんか?

目的

認知症の疑いを早期に発見し、医療・福祉等の必要な支援につなげます。

実施期間

2024 年 6 月 1 日 (土) ～ 10 月 31 日 (木)

費用 無料

申込方法

対象の方には、5 月下旬に受診券が郵送されています。同封の「もの忘れ予防健診実施医療機関一覧表」にある医療機関で受診できます。受診前に必ず医療機関へお問い合わせください。



高齢者総合相談センターは高齢者の皆さまの身近な相談窓口です。ご家族の相談にも応じます。

相談時間 月～金曜日：午前 9 時～午後 7 時

土曜日：午前 9 時～午後 5 時 30 分

日曜・祝日・年末年始：休み

高齢者総合相談センター 青戸

葛飾区 青戸 3-13-19

☎ 03-5629-5719



京成線 青砥駅より徒歩 10 分

高齢者総合相談センター 亀有

葛飾区 亀有 4-31-18-105

☎ 03-6240-7630



JR 常磐線 亀有駅より徒歩 10 分