

千歳市の 保健福祉サービス 総合ガイドブック

〈平成 23 年 12 月改訂版〉

■ **こんなとき**

どこに相談したらいいの？

■ **そんなとき**

役に立つ早わかりガイドです！



千歳市保健福祉部

※この冊子は、平成 23 年 12 月現在の内容に基づき作成しています。

も く じ

1. 妊婦・乳幼児	P. 1~4
2. 子ども・子育て	P. 5~12
3. 障がい児・者	P. 13~17
4. 高 齢 者	P. 18~21
5. 健康管理・保健	P. 22~28
6. 福祉全般・その他の福祉	P. 29~30
関連機関紹介	P. 31

1. 妊婦・乳幼児

総合福祉センター1階

(1) 母子保健相談事業

健康推進課 24-0771 (直通)

妊娠届の際、母子手帳の交付とともに妊娠中の健康相談等に応じる母性相談があります。なお、相談内容によっては、電話や家庭訪問による保健指導等も受けられます。

○場所：千歳市総合保健センター〈千歳市総合福祉センター1階〉

○日時：閉庁時を除く毎日、9:00～17:00

総合福祉センター1階

(2) 妊婦健診費助成事業

健康推進課

妊娠届の際、母子手帳交付・母性相談等とともに妊婦健診費用を助成する受診票を交付します。



場所：千歳市総合保健センター（千歳市総合福祉センター1階）

日時：閉庁時を除く毎日、9:00～17:00

・妊婦一般健康診査受診票

・妊婦超音波検査受診票

（届出時の妊娠週数により枚数が少なくなる場合があります。）

総合福祉センター1階

(3) 育児教室事業

健康推進課

これから親となる方々に、子育て情報や妊娠・出産に関する知識をお伝えするとともに仲間づくりの場を提供します。

◎ママクラブ(3回コース) 毎月1回開催

場所：千歳市総合保健センター〈総合福祉センター1階〉

ちとせっこセンター アリスこどもセンター

◎体験パパクラブ(1回コース) 年6回開催

場所：千歳市総合保健センター〈総合福祉センター1階〉

(4) 助産制度

経済的な理由で入院して出産することができない場合に、市立千歳市民病院に入院して助産を受けることができます。

利用に当たっては、千歳市内在住の市民税非課税世帯等の方で、事前申請が必要です。また、利用者は一部自己負担があります。

○利用負担額：生活保護世帯 0円、市民税非課税世帯 80,200円

その他の料金区分、詳細については、直接お問い合わせください。

(5) 新生児訪問 (こんにちは赤ちゃん) 事業

生後4か月までの乳児のいる家庭を助産師や保健師が全戸訪問し、赤ちゃんの体重測定、母子の健康に関する相談や育児に関する相談等をお受けしています。様々な不安や悩みをお伺いするとともに、発育や発達に関する保健指導等を行っています。

(6) 乳幼児委託健診事業

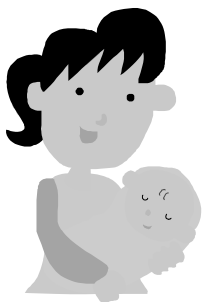
乳幼児健康診査を市内の指定医療機関で受診できます。健康診査(検診)の対象者には、個別通知を送付しています。

◎股関節脱臼検診(対象児：3か月児)

内容：診察、必要時股関節直接撮影、必要に応じ診察結果に基づく相談指導

◎10か月児健診(対象児：9～11か月児)

内容：身体計測、診察、育児・栄養・発達の相談、必要に応じ診察結果に基づく相談指導



(7) 乳幼児集団健診事業

乳幼児の健康診査で、毎月2回実施しています。各健康診査の対象者には、個別通知を送付しています。

場所：千歳市総合保健センター〈千歳市総合福祉センター1階〉

- ◎4か月児健診（対象児：4か月児）
内容：身体計測、診察、育児・栄養・発達の相談
- ◎1歳6か月児健診（対象児：1歳7か月児）
内容：身体計測、診察、育児・栄養・発達の相談
フッ化物塗布（希望者のみ・有料）
- ◎3歳児健診（対象児：3歳1か月児）
内容：身体計測、診察、育児・栄養・発達の相談
フッ化物塗布（希望者のみ・有料）

◆関連：27ページ-5.健康管理・保健【(8) 歯科保健事業】

(8) 乳幼児紙おむつ用ごみ袋支給事業

子育て世帯の経済的負担の軽減を図るため、有料ごみ袋を支給することにより子育てを支援しています。

- 対象 3歳未満の乳幼児を育てる世帯
- 配布時期・枚数 4月1日現在で対象となる世帯には、6月頃にお子さん一人につき年間100枚のごみ袋を、また4月2日以降に対象となった世帯には、11月頃に50枚をお配りします。

(9) 育児相談事業

保健師等が育児に関する悩みをお伺いするとともに、相談をお受けします。毎月2回開催しています。予約は必要ありません。日程は広報ちとせ・市民カレンダーに掲載しています。

- 場所：千歳市総合保健センター〈千歳市総合福祉センター1階〉
- 内容：身体計測、育児・栄養・発達・歯科の相談
- (注) 有料でフッ化物塗布も同時に実施しています。

◆関連：27ページ5.健康管理・保健【(8) 歯科保健事業】

(10) 遊び場設置事業

千歳市総合保健センター〈千歳市総合福祉センター1階〉で行う予防接種や乳幼児健診、女性の健診等の際、安心して各保健サービスを利用していただくため、次の事業を行う際に遊び場を設置しています。

- ・予防接種事業（BCG、ポリオ）
- ・乳幼児集団健診事業（4か月、1歳6か月、3歳児健診）
- ・育児相談事業
- ・女性の健診 など

(11) こども発達相談

乳幼児の運動、言葉、行動など発達と子育てについての相談をお受けします。お子さんの様子に合わせて、遊びやかかわり方、子育てのヒント、また必要に応じて他機関の紹介などを行っています。個人情報はお守りいたします。

- お申込み・お問い合わせ
こども発達相談室〈千歳市総合福祉センター3階〉
電話：24-0353 ※電話相談も行っています。
- 相談日：月～金曜日 午前9時から午後5時



2. 子ども・子育て

市役所本庁舎1階窓口7番

(1) 保育所・保育園

保育課 24-0340 (直通)

◎認可保育所 児童福祉法に基づき、北海道知事から認可されている施設です。お仕事の都合などにより昼間保育することができない保護者に代ってお子さんを保育します。

- 入所対象 保護者の就労(自営業を含む)、入院、介護、産前産後
- 開所時間 月～土曜日 午前7時～午後6時
- 休所日 日曜日、祝・祭日、年末年始
- 受入年齢 6か月～就学前(一部1歳児から受入の保育所あり。)
- 特別保育
 - ・延長保育 午後7時まで保育します。
 - ・休日保育 保育所の休所日(年末年始を除く)に児童を保育します。(つくし保育園で実施)
 - ・障がい児保育 全保育所(園)で実施します。
 - ・一時・特定保育 一時的又は断続的に保育が困難な場合に利用できます。育児疲れ、私的理由も可。
- 利用者負担 前年(1月～12月)の所得により異なります。詳しくは、保育課にお問い合わせください。

◎認可外保育所 北海道の認可は受けていませんが、乳幼児の保育を目的として北海道に届出している施設です。

- 種類：市立認可外保育所
- 事業所内保育所
- 民間認可外保育所
- 夜間保育所
- 家庭内保育室



◆詳細は、「千歳市子育てガイド」をご覧ください。

(2) ファミリーサポートセンター事業

子育ての援助(保育等)を受けたい方と、行いたい方が会員となって組織を作っています。受けたい方、行いたい方ともに事前に会員申し込みが必要です。

◎ファミリーサポートセンター

保育園からのお迎えと一時的な預かり。通院時の一時的な預かり。



対象年齢	0歳～小学校6年生	
援助活動時間	7:00～21:00 (原則)	
料金	平日・時間内	1時間 600円
	平日・時間外、土・日曜日、祝日	1時間 700円

○お申込み・お問い合わせ

千歳市ファミリーサポートセンター

千歳市社会福祉協議会内〔東雲町1丁目11〕

電話：22-8522 (平日・午前9時～午後5時)

◎緊急サポートネットワーク

病児・病後児の預かり、急な出張等による夜間・宿泊を伴う預かり。

援助活動時間	7:00～18:00	18:00～23:00	宿泊(18:00～8:00)	
健康児	1,000円/時間	1,200円/時間	3歳未満	12,000円/回
			3歳以上	10,000円/回
病児・病後児	1,000円/時間	援助の設定なし		

○お申込み・お問い合わせ

千歳市緊急サポートネットワーク

電話：011-788-7841 (平日・午前10時～午後5時)

(3) 病児・病後児保育事業 (千歳こどもデイケアルーム) 保育課 24-0340 (直通)

病氣中または病気の回復期で急変の可能性はないが、集団保育が困難なお子さんを、お仕事の都合などにより家庭で保育できない保護者に代わり、一時的にお預かりします

対象年齢	生後6か月～小学校3年生
定員	1日3人(利用予約制)
利用時間	8:00～18:00(日曜、祝日、年末年始は休み)
利用負担額	通常 1日2,000円(生活保護受給、市民税非課税世帯=無料、所得税非課税世帯=1,000円)

※給食費を別途負担していただきます。

○実施場所 千歳こどもデイケアルーム

市立千歳市民病院敷地内〔北光2丁目1-9〕

○予 約 (フリーダイヤル) 0120-0123-13

受付時間：9：00～18：00

土日・祝日はお休みです。月曜日の予約は金曜日までをお願いします。

(4) 千歳市子育て総合支援センター〈ちとせっこセンター〉

子育て総合支援センター 40-1717

ちとせっこセンターは、未広保育所、ちとせっこ学童クラブ、ちとせっこ児童館、つどいの広場やちとせっここどもセンター(地域子育て支援センター)が集まる千歳では初めての複合施設です。また、ちとせっここどもセンターが主体となり、地域全体で子育て支援を推進するための中心的な施設としてその役割を担います。

○千歳市子育て総合支援センター〈ちとせっこセンター〉

〈千歳市花園4丁目3-1〉 電話：40-1717

(5) 千歳市地域子育て支援センター

子育て総合支援センター 40-1717

地域子育て支援センターは、主に乳幼児（0才から就学前）をもつ親とその子どもが気軽に利用し、交流や育児相談ができる場、子育て情報の提供の場として支援活動をしています。また、さまざまな子育て支援事業を行っています。

○ちとせっこ子どもセンター

〈千歳市花園4丁目3-1ちとせっこセンター内〉 電話：40-1717

○アリス子どもセンター

〈勇舞1丁目1-1アリス保育園内〉 電話：24-8341

(6) つどいの広場（市民協働）

子育て総合支援センター 40-1717

乳幼児をもつ親とその子どもが気軽に集い交流するとともに、子育ての不安や悩みなどに対して相談援助を行い、また、子育ての情報などを提供しています。

親子で気軽に立ち寄り、一緒にあそびませんか？親子でお友達をつくりましょう。

○曜日・時間 : 月～土 10:00～16:00

○場 所 : 千歳市花園4丁目3-1 〈ちとせっこセンター内〉

○電 話 : 40-2105

(7) 地域子育てサロン

子育て総合支援センター 40-1717

地域の民生委員児童委員や町内会が中心となって、子育て中の親子が一緒に遊び、交流できる場所を提供しています。マタニティの方も子どもと触れ合ってみませんか？

おじいちゃんおばあちゃんも遊びに来て下さい。

○対象 就学前の子どもとその保護者

○料金 無料

※開催日や時間、場所などのお問い合わせは、ちとせっこ子どもセンターへお願いします。(電話：40-1717)

市内各地で市民の方が運営している「子育てサークル」が活動しています。

○子育てサークルに関するお問い合わせ

- ① ちとせっこどもセンター 電話：40-1717
- ② アリスこどもセンター 電話：24-8341
- ③ 教育委員会生涯学習課 電話：24-3153

総合福祉センター3階

(9) 発達支援、早期療育(千歳市こども通園センター) こども療育課 24-0348 (直通)

心身の発達に障がいや遅れ・つまずきのある乳幼児に、母子(保護者)通園による療育を行い、乳幼児の豊かな発達を促します。

○お問い合わせ

千歳市こども通園センター〈千歳市総合福祉センター2階〉
電話：24-0348

◆関連：17ページ-3.障がい児・者【(10) 児童デイサービス事業】

総合福祉センター3階

(10) 発達支援、早期療育(個別支援・個別相談) こども療育課 24-0353 (直通)

心身の発達に障がいや遅れ・つまずきのある乳幼児の課題に応じ、理学療法士、作業療法士、言語聴覚士等が、個別に療育支援を行い、乳幼児の豊かな発達を促します。

○お問い合わせ

千歳市こども通園センター〈千歳市総合福祉センター2階〉
電話：24-0353

◆関連：4ページ-1.妊婦・乳幼児【(11) こども発達相談】

(11) 学童クラブ事業

お仕事の都合などにより、昼間、保護者が家庭にいない児童に対し、放課後における適切な遊び及び生活の場を提供します。

- 対象学年 小学校1年から3年生
- 開設時間 月～金曜日 下校時～午後6時30分
土曜日・学校が休みの日 午前8時30分～午後6時30分
- 休所日 日曜日、祝日、年末年始

◆詳細は、「千歳市子育てガイド」をご覧ください。

(12) 児童館管理運営事業

児童館は、子どもたちが自由に遊びに行くことができ、色々な遊びを通して豊かな心と身体を育てる施設です。市内に8館あり、利用は無料です。



- 開館時間 月～土曜日 午前9時～午後5時30分
- 施設内容 遊戯室(体育館)、集会室、図書室
- 休館日 日曜日、祝日、年末年始

※ ほくおう、いずみさわの2館では、子育て支援を行うボランティアや子育てサークル等の団体に限定した日曜開館を行っています。

(注) 小学校入学前のお子さんは、保護者の同伴が必要です。

(13) 子ども手当など

◎子ども手当

中学校修了前までの子どもを養育している方で、申請月の翌月からの支給となります。公務員の方は、勤務先での手続きとなります。

子ども1人当たり (月額)	3未満	15,000円
	3歳以上小学校修了前	
	第1・2子	10,000円
	第3子以降	15,000円
	中学生	10,000円

◎児童扶養手当

父母の離婚や死亡などにより父又は母と生計を同じくしていない児童(18歳に達する日以降の最初の3月31日までの間にある児童)を養育している母子・父子家庭の母や父、又は養育者に支給されます。(公的年金等受給者を除きます。所得制限により、全部支給、一部支給、全部停止があります。)

児童1人 の場合	全部支給：月額41,550円
	一部支給：月額41,540円～9,810円

(2人目：5,000円加算、3人目以降：3,000円ずつ加算)

◎特別児童扶養手当

身体や精神に中程度以上の障がいのある20歳未満の児童を養育している方に支給されます。(公的年金等受給者を除きます。支給に当たっては、所得制限があります。)

1級	月額 50,550円
2級	月額 33,670円

◆関連：15ページ-3.障がい児・者【(6)手当・年金】

(14) 家庭児童相談室

18歳未満の子どもに関する相談をお受けしています。秘密は厳守します。また、匿名での相談もできます。

- 〈相談内容の例〉
- ・子育てについての不安や悩み
 - ・子どもの心や身体の発達について
 - ・子どもの虐待を疑う行為を見たり聞いたりしたとき

○夜間・休日で緊急の場合 市役所代表電話：24-3131

(15) 子育て短期支援事業(ショートステイ事業)

保護者の病気やお仕事などで一時的に家庭での子どもの養育が困難になった場合に、児童養護施設で短期間(原則7日間)お預かりします。

対象は、1歳から18歳未満の市内に住む、お子さんです。

<利用料>

世帯区分	年齢区分	1人あたりの日額
生活保護世帯		無料
市民税非課税世帯	2歳未満	1,100円
	2歳以上	1,000円
その他の世帯	2歳未満	5,350円
	2歳以上	2,750円

(16) 思春期保健事業

健康教育事業として「千歳学出前講座」や独自の健康教室を開催しており、その中で思春期の児童生徒等を対象とする「思春期保健事業」があります。小中学校や市民グループからの要請により、発達段階にあわせた思春期の心身の健康をテーマに健康教育も行っています。

◆関連：25ページ5.健康管理・保健【(4) 健康教育事業】

3. 障がい児・者

市役所本庁舎1階窓口8番

(1) 障害者手帳の交付

障がい者支援課 24-0327 (直通)

身体、知的、精神に障がいがあり、日常生活や社会生活を送ることが困難な方は身体障害者手帳、療育手帳、精神障害者保健福祉手帳の交付を受けることができます。申請には指定医の意見書、障害年金証書等、障がいの種類により必要な添付書類があります。

○18歳未満の療育手帳は、子育て推進課 電話：24-0935 (直通)

市役所本庁舎1階窓口8番

(2) 自立支援サービス

障がい者支援課

身体・知的・精神に障がいがあり、障害者手帳などを取得している方は、次のようなサービスを受けることができます。

サービスの種類は、①訪問・通所系サービス、②日中活動系サービス、③居住支援に分かれています。

①訪問系	②日中活動系	③居住支援
居宅介護 (ホームヘルプ) 重度訪問介護 重度障害者等包括支援 行動援護、同行援護	療養介護、生活介護 自立訓練(機能訓練) 自立訓練(生活訓練) 就労移行支援、就労継続支援 短期入所 *児童デイサービス	施設入所支援 共同生活介護(ケアホーム) 共同生活援助(グループホーム)

※未就学児の「児童デイサービス」の申請は、こども療育課 (Tel. 24-0348)

◆関連：17ページ-3.障がい児・者【(10) 児童デイサービス事業】

自立支援のための障害福祉サービスを利用するためには、利用申請をして、障害程度区分認定のために審査、判定を受けることが必要となります。

障害程度区分が決定されると受給者証が交付されますので、各自がサービス提供事業者と契約し、サービスを利用することになります。原則として費用の1割を自己負担していただきます。なお、自己負担は、世帯の収入に応じて上限額が設定されています。 ○障がい者認定係 電話：24-0251



(3) 補装具交付

身体に障がいのある方に、障がいによって失った身体上の機能を補うための補装具の購入や修理に要する費用を支給しています。原則として費用の1割を自己負担していただきます。なお、自己負担は収入に応じて上限額が設定されています。

障がいの種類	支給の対象となる主な補装具
視覚	義眼・眼鏡・盲人安全つえ
聴覚	補聴器
肢体	義肢・装具・車いす・電動車いす・歩行器・歩行補助つえ・座位保持いす、起立保持具



※ただし、購入前の申請により必要と認められた場合に限られます。
なお、購入後の申請は対象となりません。

(4) 日常生活用具給付事業

重度の障がいのある方を対象に、日常生活での利便性の向上や安全の確保を目的として日常生活用具を給付します。原則として費用の1割を自己負担していただきます。なお、自己負担は、世帯の収入に応じて上限額が設定されています。



障がいの種類	給付の対象となる主な日常生活用具
視覚	点字タイプライター・ポータブルレコーダーなど
聴覚	文字放送デコーダー・屋内信号装置など
肢体	特殊寝台・特殊マット・入浴補助用具など
呼吸器	ネブライザー・電気式たん吸引器
膀胱・直腸	ストマ装具・紙おむつ・洗腸用具

※ただし、購入前の申請により必要と認められた場合に限られます。
なお、購入後の申請は対象となりません。

(5) 医療

- ①更正医療（自立支援医療） ○障がい者支援課 電話：24-0327（直通）
身体障害者手帳を有する18歳以上の方が、障がいの軽減や機能の回復のため手術等の医療を受ける場合に、費用の一部を助成します。
- ②精神通院医療（自立支援医療） ○障がい者支援課 電話：24-0327（直通）
精神科への通院や薬局・訪問看護ステーション・デイケアの利用にかかる医療費の一部を助成します。
- ③重度心身ががい者医療費助成 ○高齢医療課 電話：24-0289（直通）
重度の身体障がいや知的障がいと診断された方（主たる生計維持者の所得が一定額以下に限る）の、入院・通院に要する費用を助成します。
- ※上記①②③は、費用の1割の自己負担があります。また、事前に受給者証などの交付を受ける必要があります。
- ④育成医療（自立支援医療） ○千歳保健所 電話：23-3175（直通）
身体に障がいをもつ児童又は将来において障がいを有すると認められる児童を対象に、その治療等に要する費用の一部を助成します。

(6) 手当・年金

- ①特別障害者手当 ○障がい者支援課 電話：24-0327（直通）
20歳以上で、重度の身体障がい又は精神障がいのため、在宅での日常生活において常時特別の介護を必要とする方に支給されます。
- ②障害児福祉手当 ○障がい者支援課 電話：24-0327（直通）
20歳未満で、重度の身体障がい又は精神障がいのため、在宅での日常生活において常時介護を必要とする方に支給されます。
- ③特別児童扶養手当 ○子育て推進課 電話：24-0328（直通）
20歳未満で、中程度以上の身体障がい又は精神障がいを持つ児童を、家庭で養育している保護者の方に支給されます。
- ④障害年金 ○市民課年金係 電話：24-0267（直通）
公的年金の加入期間や20歳到達前に被った疾病等で障がいが残った場合、障がいの程度により年金や一時金が支給されます。

(7) 日常生活支援・社会参加促進支援

障がいのある方は、各種支援事業を利用することができます。詳しくは電話等でお問合せください。

◎日常生活支援事業

施設入浴サービス事業・紙おむつ給付事業・福祉サービス利用券助成事業・訪問給食サービス事業・除雪サービス事業・緊急通報システム事業・移送介助サービス事業・住宅改修費助成事業

◎地域生活支援事業

手話通訳者・要約筆記者派遣事業・移動支援事業・日中一時支援事業・自動車免許取得費用助成事業・自動車改造(身障手帳所持者で本人が運転するものに限る)費用助成事業・訪問入浴サービス事業

(8) 自立支援教育訓練等助成事業

就労のために必要な教育訓練等や各種講座の受講に要する経費の40%を助成し、就労の促進を図ります。助成額は20万円を上限額とし、8千円未満は助成の対象にはなりません。なお、事前に申請が必要です。

(9) 難病患者等の日常生活用具給付事業

難病等を患い在宅療養を続け、日常生活に支障がある方に対し、日常生活用具を給付し生活を支援します。

○難病患者に対する日常生活用具の給付

対象要件： 特定疾患調査研究分野対象疾患（130 疾患）または関節リウマチ患者の方で日常生活に支障があり、在宅で療養が可能な程度に症状が安定しており、介護保険法、老人福祉法、障害者自立支援法等の対象とならない方

事業概要： 各症状に応じ、在宅療養に必要なパルスオキシメーター等日常生活用具（18 品目）の給付

○小児特定慢性疾患児に対する日常生活用具の給付

対象要件： 小児がんや慢性腎炎等小児慢性特定疾患（11 疾患群 514 疾病）を患っている 18 歳未満の子どもで日常生活に支障があり、児童福祉法、障害者自立支援法等の対象とならないお子さん

事業概要： 各症状に応じ、在宅療養に必要な車いす等日常生活用具（13 品目）の給付

(10) 児童デイサービス事業

心身の発達に障がいや遅れ・つまずきのあるお子さんを対象に、通園・通所による療育を行っています。原則として、費用の 1 割を自己負担していただきます。

詳しくは、お問い合わせください。

○お問い合わせ 未就学児：こども療育課 電話：24-0353 (直通)
就学児：障がい者支援課 電話：24-0327 (直通)

◆関連： 9ページ-2.子ども・子育て【(9) 発達支援・早期療育】
13ページ-3.障がい児・者【(2) 自立支援サービス】

4. 高齢者

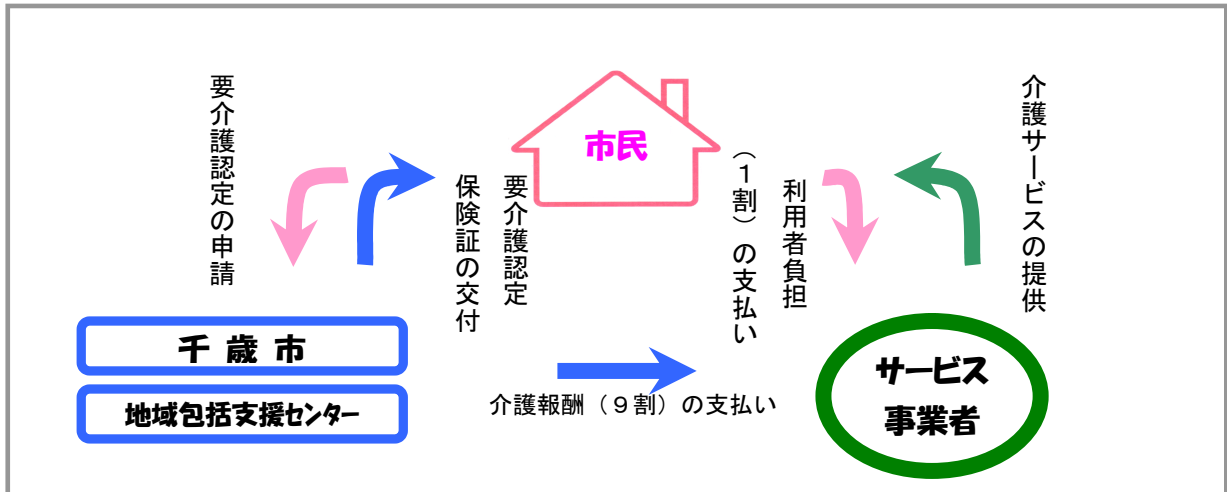
◆高齢者に関する詳しい情報は、「ちとせの介護保険保健福祉サービスガイド」をご覧ください。

市役所本庁舎1階窓口9番

(1) 介護保険制度のしくみ

高齢者支援課 24-0298 (直通)

介護保険は、40歳以上の皆さんが加入者(被保険者)となって保険料を納め、介護が必要になったときには、サービスを利用できるしくみになっています。



介護保険サービスは、次に該当した人が利用できます。

◎第1号被保険者（65歳以上の人）

- 入浴、排せつ、食事など、常に介護が必要な状態と認定された人（要介護者）
- 掃除、洗濯、買物など、日常生活の一部に支援が必要だが、介護サービスを適切に利用することで心身の機能の維持・改善が見込める状態と認定された人（要支援者）

※介護が必要になった原因は問われません。

「要介護1～5」に認定された人を「要介護者」、「要支援1、2」に認定された人を「要支援者」といいます。

◎第2号被保険者（40歳以上65歳未満の人で健康保険に加入している人）

- 次の病気（特定疾病）が原因で、介護や支援が必要な状態と認定された人（要介護者、要支援者）

- | | | |
|-------------------------------|----------------|----------------------------|
| 1 筋萎縮性側索硬化症 | 2 後縦靭帯骨化症 | 3 骨折を伴う骨粗しょう症 |
| 4 多系統萎縮症 | 5 初老期における認知症 | 6 脊髄小脳変性症 |
| 7 脊柱管狭窄症 | 8 早老症 | 9 糖尿病性神経障害、糖尿病性腎症及び糖尿病性網膜症 |
| 10 脳血管疾患 | 11 パーキンソン病関連疾患 | |
| 12 閉塞性動脈硬化症 | 13 関節リウマチ | 14 慢性閉塞性肺疾患 |
| 15 両側の膝関節又は股関節に著しい変形を伴う変形性関節症 | 16 がん末期 | |

※40歳以上65歳未満で生活保護受給中の人は、福祉課保護係にご相談ください。

(2) 介護保険サービスの利用

介護保険サービスを利用するまで

- 1 申請** 介護が必要になったら、まず申請が必要です。
- 2 調査** 心身の状況を調査します。
- 3 審査** どのくらいの介護が必要か審査・判定します。
- 4 認定** 要介護度を通知します。
- 5 サービス計画(ケアプラン)の作成**
利用者の状態や希望に応じたケアプランを作成します。

在宅での介護の場合

1か月あたりの支給限度基準額（下記表参照）が決まっているので、ケアマネジャーに相談して、本人や家族が希望するケアプランを作ります。

施設での介護の場合

介護保険施設に入所する場合は、利用者が直接介護保険施設に申し込みます。入所が決まると、その施設内で本人の状態に合わせてケアプランを立てることになります。

要介護度の区分	心身の状況など	支給限度基準額 (1か月あたり)
要支援1	日常生活の一部に支援が必要だが、介護サービスを適切に利用すれば心身の機能の維持・改善が見込める	49,700円
要支援2		104,000円
要介護1	日常の動作が不安定で、生活の一部に介助が必要	165,800円
要介護2	日常の動作が低下し、生活全般に介助が必要	194,800円
要介護3	自力歩行ができず、排せつの後始末や入浴に常時介助が必要	267,500円
要介護4	日常生活能力が相当低下し、生活全般に全面的介助が必要	306,000円
要介護5	日常生活能力が極度に低下し、生活全般に全面的介助が必要	358,300円

- 6 サービスの利用** ケアプランに沿って、サービスを利用します。

(3) 地域支援事業（介護予防事業ほか）

◎介護予防事業

要介護状態になることを防ぐため、市内のコミュニティセンターを中心に介護予防事業を実施しています。おおむね65歳以上の市民を対象にしています。

広報で開催の日時や場所をご案内していますので、ご確認ください。

①介護予防教室

	教室名	内容	問い合わせ先
1	すこやかトレーニング教室	転ばないための筋力アップ運動	千歳市地域包括支援センター 「きずな」 42-3131
2	体力アップトレーニング教室	全身を使った体力・筋力アップ運動	
3	椅子に座ってできるリズム体操	音楽にのった楽しいリズム運動	
4	いきいき栄養教室	栄養講話、調理実習	
5	お口の健康教室	口の手入れの講話、実習	
6	出前講座 (膝・腰痛予防教室、 認知症・尿失禁予防など)	たくさんメニューがあります。町内会単位でお申込みください。	
7	いきいきクラブ	体操やウォーキング 口の手入れなどの実習	やまとの里在宅介護支援センター 27-7503
8	元気アップ教室	栄養講話、調理実習	

②その他の介護予防事業

事業名	内容	問い合わせ先
なんでも健康相談	心身の健康相談および介護相談	千歳市地域包括支援センター 「きずな」 42-3131
介護予防講演会	専門の講師によるさまざまな介護予防関係の講演	
介護予防を実践する団体への支援 (千歳市地域介護予防活動支援事業)	閉じこもり高齢者などを対象に地域で自主的な介護予防活動を実施する団体に対して、活動に必要な経費の一部、または全額を補助する事業。	高齢者支援課 24-0294

◎介護者(家族)へのサービス (家族介護用品支給助成事業)

高齢者を介護している介護者(家族)を支えるサービスです。利用対象者の条件がありますので、お問い合わせください。

○高齢者支援課 電話：24-0294 (直通)

◎介護認定の有無にかかわらず受けられるサービス (訪問給食サービス事業)

調理が困難な一人暮らし高齢者や高齢者世帯を対象とした配食サービスです。利用対象者の条件がありますので、お問い合わせください。

○千歳福祉サービス公社 電話：42-3133

市役所本庁舎1階窓口9番

(4) 保健福祉サービス

高齢者支援課 24-0295 (直通)

介護認定の有無にかかわらず受けられるサービス

①緊急通報システム事業、福祉電話貸与事業

○高齢者支援課 電話24-0295 (直通)

②訪問サービス事業、ふとん丸洗いサービス事業、大掃除サービス事業

○千歳福祉サービス公社 電話：42-3133

③除雪作業支援事業(ボランティア除雪)、地域福祉権利擁護事業、福祉理容、美容サービス事業

○社会福祉協議会 電話：27-2525

5. 健康管理・保健

総合福祉センター1階

(1) 健診(検診)事業〔集団健診〕

健康指導課 24-0364 (直通)

◎集団健診・女性健診・あおぞら検診 (有料)

「各種健康診査」と「がん検診」を同時に受診できる集団健診を実施しています。「各種健康診査」については、39歳以下の方は、健康保険の種別にかかわらず受診することができます。40歳以上の方は、加入している健康保険が実施する健康診査を受診することができます。

市が実施している健康診査は、40歳以上の国民健康保険又は長寿（後期高齢者）医療制度に加入している方、生活保護を受給している方、39歳以下の方が対象です。市の国民健康保険以外（協会けんぽ、共済組合、国保組合等）に加入している40歳以上の方は、ご加入先の健康保険へお問い合わせください。

「がん検診」については、健康保険の種別にかかわらず受診することができます。

①集団健診（千歳市総合保健センター）

検診項目：胃がん・大腸がん・肺がん・前立腺がん検診、肝炎ウイルス検診、エキノコックス症検診、各種健康診査（39歳以下健診・国保特定健診・後期高齢者健診等）

場所：千歳市総合保健センター

②集団健診（札幌市内 検診委託機関）

検診項目：胃がん・大腸がん・肺がん・前立腺がん検診、子宮がん・乳がん検診、肝炎ウイルス検診、エキノコックス症検診、健康診査（国保特定健診）、後期高齢者健診

場所：札幌市内の検診機関（無料送迎バス有り）

③女性健診 対象は女性のみ（千歳市総合保健センター）

検診項目：胃がん・大腸がん・肺がん・子宮がん（年2回程度実施）検診、肝炎ウイルス検診、エキノコックス症検診、各種健康診査（39歳以下健診・国保特定健診・後期高齢者健診等）

場所：千歳市総合保健センター

④あおぞら検診（札幌市内 検診委託機関）

検診項目：子宮がん・乳がん検診

場所：札幌市内の検診機関（無料送迎バス有り）

集団健診の受診を希望される方は、事前申込みが必要です。日程、定員、申込開始日等を広報等で確認のうえ、お申し込みください。定員になり次第締め切ります。

○申込み先 健診申込専用ダイヤル：24-0617

(2) 健診(検診)事業〔個別健診〕

◎個別健診 (有料)

市内医療機関等において、「国保特定健診（国民健康保険に加入している40歳以上64歳以下の方が対象です。）」及び「がん検診」を受診できる個別健診を実施しています。「国保特定健診」、「がん検診」は、健康保険の種別にかかわらず受診することができます。

①国保特定健診

検診項目：身体測定、コレステロール、肝機能、血糖、心電図、眼底検査など

申込方法：市内指定医療機関へ直接お申し込みください（6月～随時）。

受診の際には、市が発行する「特定健康診査受診券」（5月中旬に対象者へ送付）が必要です。

受診日程等の詳細については、受診する医療機関とご相談ください。

②子宮がん・乳がん検診

検診項目：子宮がん・乳がん検診

申込方法：市内指定医療機関へ直接お申し込みください（随時）。

受診日程等の詳細については、受診する医療機関とご相談ください。

③胃・大腸・肺がん検診（40～64歳の方）

検診項目：胃がん・大腸がん・肺がん検診

申込方法：市が発行する受診票が必要です。事前に健診申込専用ダイヤル（24-0617）へお申し込みください（6月～随時）。

受診日程等の詳細については、受診する医療機関とご相談ください。

④脳ドック検診（該当年齢の方）

検診内容：血圧測定、MRI検査・MRA検査による脳及び脳血管の検査

申込方法：市が発行する受診票が必要です。事前に健診申込専用ダイヤル（24-0617）へお申し込みください。

受診日程等の詳細については、受診する医療機関とご相談ください。

⑤骨粗しょう症検診（該当年齢の女性）

検診項目：骨量測定（MD法、DIP法等受診する医療機関により測定方法、測定部位が異なります。）

申込方法：市が発行する受診票が必要です。事前に健診申込専用ダイヤル（24-0617）へお申し込みください。

受診日程等の詳細については、受診する医療機関とご相談ください。

【対象者と受診料金】

健診（検診）種別		対 象 者	受診料金※1	
			一般の方	千歳市国保の方
健診	国保特定健診	65歳から74歳までの千歳市国民健康保険加入者		500円
	国保特定健診	40歳から64歳までの千歳市国民健康保険加入者		1,000円
	39歳以下健診	19歳から39歳までの方	1,000円	1,000円
	後期高齢者健診	長寿（後期高齢者）医療制度加入者	無料	
	いきいき健診	生活保護受給者	無料	
胃がん検診		40歳以上の方	個別）2,700円 集団）1,500円	個別）1,700円 集団）500円
肺がん検診		40歳以上の方	500円	100円
大腸がん検診		40歳以上の方	1,000円	300円
前立腺がん検診		50歳以上の男性	1,000円	300円
子宮がん検診 ※2	20歳から29歳までの女性	2,000円	2,000円	
	30歳以上の女性		800円	
乳がん検診 ※2	40歳以上の女性	2,000円	1,300円	
エキノコックス症検診		小学3年以上で、過去5年以内にこの検診を受診したことがない方	無料	無料
肝炎ウイルス検診		40歳以上で、過去にC型肝炎またはB型肝炎ウイルスの治療及び検査を受けたことがない方	800円	800円
脳ドック検診 ※3		40歳以上 5歳毎	6,000円	6,000円
骨粗しょう症検診 ※3		女性のみ 40歳～70歳 5歳毎	600円	600円

※1 つぎの方は、各種がん検診、肝炎ウイルス検診料金が無料になります。

・70歳以上の方 ・65歳以上70歳未満で障害4級以上の方 ・生活保護世帯の方 市民税非課税世帯の方

※2 子宮がん検診、乳がん検診は、2年に1度の検診で、年度により対象要件が変わります。

H23年度は奇数月、H24年度は偶数月生まれの方が対象となります。

※3 5年に1回の受診となります。

総合福祉センター1階

（3）健康相談事業

健康指導課 24-0768（直通）

毎月1回、血圧測定、尿検査、体脂肪測定を実施するほか、医師、保健師、栄養士、歯科衛生士が健康に関する相談に応じています。

また、市内の公共施設等での出前健康相談を随時実施しています。

○日程：毎月1回（市民カレンダーに掲載）

○時間：9：30～11：30、13：00～16：00、歯科衛生士相談は偶数月の午前のみ、医師相談は13:00～15:00

○場所：千歳市総合保健センター〈総合福祉センター1階〉



(4) 健康教育事業

市民の方の依頼を受け、健康づくりをテーマとする健康教育を実施しています。
また、生活習慣病予防や運動、食事、こころの健康等に関する健康づくり教室や講演会等を実施しています。

- 健康づくり教室・講演会等 健康指導課 電話：24-0768
- 千歳学出前講座の依頼 生涯学習課 電話：24-0847

(5) 健康イベント(行事)事業

健康づくりの意識を高めることを目的に、次のようなイベントを開催しています。

◎千歳市健康まつり

健康に関わる関係機関がそれぞれ健康に関するコーナーを設置し、情報等を提供しています。

◎まちなかウォーキング事業

青葉公園を中心にウォーキングコースを歩く「水と緑を歩こう会」、支笏湖畔を歩く「支笏湖ウォーキング」等を開催し、市民の皆様に健康増進のためのウォーキングの普及活動を行っています。

(6) 感染症対策(予防接種)事業

予防接種は、扱うワクチンの特性等から次の二種類の実施方法があります。費用は「高齢者インフルエンザ」を除き、無料です。

◎個別接種

市内指定医療機関で直接受ける予防接種です。体調や都合に合わせて接種日時が調整できます。予防接種が受けられる市内指定医療機関は、担当にご確認ください。

◎集団接種

千歳市総合保健センター〈千歳市総合福祉センター1階〉等で日時を設定し、実施しています。

予防接種の日程等については、健康母子係で実施している「新生児訪問（こんにちは赤ちゃん）事業」や、広報ちとせ、市民カレンダーにて日程をご案内しています。日程等都合がつかない場合は担当までご相談ください。また、予防接種が受けられる市内指定医療機関については、担当にご確認ください。

①BCG予防接種

結核感染を防止するための予防接種です。

予防接種の効果と安全確保の観点から、生後3か月～5か月の乳児を対象に案内しています。

- ・対象：生後6か月未満の乳児
- ・接種方法：集団接種（千歳市総合保健センター〈千歳市総合福祉センター1階〉）
- ・料金：無料

②ポリオ予防接種

急性灰白髄炎（小児マヒ）の感染を防止するための予防接種です。

- ・対象：i 生後3か月～7歳5か月の乳幼児
ii 昭和50年～昭和52年生まれの方
- ・接種方法：集団接種（i 春と秋の2期に実施・ii 春1回、秋1回実施）
（千歳市総合保健センター〈千歳市総合福祉センター1階〉）
- ・料金：i 無料、ii 500円

③麻しん・風しん予防接種

麻しん（はしか）、風しんの感染を防止するための予防接種です。4期に分けて接種します。

- ・対象：第1期 生後12か月～2歳未満の幼児
第2期 小学校就学前の1年間（いわゆる幼稚園・保育所の年長児）
第3期 中学1年生に相当する年齢の者（H20年度から5年間の措置）
第4期 高校3年生に相当する年齢の者（H20年度から5年間の措置）
- ・接種方法：個別接種（市内指定医療機関）
- ・料金：無料

④三種・二種混合ワクチン接種

三種混合（ジフテリア、百日咳、破傷風）、二種混合（ジフテリア、破傷風）の感染を防止するための予防接種です。第I期初回は3～8週間の間隔をあけて3回接種し、3回目の12～18か月後に第I期追加として4回目を接種します。

- ・対象：第I期 生後3か月～7歳5か月の乳幼児
第II期 小学校6年生でI期を3回以上受けている児童
- ・接種方法：第I期 個別接種（市内指定医療機関）
第II期 集団接種（各小学校で実施）
- ・料金：無料

⑤高齢者インフルエンザ予防接種

インフルエンザの感染を防止するための予防接種です。

- ・対象： i 65歳以上の方
ii 60歳～65歳未満で心臓、じん臓、呼吸器障害及びヒト免疫不全ウイルスによる機能障害を有する方
- ・接種方法：個別接種（市内指定医療機関 11月～3月）

料金表	i の対象者	ii の対象者
生活保護受給者	無料	無料
千歳市国保加入者	300円	1,000円
後期高齢者	300円	
その他	1,000円	1,000円

総合福祉センター1階

(7) 献血支援事業

健康推進課 24-0361 (直通)

病気やケガなどで輸血用血液や血液製剤を必要としている方々のために、可能な範囲で自発的に血液を提供するのが「献血」です。

千歳市では、献血のPR、献血事業を行う赤十字血液センターと場所を提供する会社や施設等との調整を行っています。また、献血日程を市民カレンダー等でお知らせしています。

総合福祉センター1階

(8) 歯科保健事業

健康推進課 24-0771 (直通)

◎歯科健診事業

千歳市では、毎月2回実施している1歳6か月児健診、3歳児健診時、個別に歯科健康診査、歯科相談等を実施しています。

その際、希望者に有料でフッ化物塗布を実施しています。

◎フッ化物塗布事業

むし歯予防のため有料でフッ化物塗布を月4回実施しています。

日程と詳細は、広報ちとせ・市民カレンダーに掲載しています。

○フッ化物塗布費用

塗布本数	料 金
7本以下	400円
8本以上	800円



◆関連：4 ページー1.妊婦・乳幼【(9) 育児相談事業】

(9) 医療体制整備事業

◎一般医療

休日や夜間など市内の医療機関が診療を行っていない時に、緊急な処置が必要なケガや病気の場合には、救急急病当番医（当番制）を受診してください。

受診科目は、内科系・外科系・小児科で、救急外来診療時間は以下のとおりです。

科目	平日	土曜日	日曜・祝日	年末・年始 (12/29～1/3)
内科系	17時～深夜 0 時	12時～深夜 0 時	9時～深夜 0 時	9時～深夜 0 時
外科系	17時～深夜 0 時	12時～深夜 0 時	9時～深夜 0 時	9時～深夜 0 時
小児科	18時～21時			

※救急医療は時間外診療ではありません。日中から症状がある場合にはかかりつけの医療機関を受診して下さい。

※小児科の対応時間以外は、内科系で対応を行います。

救急外来診療が終了する深夜0時以降に、身体の不調を感じた場合には、24時間看護師・医師に電話で相談できる「ちとせ健康・医療相談ダイヤル24」（通話料・相談料無料）が利用できますので、救急急病当番医の情報とあわせて、毎月の市民カレンダーやホームページでお知らせしています。

◎歯科医療

千歳市をはじめ、恵庭市、北広島市の3市の歯科医院等で組織する「千歳歯科医師会」が、休日の歯科救急患者の診療体制を整えています。

3市の歯科医院等の在宅当番医制のため、歯科救急の場合、いずれか3市の歯科医院等で診療を受けることとなります。救急当番の医療機関は、毎月の市民カレンダーでお知らせしています。

救急医療とは？

夜間や休日に突発的に発生した病気やけがを治療するための医療で、一命を取りとめたり、痛みを和らげることが目的の医療行為です。

「通常診療」はもちろん「時間外診療」や「夜間診療」とは異なります。

6. 福祉全般・その他の福祉

市役所本庁舎1階窓口6番

(1) 母子家庭自立支援事業

子育て推進課 24-0328 (直通)

母子家庭等の自立支援を図るため、ひとり親家庭奉仕員（ヘルパー）派遣事業、母子・寡婦福祉資金貸付の受付などを実施しています。また、母子自立支援員による各種制度の情報提供や相談を行うとともに、母子家庭自立支援教育訓練給付金支給事業などの就業支援を実施しています。

◆関連：11ページ-2.子ども・子育て【(13)子ども手当など- ◎児童扶養手当】

市役所本庁舎1階窓口9番

(2) 千歳市保健福祉オンブズマン制度

福祉課 24-0292 (直通)

保健福祉オンブズマンは、市民皆さんの保健及び福祉サービスに関する苦情を、公正・中立な立場で皆さんに代わって調査し、必要な場合は市並びに民間事業者のサービス内容を是正するよう勧告するほか、制度の改善をするよう意見表明します。

○千歳市保健福祉オンブズマン事務局 電話：24-0864 (直通)

※医療関係のサービスに対する苦情は除きます。

市役所本庁舎1階窓口9番

(3) 千歳市成年後見制度利用支援事業

福祉課ほか相談対応課

認知症、知的障がい等のある方で判断能力が不十分な方々を保護し、支援するのが成年後見制度です。

成年後見人等を必要とする場合は、家庭裁判所への申立てを行うことで、判断能力の程度など本人の事情に応じて制度を利用することができます。

○成年後見制度の相談は、千歳市地域包括支援センター 電話：42：3131

市役所本庁舎1階窓口9番
福祉課 24-0292 (直通)

(4) 民生委員児童委員

日常生活で困ったことや悩みごとを相談する、一番身近な相談員が「民生委員児童委員」です。主に子どもに関することを担当する「主任児童委員」もいます。

地域の民生委員児童委員については、福祉課にお問合せください。

市では、民生委員児童委員活動の支援や活動に対するご意見をお受けしています。

市役所本庁舎1階窓口9番
福祉課 24-0292 (直通)

(5) アイヌ住民の福祉、蘭越生活館の運営

市内にお住まいのアイヌの方々への各種福祉施策、蘭越生活館の運営を行っています。

- ①住宅改良資金等貸付事業
- ②修学資金等補助事業
- ③生活相談・貸館 蘭越生活館 電話: 23-4964

市役所本庁舎1階窓口9番
福祉課 24-0293 (直通)

(6) 生活保護制度

日本国憲法第25条の定めに基づいて、国が国民の最低生活を保障する制度です。国が定めた基準に従って、必要な生活費や医療費の不足分を支給し、自力で生活していただけのように援助していく制度です。

市役所本庁舎1階窓口9番
福祉課 24-0292 (直通)

(7) 戦傷病者、戦没者遺族等の援護等業務

戦傷病者、戦没者遺族等援護法に基づく、給付金や弔慰金の受付や交付事務、戦傷病者手帳所持者に対する補装具の支給、乗車券の交付事務を行っています。また、毎年7月に、「千歳市戦没者追悼式」の開催を担当しています。

恩給、遺族年金に関することもご相談ください。

市役所本庁舎1階窓口9番
福祉課 24-0292 (直通)

(8) 千歳市地域福祉計画の推進

市民みなさんが主役となり、お互いに支え合いながら、どんなときも安心して暮らし続けられる、あったかみのあるまち「ちとせ」の実現を目指し種々の施策を実施しています。

関連機関紹介

■ 高齢者の相談機関 ～ 地域包括支援センター・在宅介護支援センター

○千歳市地域包括支援センター 電話：42-3131
きずな（新富1丁目3-5）

○祝梅在宅介護支援センター 電話：40-6511
祝梅ほっとす（流通3丁目3-16）

○向陽台在宅介護支援センター 電話：48-2848
向陽台支所（若草4丁目13-1）

○北光在宅介護支援センター 電話：40-2210
北光ほっとす（北光2丁目1-1 市立千歳市民病院内）

○やまとの里在宅介護支援センター 電話：27-7503
（大和4丁目2-1 特別養護老人ホームやまとの里内）

■ 障がい児（者）の相談機関

○千歳市障害者総合支援センター 電話：27-2210
（東雲町2丁目34 千歳市総合福祉センター内3階）

■ 社会福祉各種事業実施機関

○（社福）千歳市社会福祉協議会 電話：27-2525
（東雲町1丁目11）



発行／千歳市 発行年月／平成23年12月

編集／保健福祉部福祉課総務係

〒066-8686

千歳市東雲町2丁目34番地

電話 24-0292 (直通)

FAX 22-8851

メール fukushi@city.chitose.hokkaido.jp