令和8年10月版

介護保険なんでも読本

岡谷版



岡　谷　市

制度について
サービスの利用の仕方
利用できるサービス
各種軽減
福祉サービス
地域包括ケア
在宅医療と介護の連携
在宅医療介護マップ
お知らせ

もくじ

1. 介護保険制度について

1　介護保険の対象者 …… 1
2　介護保険の財源 …… 2
3　介護保険料 …… 3

2. サービスの利用のしかた

1　介護が必要になったとき …… 5
2　サービスの利用者負担 …… 6
3　地域包括支援センターのご案内 …… 7
4　要介護認定を受けるには …… 8
5　総合事業のサービスを受けるには …… 10
6　居宅介護支援事業者 …… 12

3. 利用できるサービス

1　在宅サービス …… 14
2　施設サービス …… 31
3　地域密着型サービス …… 34
4　その他 …… 40

4. 各種軽減

1　サービス利用料の支払いが困難なとき …… 42
2　税金の所得控除 …… 45

5. 福祉サービス

1　高齢者のためのサービス …… 47

6. 地域包括ケア

1　地域とのつながりや生きがいを持ちながら自分らしく暮らすために‥ 52

7. 在宅医療と介護の連携

1　いつまでも住み慣れた地域で自分らしく暮らすために …… 58
2　認知症についての相談 …… 66

在宅医療介護ガイドマップ …… 68
お知らせ …… 79
広　告 …… 83
法人一覧 …… 97

1. 介護保険の対象者

介護保険は、諏訪広域連合が保険者となって運営しています。40 歳以上の方は全員が加入者（被保険者）となり、保険料を納めます。介護が必要になったときには、費用の一部を支払ってサービスが利用できます。

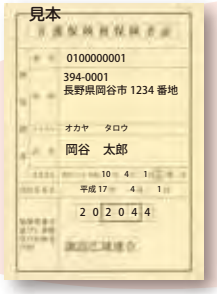
●被保険者は、年齢によって2つのグループに分かれます。

第 1 号被保険者

65 歳以上の方

第 2 号被保険者

40 歳から 64 歳の
医療保険に加入している方



65歳以上、要介護認定された
第2号被保険者の方には、
介護保険の保険証
（介護保険被保険者証）
をお送りしています。

	第 1 号被保険者	第 2 号被保険者
サービスを受けられる方	日常生活動作において、介護や支援が必要な方	特定疾病により介護や支援が必要になった方（下記参照）
介護保険料	住民税課税状況と所得に応じて、14段階のうちから決定される（→3ページ）	加入している医療保険の計算方法によって設定される（→4ページ）
介護保険料の納め方	・年金より天引き ・納付書払いか口座振替（→4ページ）	健康保険の保険料とあわせて納める（→4ページ）

●特定疾病（とくていしっぺい）

老化を原因とし、介護が必要な状態になる可能性の高い病気をいいます。
40歳から64歳までの方（第２号被保険者）が要介護認定を受けられるのは、特定疾病を持つ場合のみに限られています。
以下の16種類の病気が、特定疾病に指定されています。

①がん　②脳血管疾患（のうけっかんしっかん）　③初老期における認知症（にんちしょう）　④筋萎縮性側索硬化症（きんいしゅくせいそくさくこうかしょう）　⑤脊柱管狭窄症（せきちゅうかんきょうさくしょう）
⑥閉塞性動脈硬化症（へいそくせいどうみゃくこうかしょう）　⑦後縦靭帯骨化症（こうじゅうじんたいこっかしょう）　⑧早老症（そうろうしょう）　⑨慢性関節リウマチ（まんせいかんせつ）　⑩骨折を伴う骨粗鬆症（こつそしょうしょう）
⑪糖尿病性神経障害、糖尿病性腎症および糖尿病性網膜症（とうにょうびょうせいしんけいしょうがい　とうにょうびょうせいじんしょう　とうにょうびょうせいもうまくしょう）　⑫慢性閉塞性肺疾患（まんせいへいそくせいはいしっかん）　⑬多系統萎縮症（たけいとういしゅくしょう）
⑭両側の膝関節または股関節に著しい変形を伴う変形性関節症（しつかんせつ　こかんせつ　へんけいせいかんせつしょう）　⑮脊髄小脳変性症（せきずいしょうのうへんせいしょう）
⑯パーキンソン病

2. 介護保険の財源

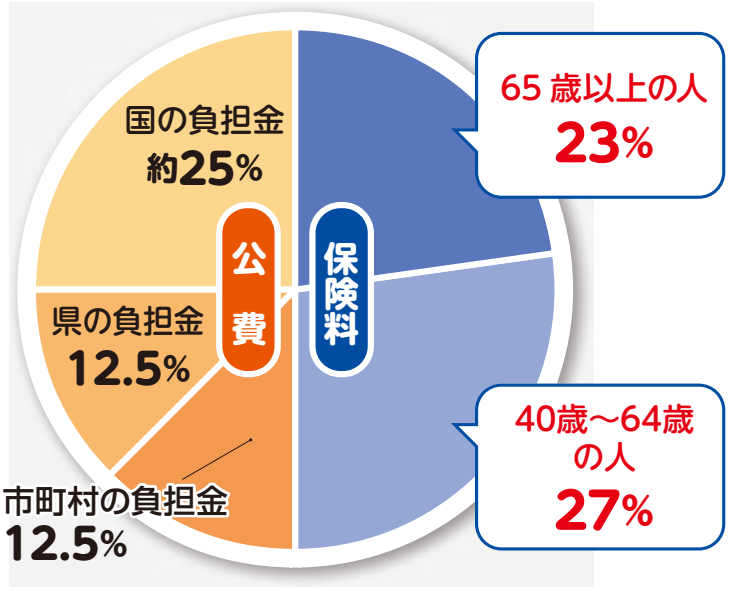
介護が必要になったときには、利用者は 1 割（一定以上の所得者は 2 割または 3 割）を支払うことでサービスが利用できます。
介護保険は、40 歳以上の方が納めている介護保険料が大切な財源になっています。

介護保険の財源（令和 6 年度～令和 8 年度）

サービス利用料のうち 9 割（※ 1）は介護保険で賄われています。
介護保険は、国や県、市町村が負担する「公費」と 40 歳以上の方一人ひとりが納める「介護保険料」を財源として運営されています。65 歳以上の方の負担分はサービスにかかる費用の総額（利用者負担を除く）の 23%と決められています。

※ 1 一定以上所得者は利用者負担額が 2 割または 3 割となります。

※ 公費（国・県・市町村）負担分は在宅サービスの場合。施設サービスは国 20%、県 17.5%、市町村 12.5%。



財源の半分が保険料です！

介護保険料を納めないでいると

災害などの特別な事情がないのに保険料を滞納すると、催促や督促が行われ、延滞金などの支払いが発生する場合があります。さらに延滞が続くと、その期間に応じて次のような措置がとられます。

●1 年以上滞納すると （納期限から 1 年経過）	サービス費用の全額をいったん利用者が負担します。 申請により後で保険給付分が支払われます。
●1 年 6 か月以上滞納すると （納期限から 1 年 6 か月経過）	費用の全額を利用者が負担し、申請後も保険給付の一部または全部が一時的に差し止めとなり、滞納している保険料に充てることがあります。
●2 年以上滞納すると （納期限から 2 年経過）	サービスを利用するときの利用者負担が、3 割以上に引き上げられたり、高額介護サービス費などが受けられなくなったりします。

納付がむずかしいときはご相談を！

災害や著しい所得の減少など特別な事情があると認められたときには、保険料の減免や徴収の猶予を受けられることがあります。
まずは市役所介護福祉課窓口までご相談ください。

3. 介護保険料

介護が必要になったとき、だれもが安心してサービスを利用できるように、保険料は忘れずに納めましょう。

65歳以上の人（第1号被保険者）の介護保険料

前年の所得状況に応じて保険料段階が分けられ、金額が設定されます。介護保険料の基準額は年額で66,600円となります。この基準額（第5段階）をもとに14の段階が設けられています。

諏訪広域連合で介護保険給付にかかる費用 × 65歳以上の方の負担分(23%) ÷ 諏訪広域連合の65歳以上の方の人数 ＝ **基準額 66,600円**（月額5,550円）

■令和8年度の介護保険料

住民税 本人	住民税 世帯	前年の合計所得金額など		保険料段階（保険料率）	保険料年額〔月額（約）〕
●非課税	●非課税	老齢福祉年金を受給している方　生活保護を受けている方		第1段階（基準額×0.285）	18,981円　〔1,581円〕
		前年の合計所得金額から、公的年金等に係る雑所得を控除した金額と課税年金収入額の合計	●●82.65万円以下の方		
			●●82.65万円を超えており120万円以下の方	第2段階（基準額×0.485）	32,301円　〔2,691円〕
			●●120万円を超えている方	第3段階（基準額×0.65）	43,290円　〔3,607円〕
	●課税		●●82.65万円以下の方	第4段階（基準額×0.90）	59,940円　〔4,995円〕
			●●82.65万円を超えている方	第5段階（基準額）	66,600円　〔5,550円〕
●課税	●課税	前年の合計所得金額	●●80万円未満の方	第6段階（基準額×1.05）	69,930円　〔5,827円〕
			●●80万円以上125万円未満の方	第7段階（基準額×1.10）	73,260円　〔6,105円〕
			●●125万円以上200万円未満の方	第8段階（基準額×1.35）	89,910円　〔7,492円〕
			●●200万円以上300万円未満の方	第9段階（基準額×1.60）	106,560円　〔8,880円〕
			●●300万円以上400万円未満の方	第10段階（基準額×1.70）	113,220円　〔9,435円〕
			●●400万円以上600万円未満の方	第11段階（基準額×1.90）	126,540円　〔10,545円〕
			●●600万円以上1,000万円未満の方	第12段階（基準額×2.05）	136,530円　〔11,377円〕
			●●1,000万円以上1,500万円未満の方	第13段階（基準額×2.20）	146,520円　〔12,210円〕
			●●1,500万円以上の方	第14段階（基準額×2.35）	156,510円　〔13,042円〕

※合計所得金額　収入金額から必要経費に相当する金額（収入の種類により計算方式が異なります）を控除した金額のことで、扶養控除や医療費控除などの所得控除をする前の金額です。土地売却等に係る特別控除がある場合は、合計所得金額から「長期譲渡所得及び短期譲渡所得に係る特別控除額」を控除した金額を用います。

※令和8年度介護保険料の特例　令和8年度の65歳以上の人の介護保険料に限り、令和7年度税制改正の給与所得控除の最低保障額引き上げの影響により所得段階が変わる可能性がある人は、合計所得金額の算定および住民税課税・非課税の判定において税制改正前と同様の判定となるよう調整します。そのため、令和8年度の税法上は住民税非課税となった場合でも、介護保険料に関しては住民税課税とみなす場合があります。くわしくは窓口へお問合せください。

65歳になる年度の保険料について

例 10月2日生まれの人の場合

64歳までの分

4月から65歳になる月の前月までの分は、年度末までの納期に分けて、加入している医療保険の保険料（介護保険分）から納めます。

4月	5月	6月	7月	8月	9月

4月～9月分を、年度末までの納期に分けて、加入している医療保険の保険料から納めます。

65歳からの分

65歳になった月から年度末までの分は、年度末までの納期に分けて、「介護保険料」として納付書で納めます。

65歳					
10月	11月	12月	1月	2月	3月

10月～翌年3月分を、年度末までの納期に分けて、納付書で納めます。

介護保険料の納め方

特別徴収 年金から天引きされます。

年間の保険料を６回に分けて、年金が支給される月（偶数月）に年金から天引きされます。

対象者 → 年金を年額18万円以上受給している方



普通徴収 納付書か口座振替で納めます。

年間の保険料を9回(7月～3月)に分けて、納めます。

対象者 → 下記の理由で年金から天引きができない方



特別徴収ができない理由

① 年金の年額が18万円未満の場合
② 年度の途中で65歳になった場合
③ 年度の途中で諏訪圏域外から岡谷市に転入してきた場合
④ 年金保険者の理由により天引きできない場合

※②③のうち、年金の年額が18万円以上の方は半年ほどで自動的に特別徴収になります。

理由なく保険料を滞納すると、いざ介護サービスが必要になったときに、給付制限がかかることがあります。保険料の納付が困難な方は、介護福祉課までご相談ください。

第２号被保険者（40歳から64歳の方）の介護保険料

40歳から64歳の方の介護保険料は、加入している医療保険の算定方法によって決められています。

国民健康保険に加入している方

保険料は国民健康保険の算定方法と同様に、世帯ごと決められています。

介護保険料 ＝ 所得割（所得に応じて計算） ＋ 均等割（世帯の第2号被保険者数に応じて計算） ＋ 平等割（1世帯につきいくら、と計算）

納め方 医療分・支援金・子ども子育て支援金分と介護分とを合わせて、国民健康保険税として世帯主が納めます。

●国民健康保険に加入している方が年度途中で65歳になった場合

4月から65歳になる前月分までの第2号被保険者としての介護保険料分については、4月から年度末までの各納期に分けて納めます。そのため、65歳になってから第1号と第2号の両方を納付することになりますが、保険料を重複して納めているわけではありません。

職場の医療保険に加入している方

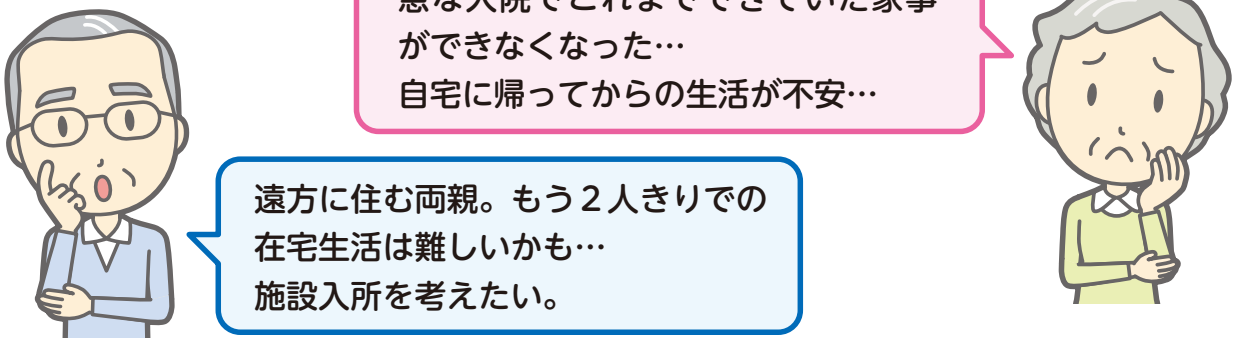
医療保険ごとに設定される介護保険料率と給与（標準報酬月額）に応じて決められます。
保険料の半分は、原則として事業主が負担します。

介護保険料 ＝ 給与（標準報酬月額） × 介護保険料率

納め方 医療保険料と介護保険料を合わせて、給与から徴収されます。
40歳以上65歳の被扶養者は、保険料を納める必要はありません。

1. 介護が必要になったとき

介護保険のサービスにはいろいろな種類があります。必要な支援の度合いによって利用できるサービスが異なります。サービスを受けるためには市役所介護福祉課へ申請の手続きが必要になります。まずは地域包括支援センター（市役所介護福祉課内）にご相談ください。



⇒まずは地域包括支援センターへご相談ください。

介護サービスの種類

介護保険サービス（介護サービス、介護予防サービス）　⇒8～9ページ

要介護認定を受けて利用するサービスのことです。まずは要介護認定申請を行ってください。

①在宅サービス　⇒14～30ページ

自宅などで生活しながら利用できるサービスです。
・ヘルパーに自宅に訪問してもらい、生活援助をしてもらう。
・デイサービスなどの施設に通う。
・短期間、介護施設に入所する。
・自宅を改修して、住みやすい環境にする。福祉用具をレンタルする。

②施設サービス　⇒31～33ページ

介護保険施設に入所して利用するサービスです。

③地域密着型サービス　⇒34～39ページ

住み慣れた地域での生活を続けるために、地域の特性に応じた柔軟な体制で提供されるサービスです。

総合事業サービス　⇒10～11ページ

必ずしも要介護認定が必要ではなく、比較的軽度の介護が必要な方が利用できるサービスです。要介護認定を受けなくてもサービスを利用することができます。心身や日常生活の状態など（生活機能）を調べる基本チェックリストを受けてください。

2. サービスの利用者負担

サービスの負担割合

介護保険サービスを利用したときの自己負担割合は、原則としてサービスにかかった費用の１割、２割または３割です。

利用者負担の割合

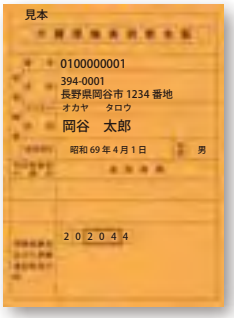
負担割合	該当条件
3割	❶❷の両方に該当する人 ❶本人の合計所得金額が220万円以上 ❷同じ世帯にいる65歳以上の人の「年金収入+その他の合計所得金額」が ・単身世帯＝340万円以上 ・2人以上世帯＝463万円以上
2割	❶❷の両方に該当する人（３割の対象とならない方で以下に該当） ❶本人の合計所得金額が160万円以上 ❷同じ世帯にいる65歳以上の人の「年金収入+その他の合計所得金額」が ・単身世帯＝280万円以上 ・2人以上世帯＝346万円以上
1割	上記以外の人

※合計所得金額…収入金額から必要経費に相当する金額を控除した金額のことで、扶養控除や医療費控除所得控除をする前の金額。なお、「合計所得金額から長期譲渡所得及び短期譲渡所得に係る特別控除額」を控除した金額を用います。

※第２号保険者（40 歳から 64 歳まで）の方は、所得にかかわらず１割負担。

介護保険負担割合証

要介護・要支援認定を受けた方や事業対象者には、利用者負担の割合が記載されている「介護保険負担割合証」が交付されます。
サービスを利用するときは介護保険の保険証と一緒に提示してください。



居宅サービスの利用限度額

居宅サービスは、要介護度によって、１ヶ月あたり利用することができるサービス（限度額）が決められています。

対象となる居宅サービス

訪問介護、訪問入浴介護、訪問看護、訪問リハビリテーション、デイサービス、デイケア、ショートステイ、福祉用具レンタル、夜間対応型訪問介護、定期巡回・随時対応型訪問介護看護、認知症対応型通所介護、小規模多機能型居宅介護、認知症対応型共同生活介護（ショート的利用の場合）
※介護予防サービス、総合事業サービスを含みます。

要介護状態区分	居宅サービス費利用限度額（1ヶ月あたり）
事業対象者	50,320円
要支援 1	
要支援 2	105,310円
要介護 1	167,650円
要介護 2	197,050円
要介護 3	270,480円
要介護 4	309,380円
要介護 5	362,170円

※自己負担は限度額の1割(一定以上所得者は2割または3割)

3. 地域包括支援センターのご案内

地域包括支援センターは、高齢者が住み慣れた地域で、いきいきと安心してその人らしく暮らせるように介護保険、介護予防サービスをはじめ、福祉、医療、権利擁護など様々な支援を提供し、高齢者の生活をあらゆる面からサポートする総合相談窓口です。
岡谷市の地域包括支援センターは、市役所の介護福祉課内に設置されています。高齢者に関するお悩みやご相談がありましたら、お気軽にご連絡ください。

専門職が対応します。積極的にご利用ください。



主な役割

◎介護予防ケアマネジメント

要支援1・2と認定されたときや事業対象者として判定されたときには、自立した生活を目標として介護予防の計画（介護予防ケアプラン）を立てて、介護予防サービス・総合事業サービスを利用できるように調整等を行います。

◎地域支援の総合相談

介護保険だけでなく、様々な制度や地域支援との連携による総合的な支援を行います。

◎権利擁護、虐待の早期発見・防止

高齢者の人権や財産を守る権利擁護事業の拠点として、成年後見制度の活用促進や虐待の早期発見・防止を進めます。

◎ケアマネジメント支援

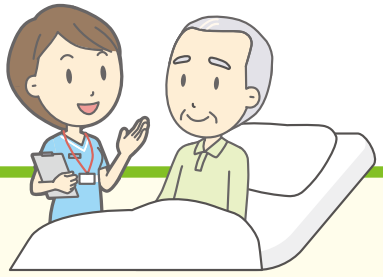
包括的・継続的なケアマネジメントが行われるように地域のケアマネジャーの後方支援を行います。

お問い合わせ　岡谷市地域包括支援センター　電話：23-4811
（内線）1273・1281～1286
（市役所内）　23-2336（直通）

4. 要介護認定を受けるには

介護保険のサービスを利用するためには、要介護認定を受ける必要があります。まずは申請の手続きを行いましょう。

※申請は市役所介護福祉課窓口で行うことができます。



要介護認定を受けるまでの流れ

市役所介護福祉課窓口へ

利用者

① 申請

② 訪問調査
- コンピューターによる判定
- 訪問調査で聞き取った特別な事項の反映

③ 主治医意見書



主治医の先生に『申請をした』ことをお伝えください。



申請から認定までには、約30日間かかります。

すぐにサービスが必要な方はご相談下さい。

① 申請のときに必要なもの

- 申請書（市役所介護福祉課の窓口に置いてあります）
- 介護保険証（65 歳以上の人の場合）
- 医療保険証（40 ～ 64 歳の人の場合）

② 訪問調査

市の認定調査員に自宅などを訪問してもらい、日常生活における心身の状況についての調査を受けます（身体の様子、記憶や理解、食事・排せつ・入浴など日常生活でどのくらい手助けが必要かなど）。お困りのことがありましたら、お気軽にご相談ください。

※急病や入院直後で体の状態が安定しない場合には、状態が落ち着いてから調査を行います。申請前に主治医の先生に相談してください。

④ **介護認定審査会による審査**

⑤ **要介護認定**

諏訪広域連合から結果が送られてきます。

- 要介護5
- 要介護4
- 要介護3
- 要介護2
- 要介護1

重度

- 要支援2
- 要支援1

軽度

自立（非該当）



介護保険のサービスは利用できません。市の総合事業が活用できるか地域包括支援センターに相談しましょう。

介護サービスの利用

・在宅サービスの利用
→14ページへ
ケアマネジャーに相談しましょう。
・施設サービスの利用
→31～33、40、41ページへ
各施設やケアマネジャーに相談しましょう。

介護予防サービスの利用

→7ページへ
地域包括支援センター(市役所内)で保健師等に相談しましょう。



・認定の有効期間は、新規認定は３か月～１年、更新認定は3か月～4年です。
更新については有効期間満了前に更新手続きが必要です（更新の期限が切れる前に更新のお知らせをお送りします）。
・有効期間の途中で身体の状態が大きく変化した場合は、認定の変更申請（区分変更）を行うことができます。主治医やケアマネジャーに相談してください。

5. 総合事業のサービスを受けるには

65 歳以上で日常生活に必要な機能が低下していて、軽度の介護が必要な方（事業対象者）は、要介護認定を受けなくても、ホームヘルプサービスとデイサービスのサービスを利用することができます。生活機能の低下が気になったら地域包括支援センターまで相談しましょう。

※基本チェックリストによる判定を受けて、事業対象者となった方がサービスを利用することができます。

地域包括支援センター（市役所介護福祉課内）窓口へ

25項目の生活機能チェックを実施

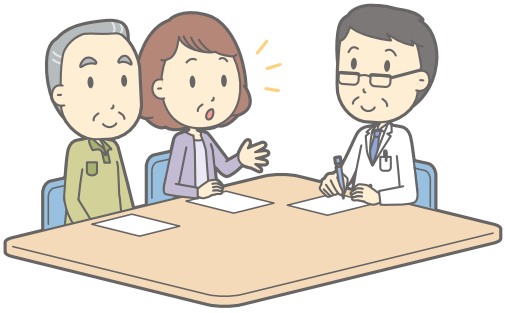
利用者

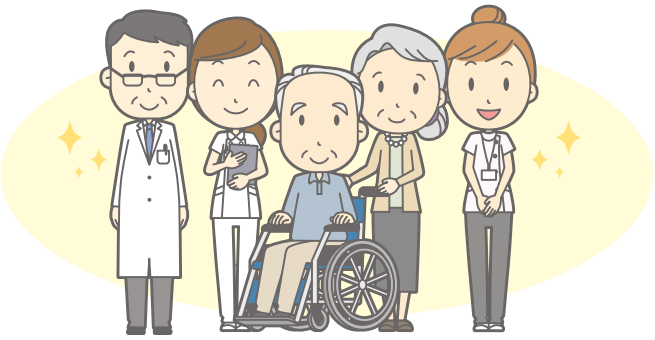
❶ 受付

❷ 基本チェックリストの実施

❸ 国の基準により判定

基本チェックリストを実施してから概ね2週間ほどで利用可能（目安）





事業対象者は有効期間がないため、更新はありません。
※心身の状態が変化した場合は、要介護認定の申請を行ったり、事業対象者の判定を取り下げることも可能です。地域包括支援センターへご相談ください。

介護予防・日常生活支援総合事業

事業対象者

生活機能の低下がみられると判定された方

元気高齢者

自立した生活が送れると判定された方

〔サービス・活動事業〕
- ホームヘルプサービス
- デイサービス

※要支援認定等をお持ちの方も利用可能
利用料金等詳細については14～19ページ

一般介護予防事業

市や地域住民が主体となった教室等に参加できます。
65歳以上であればどなたでも利用可能
※詳しくは介護福祉課窓口へお問合せください。

6. 居宅介護支援事業者（きょたくかいごしえんじぎょうしゃ）

要介護１～５の認定を受けた場合は、居宅介護支援事業者に相談しましょう。



居宅介護支援事業者

介護サービスを受けるためには、まず居宅介護支援事業者を選びます。
居宅介護支援事業者にはケアマネジャー（介護支援専門員）が在籍していて、毎月のサービス利用計画（ケアプラン）作成、要介護認定申請の代行、サービス事業者との連絡・調整などを行っています。
まずはご自宅やかかりつけの病院に近い事業者にご相談ください。

ケアマネジャー

介護の知識を幅広く持った専門家です。利用者の希望や心身の状態にあった支援が受けられるように介護についての相談に応じます。

事業者一覧

※ ★は小規模多機能型事業所　※ ▲は看護小規模多機能型事業所

	法人番号	名称	所在地	電話番号	FAX番号
	63	ニチイケアセンターおかや	岡谷市長地権現町 1-7-26	26-2914	26-2916
	2	岡谷市社会福祉協議会 指定居宅介護支援事業所	岡谷市長地権現町 4-11-50	24-2127	24-3555
	25	諏訪湖畔病院居宅介護支援事業所	岡谷市長地小萩 1-11-30	26-2525	28-8414
	1	岡谷市民病院 居宅介護支援事業所	岡谷市本町 4-11-33	23-8700	23-8740
	73	居宅介護支援事業所 湯けむり	岡谷市南宮 3-3-8	24-2006	24-8211
	74	居宅介護支援事業所 和縁	岡谷市湊 2-11-14-4	55-6747	55-6916
	94	居宅介護支援事業所 きずな	岡谷市長地御所 2-14-11 グリーングラスC101	55-6780	28-5268
	99	やさしい手わかみや居宅介護支援事業所	岡谷市堀ノ内 1-1-15 コーミーハイツ 103	78-6417	78-6418
	109	さくら居宅介護支援事業所	岡谷市川岸上 2-5-9	080-5140-2971	23-4798
	90	居宅介護支援事業所 ほーぷ	岡谷市山下町 2-15-6	78-3938	78-3991
★	29	小規模多機能型居宅介護 第２グレイスフル岡谷	岡谷市加茂町 3-8-7	89-1211	89-1214
★	88	宅老所 和が家	岡谷市湖畔 4-1-27	24-3708	24-0811
★	57	小規模多機能型居宅介護 梨久保	岡谷市長地梨久保 2-18-1	26-2202	75-5016
★	88	和が家 日和	岡谷市山下町 1-1-22	75-2708	23-6608
★	88	和が家 間下（サテライト）	岡谷市山手町 2-3-26	78-8480	78-8482
★	88	和が家 新倉（サテライト）	岡谷市川岸中 3-4-1	75-2525	75-5509
▲	99	かえりえわかみや	岡谷市若宮 1-5-27	55-1327	55-1328
▲	20	いこいっぽ	岡谷市御倉町 2-21	55-6786	55-6787

	法人番号	名　　称	所　在　地	電話番号	FAX番号
	39	諏訪市社会福祉協議会指定居宅介護支援事業所	諏訪市四賀 2213-1	57-1000	57-3800
	42	かりんの里 指定居宅介護支援事業所	諏訪市湖岸通り 5-11-5	57-5533	57-5537
	59	富士見高原医療福祉センター ケアネットセンターすわこ	諏訪市豊田 2400-9	57-5089	57-5102
	44	聖母介護支援センター	諏訪市大和 1-5-7	52-3512	56-2244
	43	宮坂医院	諏訪市元町 4-10	52-1083	52-8115
	26	こころ高島	諏訪市高島 1-21-14	54-5613	78-3830
	15	みよし家介護サービス 居宅介護支援事業所	諏訪市湯の脇 2-9-13	78-7231	58-7201
	8	いぶき居宅介護支援事業所	諏訪市大字中洲 2536-1	75-2122	75-2883
	64	諏訪赤十字居宅介護支援事業所	諏訪市湖岸通り 5-11-50	57-6128	57-6016
	73	居宅介護支援事業所 掬水	諏訪市豊田 837-1	58-3232	58-3202
	104	居宅介護支援事業所 ゆうな	諏訪市四賀沖田 3-12 センタービル 2F	55-3074	55-2970
★	5	小規模多機能居宅介護倶楽部いずみ	諏訪市大手 2-17-2	75-1423	52-5678
★	26	こころのひろば 小規模多機能型居宅介護	諏訪市高島 1-21-14	54-5611	54-5618
★	48	小規模多機能ホーム集皆所とよだ	諏訪市豊田 101	78-3043	52-5802
★	8	いぶき居宅介護支援事業所	諏訪市中洲 2536-1	75-2122	75-2883
★	8	宅老所いぶき	諏訪市中洲 5373-1	78-8677	78-8167
★	8	いぶきゆいの家	諏訪市中洲 2536-1	75-2331	75-2883
	14	居宅介護支援事業所フラワー諏訪	下諏訪町高浜 6188-1	26-1119	26-1113
	62	下諏訪町在宅介護支援センター	下諏訪町矢木町 214-2	27-1195	27-1179
	23	ケアサポートふきのとう	下諏訪町御田町 3134-7	28-5307	28-5392
	34	社会福祉法人下諏訪町社会福祉協議会	下諏訪町 162-4	78-3860	27-0890
▲	62	看護小規模多機能ケア ぬくもり	下諏訪町西赤砂 4429-6	26-3057	26-2135
★	62	小規模多機能ケア やよい	下諏訪町東弥生町 5247-4	55-4313	55-6867
	108	yui居宅介護支援センター	下諏訪町社6492-1	78-7947	78-7948
	96	居宅介護支援事業所つぼみ	上伊那郡辰野町伊那富 7672-2	75-1611	75-1675
	60	ふらっと居宅介護支援	上伊那郡辰野町伊那富 6333-2	78-8504	78-8174
	29	グレイスフル辰野	上伊那郡辰野町宮所807	41-5651	41-5671

サービスを受けるときの心がまえ

介護保険では、利用者と事業者の間で契約を結び、契約に基づいてサービスを受けます。

- 契約するときは契約書の内容をよく確認し、わからない点はケアマネジャーに聞いておきましょう。誤解が思わぬトラブルにつながることがあります。
- 予約をキャンセルするときは、早めに連絡しましょう。キャンセル料がかかることがありますので、サービス事業者に確認しておきましょう。
- サービスの内容や担当者に不満があるときは、ケアマネジャーに相談してみましょう。ケアマネジャーを通じて、事業者に改善を求めたり、場合によっては事業者や担当者をかえてもらうこともできます。
- ケアマネジャーは受け持つことができる人数が決まっていますので、事業者によっては受け入れが困難な場合があります。

1. 在宅サービス

自宅などで生活をしながら利用することができるサービスです。

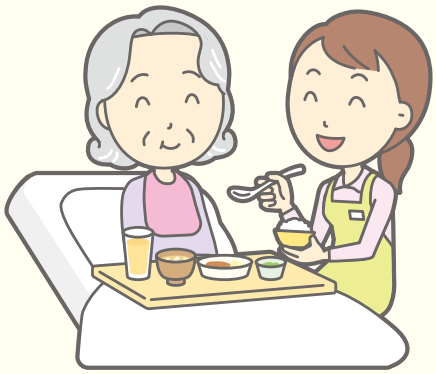
訪問介護（ヘルプサービス）

要介護1～5の方

ホームヘルパーに訪問してもらい、介護や身の回りの世話が受けられます。
○身体介護…入浴・清拭・洗髪、着替え、排せつの手伝い
○生活援助…掃除、洗濯、調理、買い物
○乗降介助…通院時など

利用料のめやす

身体介護中心（20分～30分未満）	2,440円
生活援助中心（20分～45分未満）	1,790円
通院時の乗車・降車等介助（1回）	970円



※費用の1割（一定以上の所得者は2割または3割）が自己負担になります。
※早朝・深夜に利用する場合や緊急時の対応により料金の加算があります。
※各事業所により料金が異なる場合があります。

総合事業 介護予防訪問介護相当サービス

事業対象者
要支援1、2の方

介護予防を目的として、本人ができることは本人が行いながら、ホームヘルパーの支援が受けられます。

利用料のめやす（1か月あたり）

週1回程度の利用	11,760円
週2回程度の利用	23,490円
上記以上の利用（要支援2のみ）	37,270円



※費用の1割（一定以上の所得者は2割または3割）が自己負担になります。
※利用できる事業所は、総合事業のサービスを取り扱っている事業所です。
※乗降の介助は利用できません。

事業所一覧

法人番号	名　　称	所　在　地	電話番号	介護サービス	総合事業サービス
63	ニチイケアセンターおかや	岡谷市長地権現町 1-7-26	26-2913	○	○
2	岡谷市社会福祉協議会 指定訪問介護事業所	岡谷市長地権現町 4-11-50	21-1567	○	
78	在宅介護てまり	岡谷市神明町 1-2-2	23-8827	○	○
87	ふらっと訪問介護わかば	岡谷市湖畔 3-2-18	23-4884	○	○
73	ヘルパーステーション和楽	岡谷市 2916-4	22-4057	○	
94	訪問介護事業所そよかぜ	岡谷市長地御所2-14-11 グリーングラスC101	55-4007	○	○
90	ヘルパーステーションホープ	岡谷市山下町2-15-6	78-7979	○	
99	やさしい手 わかみや訪問介護事業所	岡谷市若宮 1-5-27	21-2001	○	○
74	ヘルパーステーション和縁	岡谷市湊 2-11-14-4	55-7040	○	○
111	つくしんぼ	岡谷市長地出早 3-5-8-1	55-4837	○	
118	アクア岡谷訪問介護	岡谷市塚間町 2-6059-1	78-6199	○	
112	訪問介護ツバメの巣	岡谷市川岸中 1-23-8	88-8472	○	○
124	訪問リフアクト	岡谷市赤羽 1-4-11	050-3613-1985	○	○
42	かりんの里訪問介護事業所	諏訪市湖岸通り 5-11-5	57-5261	○	○
119	ヘルパーステーションすずか	諏訪市湖南 658-14	58-6887	○	○
38	諏訪交通福祉事業部	諏訪市四賀 103-6	52-1130	○	
26	こころ高島	諏訪市高島 1-21-14	54-5565	○	○
77	すずらんの里訪問介護事業所	諏訪市高島 1-25-14 フジビル 201 号	54-3320	○	○
100	㈱まごころホーム訪問介護事業所	諏訪市湖岸通り 4-1-18 マルヒロズスクエア 2FB	54-3011	○	○
15	みよし家介護サービス訪問介護事業所	諏訪市湯の脇 2-9-13	78-7207	○	○
117	ヘルパーステーションよつば	諏訪市湯の脇 1-14-6	84-1710	○	○
63	ニチイケアセンター諏訪城南	諏訪市城南 1 -2658-2 イトウビル 2F	78-0041	○	○
62	諏訪共立ヘルパーステーション	下諏訪町西弥生町 4928-1	28-2499	○	○
52	月岡ケアサービス訪問介護事業所	下諏訪町東赤砂 4699-15	28-7650	○	○
23	ケアサポートふきのとう	下諏訪町御田町 3134-7	28-5307	○	○
85	カーサ・デ・ソル	下諏訪町南四王 6150-4	27-3850	○	○
34	下諏訪町社会福祉協議会	下諏訪町 162-4	28-8292	○	○
120	ヘルパーステーション春うらら	下諏訪町 5869	78-7884	○	○

通所介護（デイサービス）

要介護 1～5の方

デイサービスセンターに通い、レクリエーションなどを行います。家の外に出て、人と交流して同世代の仲間を作り、気分転換ができます。
朝と夕方に送迎があるので、ご家族が昼間働いていても安心です。



入浴



食事



レクリエーション

利用料のめやす（7～8時間未満利用の場合）

内　　容	費　　用
要　介　護　1	6,580円
要　介　護　2	7,770円
要　介　護　3	9,000円
要　介　護　4	10,230円
要　介　護　5	11,480円

※費用の1割（一定以上の所得者は2割または3割）が自己負担になります。
※このほかに食費やおむつ代などがかかります（実費）。
※各事業所により料金が異なる場合があります。

総合事業　介護予防通所介護相当サービス

事業対象者
要支援 1、2 の方

食事や入浴、レクリエーションなどの通常サービスに運動器の機能向上や栄養改善など介護予防を目的としたサービスを組み合わせて利用できるサービスです。

利用料のめやす（1か月あたり）

内　　容	費　　用
要　支　援　1	17,980円
要　支　援　2	36,210円

※費用の1割（一定以上の所得者は2割または3割）が自己負担になります。
※利用できる事業所は総合事業のサービスを取り扱っている事業所です。
※各事業所により料金が異なる場合があります。

●利用者の方は通常のサービスのほか、次のメニューを選択して利用することもできます。
（別途サービス費用がかかります）

運動器の機能向上



立ち上がりや歩行に必要な筋力をつけるために筋力トレーニングや転倒予防の訓練をします。

栄養改善



栄養士などから低栄養を予防し、栄養バランスがある食事のとり方の指導を受けます。

口腔機能の向上



歯科衛生士などにより歯磨きや義歯の手入れの指導を受けます。摂食や嚥下機能向上の訓練を行います。

生活機能向上グループ活動



集団で行うレクリエーション活動や創作活動を通して、本人のやる気を引き出します。

事業所一覧

	法人番号	名称	定員	所在地	電話番号	介護サービス	総合事業サービス
	63	ニチイケアセンターおかや	44	岡谷市長地権現町 1-7-26	26-2912	○	○
	44	デイサービスセンターウェルハートおかや	45	岡谷市長地片間町 1-11-1	28-0755	○	○
○	20	デイサービスセンター由楽里ハウス	18	岡谷市御倉町 2-21	55-5516	○	○
	29	グレイスフル岡谷	35	岡谷市湖畔 2-6-2	21-7321	○	○
○	78	在宅介護てまり	10	岡谷市神明町 1-2-2	23-8827	○	○
	73	さわらび	40	岡谷市西山 1723-101	21-1180	○	○
○	79	めだかの学校	10	岡谷市天竜町 2-3-20	22-7062	○	○
	53	ツクイ岡谷	50	岡谷市本町 1-7-21	21-1320	○	○
○	5	リハビリデイサービスいずみ橋原	10	岡谷市川岸東 2-7-25	24-1044	○	○
	55	さわやか絹の郷信州おかや	24	岡谷市郷田 2-1-24	24-8822	○	○
○	61	ほがら家 南宮	13	岡谷市南宮 1-5-16	21-1230	○	○
○	17	デイサービスなごやか岡谷	18	岡谷市神明町 1-4-10	75-5780	○	○
○	22	パセオおかや	18	岡谷市赤羽 3-2-15	22-4155	○	○
○	88	リハビリデイサービス wagaya 岡谷店	18	岡谷市若宮 1-7-35	75-5370	○	○
○	88	ひかりサロン wagaya	15	岡谷市中央町 1-11-1	24-0837	○	○
○	90	ホープ岡谷	15	岡谷市山下町 2-13-10	78-7979	○	○
○	71	私をデイに連れてって	10	岡谷市湊 5-9-1 みなとスクエア 1 階	78-8089	○	○
○	51	宅老所たんぽぽの家長地出早	18	岡谷市長地出早 1-15-24	75-5865	○	○
	126	リハビリスタジオなないろ	18	岡谷市長地小萩 2-8-28	63-1021	○	○
○	127	ヒラックス岡谷	10	岡谷市本町2-6-33	050-8895-2263	○	○
○	42	かりんの里デイサービスセンター あおぞら	18	諏訪市四賀桑原 861	54-2210	○	○
○	42	かりんの里デイサービスセンター うららか	18	諏訪市中洲 3838-4	54-3361	○	○
○	42	かりんの里デイサービスセンター きずな	18	諏訪市高島 1-1-11	52-7111	○	○
○	39	デイサービスセンター 湯の里	18	諏訪市四賀 2213-1	57-1800	○	
○	116	パワーリハビリかいき諏訪	18	諏訪市四賀 122-1	78-3308	○	○
○	5	リハビリデイサービス いずみ	10	諏訪市上川 1-1544	52-1677	○	○
○	26	こころ高島	18	諏訪市高島 3-1300-1	54-5564	○	○
	58	デイサービス きたえるーむ諏訪	25	諏訪市四賀赤沼 1982-2	78-8767	○	○
○	39	アストレ	9	諏訪市四賀2213-1	56-6060	○	○
	44	複合施設すばらしき仲間たち	32	諏訪市湖南 4894-1	57-3108	○	○
○	22	パセオとよだ	15	諏訪市豊田 3040-1	55-2507	○	○
	17	デイサービス湖岸通り	30	諏訪市湖岸通り 2-305-1	54-5100	○	○
○	67	みんなのデイハウス にじのわ	10	諏訪市大和 2-4-2	55-7482	○	○
○	121	元気作りジムおれんじ	10	諏訪市豊田小川 2009	84-0976	○	○
	40	憩いの家パセオ	15	下諏訪町矢木町 26	27-0106	○	○
○	29	グレイスフル下諏訪	30	下諏訪町 9375-1	26-8872	○	○
○	83	みんなの家 紙風船	15	下諏訪町 6175-3	28-7005	○	○
	75	穂乃家	19	下諏訪町社 6534-4	26-4530	○	○
○	6	デイサービスセンター「陽だまり横丁」	10	下諏訪町 6672-15	24-3734	○	○
○	61	ほがら家	18	下諏訪町西赤砂 4415-1	78-1581	○	○
○	21	デイサービスセンター スマイル	10	下諏訪町大門 121-5	27-0084	○	○
○	61	ほがら家 赤砂	13	下諏訪町西赤砂 4406	75-2862	○	○
	17	湖浜温泉デイサービス	30	下諏訪町 6174-1	26-2121	○	○
○	120	デイサービス春うらら	10	下諏訪町 9125-1	080-1333-8601	○	○

※ ○は地域密着型通所介護事業所

総合事業 安価なホームヘルプサービス(訪問型サービス・活動A)

事業対象者　要支援 1、2 の方

ホームヘルパーに訪問してもらい、買い物、調理、掃除、洗濯など生活援助に関わるサービスが受けられます。身体介護（おむつ交換、入浴介助など）はできません。

利用料のめやす（1回あたり）

週1回程度の利用（最大週2回まで）	2,270円 / 回

※費用の1割（一定以上の所得者は2割または3割）が自己負担になります。
※1ヶ月の定額ではなく、1回あたりの金額になります。
※各事業所により料金が異なる場合があります。


買い物


料　理


掃　除


洗　濯

事業所一覧

法人番号	名　　称	所　在　地	電話番号
99	やさしい手 わかみや訪問介護事業所	岡谷市若宮 1-5-27	21-2001
87	ふらっと訪問介護わかば	岡谷市湖畔 3-2-18	23-4884
2	岡谷市社会福祉協議会指定訪問介護事業所	岡谷市長地権現町 4-11-50	21-1567
78	在宅介護てまり	岡谷市神明町 1-2-2	23-8827
85	指定訪問介護事業所 カーサ・デ・ソル	下諏訪町南四王 6150-4	27-3850
62	諏訪共立ヘルパーステーション	下諏訪町矢木町 134	28-2499

総合事業 安価なデイサービス（通所型サービス・活動A）

事業対象者 要支援 1、2 の方

比較的短い時間の体操や同世代との交流などができる通いのサービスが受けられます。

利用料のめやす（1回あたり）

週1回程度の利用（最大週2回まで）	2,870円 / 回

※費用の1割（一定以上の所得者は2割または3割）が自己負担になります。
※1ヶ月の定額ではなく、1回あたりの金額になります。
※各事業所により料金が異なる場合があります。

運動器の機能向上



立ち上がりや歩行に必要な筋力をつけるために筋力トレーニングや転倒予防の訓練をします。

栄養改善



栄養士などから低栄養を予防し、栄養バランスがある食事のとり方の指導を受けます。

口腔機能の向上



歯科衛生士などにより歯磨きや義歯の手入れの指導を受けます。摂食や嚥下機能向上の訓練を行います。

生活機能向上グループ活動



集団で行うレクリエーション活動や創作活動を通して、本人のやる気を引き出します。

事業所一覧

法人番号	名称	定員	所在地	電話番号
29	デイサービスセンターグレイスフル岡谷	15	岡谷市湖畔 2-6-2	21-7321
73	デイサービスセンターさわらび	15	岡谷市西山 1723-101	21-1180
29	デイサービスセンターグレイスフル下諏訪	7	下諏訪町 9375-1	26-8872

訪問入浴介護（ほうもんにゅうよくかいご）

要介護1～5の方

訪問入浴車に自宅を訪問してもらい、介助を受けながら入浴ができます。
自宅ではお風呂に入れない方を気持ちよく入浴させてあげることができます。



利用料のめやす

1回	12,660円

※費用の1割（一定以上の所得者は2割または3割）が自己負担になります。
※各事業所により料金が異なる場合があります。

介護予防訪問入浴介護（かいごよぼうほうもんにゅうよくかいご）

要支援1、2の方

自宅に浴槽がない場合や、感染症などの理由により施設で入浴ができない場合等に利用できます。

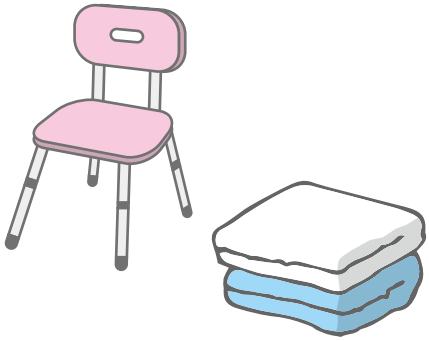
利用料のめやす

1回	8,560円

※費用の1割（一定以上の所得者は2割または3割）が自己負担になります。
※利用できる事業所は、介護予防サービスを行っている事業所です。
※各事業所により料金が異なる場合があります。

事業所一覧

法人番号	名　　称	所　在　地	電話番号	介護サービス	介護予防サービス
63	ニチイケアセンターおかや	岡谷市長地権現町 1-7-26	26-2915	○	○
39	諏訪市社会福祉協議会 指定訪問入浴介護事業所	諏訪市四賀 2213-1	52-0088	○	○
125	アスケア訪問入浴 茅野	諏訪市沖田町 1-95	050-3625-3196	○	○



訪問看護（ほうもんかんご）

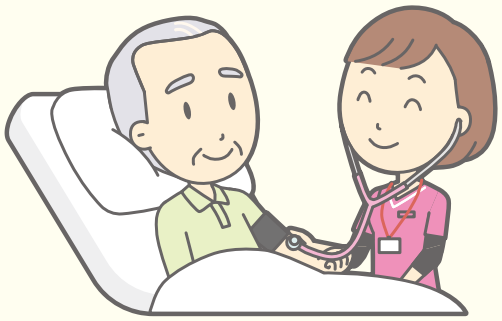
要介護1～5の方

看護師などに自宅を訪問してもらい、床ずれの手当てや点滴の管理のような療養上の世話が受けられます。

利用料のめやす

時　間	訪問看護ステーション	病院・診療所
30分未満	4,710円	3,990円

※費用の1割（一定以上の所得者は2割または3割）が自己負担になります。
※早朝・深夜に利用する場合や緊急時の対応等により料金の加算があります。



介護予防訪問看護（かいごよぼうほうもんかんご）

要支援1、2の方

介護予防を目的として、看護師等が診療の補助などを行います。

利用料のめやす

時　間	訪問看護ステーション	病院・診療所
30分未満	4,510円	3,820円

※費用の1割（一定以上の所得者は2割または3割）が自己負担になります。
※利用できる事業所は、介護予防サービスを行っている事業所です。
※早朝・深夜に利用する場合や緊急時の対応等により料金の加算があります。

事業所一覧

法人番号	名　称	所　在　地	電話番号	介護サービス	介護予防サービス
1	岡谷市訪問看護ステーション	岡谷市本町 4-11-33	23-2000	○	○
99	やさしい手 わかみや訪問看護ステーション	岡谷市若宮 1-5-27	75-2366	○	○
25	訪問看護ステーションおさち	岡谷市長地小萩 1-11-30	27-0852	○	○
118	アクア岡谷訪問看護ステーション	岡谷市塚間町 2-4-1	78-6199	○	
123	訪問看護ステーション エール	岡谷市 1873-4	080-4857-4922	○	○
64	諏訪赤十字訪問看護ステーション	諏訪市湖岸通り 5-11-50	57-5151	○	○
43	宮坂医院	諏訪市元町 4-10	52-1711	○	○
59	訪問看護ステーションふじみ・サテライトみづうみ	諏訪市豊田 2400-9	54-2118	○	○
113	ハーツ訪問ナースステーション	諏訪市高島 1-27-2 合同会社 ALFA	58-3050	○	○
114	つるかめ訪問看護ステーション	諏訪市中洲 5317-1	55-7755	○	○
62	諏訪共立訪問看護ステーション	下諏訪町西赤砂 4429-6	27-0471	○	○
108	yui 訪問看護ステーション	下諏訪町社 6492-1	78-7193	○	○

訪問リハビリテーション

要介護1～5の方

理学療法士、作業療法士などに自宅に訪問してもらい、リハビリが受けられます。
退院後にリハビリに通うことができない方も、自宅でリハビリを続けることができます。

利用料のめやす

1回	3,080円

※費用の1割（一定以上の所得者は2割または3割）が自己負担になります。
※20分間リハビリテーションを行った場合。



介護予防訪問リハビリテーション

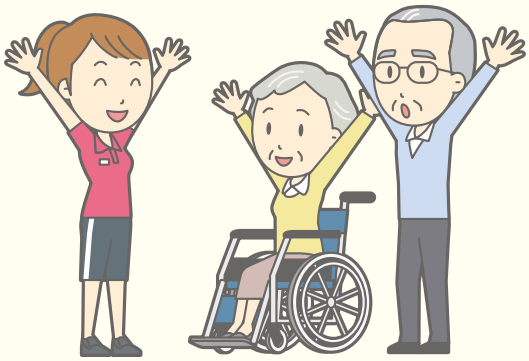
要支援1、2の方

介護予防を目的として、理学療法士、作業療法士などに自宅に訪問してもらい、リハビリが受けられます。

利用料のめやす

1回	2,980円

※費用の1割（一定以上の所得者は2割または3割）が自己負担になります。
※利用できる事業所は、介護予防サービスを行っている事業所です。
※20分間リハビリテーションを行った場合。



事業所一覧

法人番号	名　　称	所　在　地	電話番号	介護サービス	介護予防サービス
1	岡谷市民病院	岡谷市本町 4-11-33	23-8000	○	○
25	諏訪湖畔病院リハビリテーション	岡谷市長地小萩 1-11-30	27-5500	○	○
62	つるみね共立診療所	岡谷市川岸上 1-22-21	22-6680	○	○
42	かりんの里	諏訪市湖岸通り 5-11-5	57-5755	○	○
43	宮坂医院	諏訪市元町 4-10	52-1711	○	○
73	掬水	諏訪市豊田 837-1	58-3232	○	○
59	老人保健施設みづうみ	諏訪市豊田 2400-9	54-2111	○	○
62	諏訪共立病院	下諏訪町矢木町 214	28-5610	○	○
62	老健すずかぜ	下諏訪町西赤砂 4429-6	26-3053	○	○

きょたくりょうようかんりしどう 居宅療養管理指導

要介護1～5の方

医師、歯科医師、薬剤師などに自宅に訪問してもらい、薬の飲み方や食事の指導、歯や義歯の管理といった療養上の管理・指導が受けられます。
(治療や診療をしてもらうことはできません。)



利用料のめやす

医師	月2回まで	5,150円
歯科医師	月2回まで	5,170円
医療機関の薬剤師	月2回まで	5,660円
薬局の薬剤師	月4回まで	5,180円

※費用の1割(一定以上の所得者は2割または3割)が自己負担になります。

かいごよぼうきょたくりょうようかんりしどう 介護予防居宅療養管理指導

要支援1、2の方

医師、歯科医師、薬剤師などに自宅に訪問してもらい、薬の飲み方や食事の指導、歯や義歯の管理といった療養上の管理・指導が受けられます。
(治療や診療をしてもらうことはできません。)



利用料のめやす

医師	月2回まで	5,150円
歯科医師	月2回まで	5,170円
医療機関の薬剤師	月2回まで	5,660円
薬局の薬剤師	月4回まで	5,180円

※費用の1割(一定以上の所得者は2割または3割)が自己負担になります。
※利用できる事業所は、介護予防サービスを行っている事業所です。

事業所一覧

法人番号	名　称	所　在　地	電話番号	介護サービス	介護予防サービス
18	釜口医院	岡谷市天竜町 3-12-22	22-2089	○	○
62	諏訪共立病院	下諏訪町矢木町 214	28-2012	○	○

歯科相談窓口

岡谷下諏訪歯科医師会　TEL 23-8320　受付時間 13：00 ～ 17：00

薬剤師相談窓口

かかりつけ薬局またはお近くの薬局にお問い合わせください。

通所リハビリテーション（デイケア）

要介護 1～5の方

医療施設などに通って、リハビリを受けることができます。家の外に出て、人と交流して同世代の仲間を作り、気分転換ができます。

利用料のめやす（7～8時間未満利用の場合）

内　　容	費　　用
要　介　護　1	7,620円
要　介　護　2	9,030円
要　介　護　3	10,460円
要　介　護　4	12,150円
要　介　護　5	13,790円

※費用の1割（一定以上の所得者は2割または3割）が自己負担になります。
※このほかに食費やおむつ代などがかかります（実費）。
※各事業所により料金が異なる場合があります。



食事



リハビリテーション



入浴

介護予防通所リハビリテーション（介護予防デイケア）

要支援 1、2 の方

食事や入浴、リハビリなどの通常サービスの他に運動器の機能向上や栄養改善など介護予防を目的としたサービスを組み合わせて利用できるサービスです。

利用料のめやす（1ヶ月あたり）

内　　容	費用（めやす）
要　支　援　1	22,680円
要　支　援　2	42,280円

※費用の1割（一定以上の所得者は2割または3割）が自己負担になります。
※利用できる事業所は介護予防サービスを取り扱っている事業所です。
※各事業所により料金が異なる場合があります。

●利用者の方は通常のサービスのほか、次のメニューを選択して利用することもできます。
（別途サービス費用がかかります）

運動器の機能向上



立ち上がりや歩行に必要な筋力をつけるために筋力トレーニングや転倒予防の訓練をします。

栄養改善



栄養士などから低栄養を予防し、栄養バランスがある食事のとり方の指導を受けます。

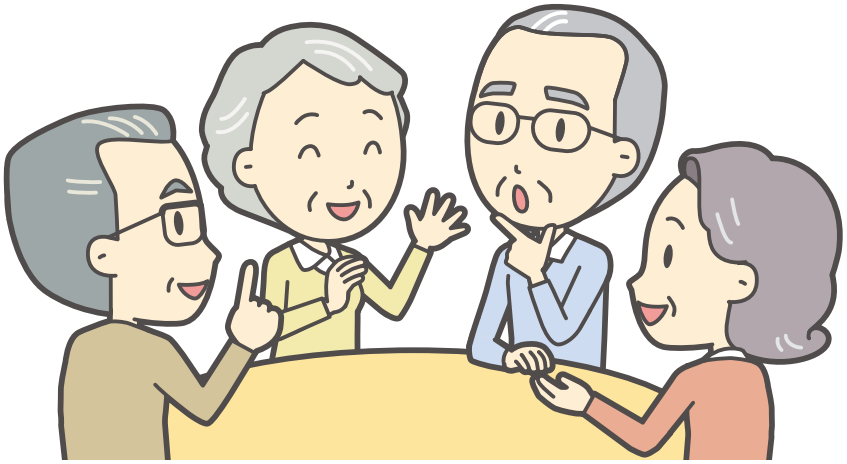
口腔機能の向上



歯科衛生士などにより歯磨きや義歯の手入れの指導を受けます。摂食や嚥下機能向上の訓練を行います。

事業所一覧

法人番号	名　　称	定員	所　在　地	電話番号	介護サービス	介護予防サービス
1	岡谷市民病院	16	岡谷市本町 4-11-33	23-8000	○	○
25	諏訪湖畔病院	10	岡谷市長地小萩 1-11-30	27-5500	○	○
62	つるみね共立診療所	38	岡谷市川岸上 1-22-21	22-6680	○	○
25	白寿荘	30	岡谷市長地小萩 1-11-30	28-8910	○	○
42	かりんの里	100	諏訪市湖岸通り 5-11-5	57-5755	○	○
73	掬水	40	諏訪市豊田 837-1	58-3232	○	○
59	老人保健施設みづうみ	55	諏訪市豊田 2400-9	54-2111	○	○
27	こまくさの森	15	諏訪市中洲豆田 5924	53-8833	○	○
29	グレイスフル下諏訪	100	下諏訪町 9375-1	26-7001	○	○
62	諏訪共立病院	38	下諏訪町矢木町 214	28-5610	○	○
62	老健すずかぜ	50	下諏訪町西赤砂 4429-6	26-3033	○	○



短期入所生活介護（ショートステイ）

要介護1～5の方

施設に短期入所して、介護やリハビリなどが受けられます。
急用や旅行で介護ができないときやしばらく介護の手を休めたいときにも利用できます。

利用料のめやす（1日あたり）

内容	費用			食費	居住費
	従来型個室	多床室	ユニット型（多）個室		
要介護1	6,030円	6,030円	7,040円	1,545円	多床室 915円 従来型個室 1,231円 ユニット（多） 1,728円 ユニット（個） 2,066円
要介護2	6,720円	6,720円	7,720円		
要介護3	7,450円	7,450円	8,470円		
要介護4	8,150円	8,150円	9,180円		
要介護5	8,840円	8,840円	9,870円		

※基本サービス費の1割（一定以上の所得者は2割または3割）が自己負担になります。
※食費と居住費はすべて自己負担になります。ユニット型（多）…ユニット型個室的多床室。
※世帯や所得の状況によって、食費と居住費が軽減されることがあります（→42ページ）。

介護予防短期入所生活介護（介護予防ショートステイ）

要支援1、2の方

施設に短期間入所して、介護予防を目的とした生活支援や機能訓練が受けられます。

利用料のめやす（1日あたり）

内容	費用			食費	居住費
	従来型個室	多床室	ユニット型（多）個室		
要支援1	4,510円	4,510円	5,290円	1,545円	多床室 915円 従来型個室 1,231円 ユニット（多） 1,728円 ユニット（個） 2,066円
要支援2	5,610円	5,610円	6,560円		

※基本サービス費の1割（一定以上の所得者は2割または3割）が自己負担になります。
※食費と居住費はすべて自己負担になります。ユニット型（多）…ユニット型個室的多床室。
※世帯や所得の状況によって、食費と居住費が軽減されることがあります（→42ページ）。

事業所一覧

法人番号	名称	定員	所在地	電話番号	介護サービス	介護予防サービス
44	ウェルハートおかや（サテライト）	8	岡谷市長地片間町1-11-1	28-0751	○	○
73	さわらび	6	岡谷市西山1723-101	21-1180	○	○
29	ショートステイホーム第2グレイスフル岡谷	空床型	岡谷市加茂町3-8-7	89-1211	○	○
42	かりんの里複合福祉施設	空床型	諏訪市高島1-1-11	52-7111	○	○
44	複合施設すばらしき仲間たち	7	諏訪市湖南4894-1	57-2111	○	○
28	うぐいすの森	10	諏訪市沖田町4-2-1	75-1212	○	○
29	グレイスフル下諏訪	10	下諏訪町9375-1	26-8851	○	○
33	ハイム天白	2	下諏訪町東町中557-2	28-8160	○	○

短期入所療養介護（医療型ショートステイ）

たんきにゅうしょりょうようかいご　いりょうがた

要介護1～5の方

医療施設などに短期入所して、医学的な管理のもとで介護やリハビリなどが受けられます。
急用や旅行で介護ができないときやしばらく介護の手を休めたいときにも利用できます。

利用料のめやす（1日あたり）

内　容	費　用			食　費	居　住　費
	従来型個室	多床室	ユニット型（多）個室		
要介護1	7,530円	8,300円	8,360円	1,545円	多床室 437円 ★697円 従来型個室 1,728円 ユニット（多） 1,728円 ユニット（個） 2,066円
要介護2	8,010円	8,800円	8,830円		
要介護3	8,640円	9,440円	9,480円		
要介護4	9,180円	9,970円	10,030円		
要介護5	9,710円	10,520円	10,560円		

※室料負担のある多床室を利用した場合、★の金額になります。
※基本サービス費の１割（一定以上の所得者は２割または３割）が自己負担になります。
※食費と居住費はすべて自己負担になります。ユニット型（多）…ユニット型個室的多床室。
※世帯や所得の状況によって、食費と居住費が軽減されることがあります（→42 ページ）。

介護予防短期入所療養介護（介護予防医療型ショートステイ）

かいごよぼうたんきにゅうしょりょうようかいご　かいごよぼういりょうがた

要支援1、2 の方

施設に短期間入所して、介護予防を目的とした生活支援や機能訓練が受けられます。

利用料のめやす（1日あたり）

内　容	費　用			食　費	居　住　費
	従来型個室	多床室	ユニット型（多）個室		
要支援1	5,790円	6,130円	6,240円	1,545円	多床室 437円 ★697円 従来型個室 1,728円 ユニット（多） 1,728円 ユニット（個） 2,066円
要支援2	7,260円	7,740円	7,890円		

※室料負担のある多床室を利用した場合、★の金額になります。
※基本サービス費の１割（一定以上の所得者は２割または３割）が自己負担になります。
※食費と居住費はすべて自己負担になります。ユニット型（多）…ユニット型個室的多床室。
※世帯や所得の状況によって、食費と居住費が軽減されることがあります（→42 ページ）。

事業所一覧

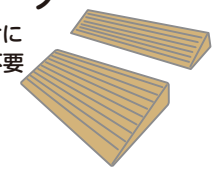
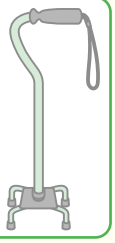
法人番号	名　称	所　在　地	電話番号	介護サービス	介護予防サービス
25	白寿荘	岡谷市長地小萩 1-11-30	28-8910	○	○
29	第２グレイスフル岡谷	岡谷市加茂町 3-8-7	89-1211	○	○
42	かりんの里	諏訪市湖岸通り 5-11-5	57-5755	○	○
73	掬水	諏訪市豊田 837-1	58-3232	○	○
59	老人保健施設みづうみ	諏訪市豊田 2400-9	54-2111	○	○
27	こまくさの森	諏訪市中洲豆田 5924	53-8833	○	○
29	グレイスフル下諏訪	下諏訪町 9375-1	26-7001	○	○
62	老健すずかぜ	下諏訪町西赤砂 4429-6	26-3053	○	○

福祉用具のレンタル

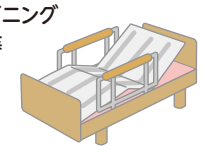
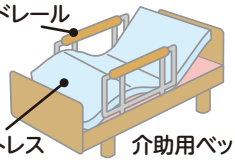
日常生活の自立を助けるための福祉用具を借りることができます。
安易な福祉用具のレンタルは生活機能の低下を招くこともありますので、体の状態に応じてレンタルすることを心がけましょう。

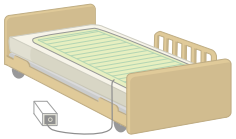
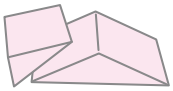
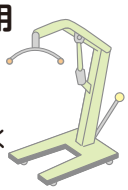
利用料のめやす ※費用の1割(一定以上の所得者は2割または3割)が自己負担になります。

●要支援1、2と要介護1～5の方が利用できる福祉用具

①手すり	②スロープ	③歩行器	④歩行補助つえ
※取付けに工事不要のもの 	※取付けに工事不要のもの 		
2,000円/月	6,000円/月	4,000円/月	2,000円/月

●要介護2～5の方が利用できる福祉用具(※要介護度によっては利用できない用具もあります)。

⑤車いす	⑥車いす付属品	⑦特殊寝台	⑧特殊寝台付属品
※自走用、介助用普通型電動車いす 	クッション ※クッション、電動補助装置等 	※リクライニングベッド等 	サイドレール  マットレス 介助用ベット
5,000円/月	2,000円/月	12,000円/月	3,000円/月

⑨床ずれ予防用具	⑩体位変換器	⑪認知症高齢者徘徊感知機器	⑫移動用リフト	⑬自動排せつ処理装置
	※起きあがり補助装置を含む 	※離床センサーを含む 	※階段移動用リフトを含むつり具を除く 	※要介護4・5 
6,000円/月	3,000円/月	20,000円/月	18,000円/月	10,000円/月

事業所一覧

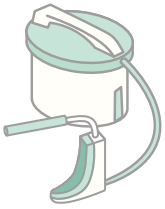
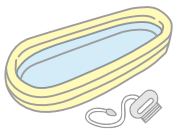
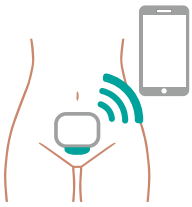
法人番号	名　　称	所　在　地	電話番号	FAX番号
30	在宅介護リフォームセンター ふれあいショップ（三エス木材㈲）	岡谷市塚間町 1-6-9	22-3736	22-6171
15	みよし家介護サービス	諏訪市湯の脇 2-9-13	58-7205	58-7201
26	こころ	諏訪市高島 1-21-14	54-5569	54-6002
81	サクラケア諏訪店	諏訪市中洲 5709-24	52-4117	52-4116
98	タカサワ通商諏訪営業所	諏訪市四賀赤沼 1817	78-7801	78-7811
14	介護センター花岡	下諏訪町高浜 6188-1	26-1112	26-1113
69	フィット	下諏訪町富ヶ丘 6750	26-1400	26-1401
24	株式会社ケアライフ	茅野市仲町 12-16	55-2661	55-9425
107	ダスキンヘルスレント茅野ステーション	茅野市塚原 2-13-39 竹村ビル 1 F	78-3422	78-3433
10	エフビー介護サービス松本営業所	松本市島内 4972-5	0263-40-3700	0263-40-3770
72	株式会社フロンティア長野営業所	松本市高宮南 7-46	0263-28-8823	0263-28-9388
98	タカサワ通商株式会社	松本市征矢野 2-12-46	0263-27-1181	0263-27-1188

福祉用具購入

入浴や排せつなどに使用する福祉用具を購入したとき、購入費が支給されます。
いったん購入費全額を利用者が支払い、後日申請により、9割(一定以上の所得者は8割または7割)が支給されます。購入の限度額は年度で10万円までです。
ケアマネジャーや福祉用具専門相談員と相談し、体の状態にあった用具の購入を心がけましょう。

対象となる福祉用具

※費用の1割(一定以上の所得者は2割または3割)が自己負担になります。

①ポータブルトイレ	②自動排泄処理装置	③入浴補助用具	④簡易浴槽	⑤移動用のリフトのつり具	⑥排泄予測支援機器
※便座の底上げに使う部材も含む	※交換可能部分のみ	※入浴用いす、浴槽内いす、入浴台、入浴用介助ベルトなど			
					

※福祉用具のレンタルのうち、スロープ、歩行器、歩行補助つえはケアマネジャーや福祉用具専門相談員の提案を受け、利用者の意思決定で購入して利用することもできます。

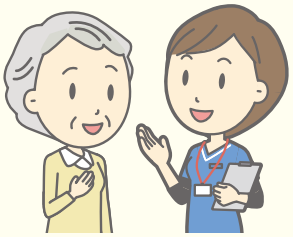
福祉用具購入費の支給を受けるには

福祉用具購入申請書を提出する必要があります。まずはケアマネジャーや福祉用具販売事業所にいる福祉用具相談専門員に相談しましょう。

提出書類

●申請書　●購入した用具を確認できるパンフレット
●領収書(原本)





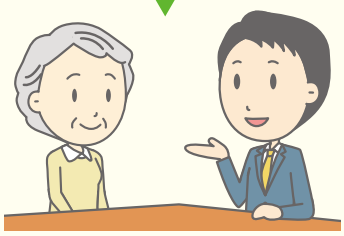
ケアマネジャーへ相談する



用具購入



費用の全額を、いったん事業者に支払う



介護福祉課窓口へ申請する

申請から概ね1ヶ月後に費用の9割（一定以上の所得者は8割又は7割）が支給される



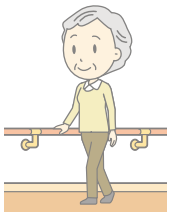
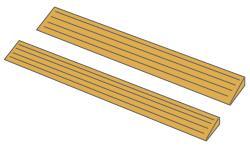
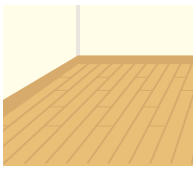
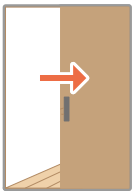
※福祉用具の購入費の支給を受けるまでの間、サービス費用(支給対象額)を支払うことが困難な方には、貸付制度がありますので、ご相談ください。

住宅改修

手すりの取り付けや段差解消などの住宅改修をしたときに住宅改修費が支給されます。
住宅改修費の支給を受けるには、必ず、工事前の事前申請が必要になります。
工事を始める前にケアマネジャーなどに相談をしましょう。

※工事後にいったん改修費全額を利用者が支払い、事後申請により、9割(一定以上の所得者は8割または7割)が支給されます。工事費の限度額は原則として20万円です。

住宅改修できる対象

①手すりの取付け	②段差の解消	③床材の変更	④扉の取替え	⑤便器の取替え
				
廊下・トイレ・浴槽に1人でもいけるように	通路などの傾斜の解消、転落防止柵の設置(スロープ設置の際)を含む	滑り防止および移動の円滑化などのための変更	開き戸から引き戸などへの扉の取り替え・撤去	和式便器から腰かけられる洋式便器へ

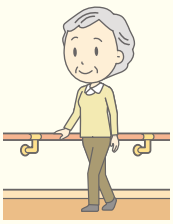
※①～⑤以外の工事は対象になりません。
※費用の1割(一定以上の所得者は2割または3割)が自己負担になります。

住宅改修費の支給を受けるには

事前の申請に必要な書類	工事後に提出する書類(事後申請)
●申請書 ●住宅改修を必要とする理由書 ●工事費見積書 ●改修後の完成予定の状態がわかるもの(写真を用いたもの)	●領収書(原本) ●工事費内訳書 ●事前・事後の写真(撮影日)がわかるもの ●確認結果通知書兼工事完了届出書 (事前申請後、市役所より送付) ●住宅の所有者の承諾書(本人が住宅持ち主でない場合)


ケアマネジャーへ相談する


介護福祉課窓口へ申請する


改修工事

費用の全額を、いったん事業者に支払い再度介護福祉課窓口へ申請する



事後申請から概ね1ヶ月後に費用の9割（一定以上の所得者は８割又は７割）が支給される



※住宅改修費の支給を受けるまでの間、サービス費用(支給対象額)を支払うことが困難な方には、貸付制度がありますので、ご相談ください。

2. 施設サービス

介護保険施設に入所して利用するサービスです。要支援１・２の方は利用できません。施設を利用したサービスは、サービス費用のほかに、食費、居住費などが利用者負担になります。施設に入所している間は、在宅サービスは利用できません。

介護老人福祉施設（特別養護老人ホーム）

日常生活において常に介護が必要で、自宅で生活することが難しい方が入所する施設です。食事、入浴、排せつなどの日常生活の支援やリハビリなどが受けられます。
入所をご希望の方は、ケアマネジャー等と相談のうえ、入所申込書を施設へ直接提出してください。

利用料のめやす（1日あたり）

内　容	費　用			食　費	居　住　費
	従来型個室	多床室	ユニット型（多）個室		
要介護1	5,890円	5,890円	6,700円	1,545円	多床室　915円 従来型個室　1,231円 ユニット（多）　1,728円 ユニット（個）　2,066円
要介護2	6,590円	6,590円	7,400円		
要介護3	7,320円	7,320円	8,150円		
要介護4	8,020円	8,020円	8,860円		
要介護5	8,710円	8,710円	9,550円		

※基本サービス費の１割（一定以上の所得者は２割または３割）が自己負担になります。
※食費と居住費はすべて自己負担になります。金額は各施設によって異なる場合があります。
※世帯や所得の状況によって、食費と居住費が軽減されることがあります（→42 ページ）。
※ユニット型（多）…ユニット型個室的多床室

施設一覧

	法人番号	名　称	定員	所　在　地	電話番号	FAX番号
	73	さわらび	80	岡谷市西山 1723-101	21-1180	21-1182
	84	洗心荘（全室個室）	100	岡谷市長地出早 2-6-33	28-6537	28-3949
○	29	第２グレイスフル岡谷（全室個室）	20	岡谷市加茂町 3-8-7	89-1211	89-1214
	73	松風（全室個室）	50	岡谷市内山 4769-548	21-2200	21-2288
○	44	ウェルハートおかや（サテライト）	22	岡谷市片間町1-11-1	28-0751	28-6800
	44	複合施設すばらしき仲間たち	74	諏訪市湖南 4894-1	57-2111	57-2002
○	42	かりんの里複合福祉施設（全室個室）	29	諏訪市高島 1-1-11	52-7111	52-7132
○	26	こころのひろば	29	諏訪市高島 1-21-14	54-5616	54-5618
○	28	うぐいすの森（全室個室）	29	諏訪市沖田町 4-2-1	75-1212	75-1222
	28	ふくろうの森（全室個室）	100	諏訪市四賀 2398-1	53-5577	54-2255
	29	グレイスフル下諏訪	68	下諏訪町 9375-1	26-8851	26-8874
	33	ハイム天白	58	下諏訪町東町中 557-2	28-8160	28-8183
○	21	和音	29	下諏訪町 4770-2	27-3088	27-3089
	28	白駒の森（全室個室）	77	茅野市ちの 3000-1	82-7500	82-7575
	41	ふれあいの里	74	茅野市玉川 4300-9	73-8880	71-1641
	50	りんどう苑（全室個室）	80	茅野市豊平 1907-1	73-1081	73-1088
○	76	アイリス茅野	29	茅野市宮川 5778-1	82-6011	82-6012
	59	恋月荘（全室個室）	95	富士見町境 8830	75-5558	64-2288
	31	紅林荘	80	富士見町富士見 3107-2	61-2080	61-2081
	76	アイリス	50	原村 10377-2	72-8300	72-7800
○	59	さくらの	29	原村 13221-6	70-1305	70-1306

※ ○は地域密着型介護老人福祉施設

介護老人保健施設（かいごろうじんほけんしせつ）

病状の落ち着いた方が在宅復帰を目指して入所する施設です。
リハビリを中心とする医療ケアや介護、日常生活上の介護が受けられます。
入所を希望する方は、直接、各施設へご相談ください。

利用料のめやす（1日あたり）

内　容	費　用			食　費	居　住　費
	従来型個室	多床室	ユニット型(多)個室		
要介護1	7,170円	7,930円	8,020円	1,545円	多床室 437円 ★697円 従来型個室 1,728円 ユニット(多) 1,728円 ユニット(個) 2,066円
要介護2	7,630円	8,430円	8,480円		
要介護3	8,280円	9,080円	9,130円		
要介護4	8,830円	9,610円	9,680円		
要介護5	9,320円	10,120円	10,180円		

※室料負担のある多床室を利用した場合、★の金額になります。
※基本サービス費の1割(一定以上の所得者は2割または3割)が自己負担になります。
※食費と居住費はすべて自己負担になります。
　金額は各施設によって異なる場合があります。
※世帯や所得の状況によって、食費と居住費が軽減されることがあります。
(→42ページ)
※ユニット型(多)…ユニット型個室的多床室



施設一覧

法人番号	名　称	定員	所　在　地	電話番号	FAX番号
25	白寿荘	150	岡谷市長地小萩 1-11-30	28-8910	27-5313
29	第２グレイスフル岡谷(全室個室)	20	岡谷市加茂町 3-8-7	89-1211	89-1214
42	かりんの里	100	諏訪市湖岸通り 5-11-5	57-5755	57-5766
73	掬水	100	諏訪市豊田 837-1	58-3232	58-3202
27	サテライト老健 こまくさの森	29	諏訪市中洲豆田 5924	53-8833	58-7277
59	老人保健施設みづうみ(全室個室)	79	諏訪市豊田 2400-9	54-2111	57-3030
29	グレイスフル下諏訪	80	下諏訪町 9375-1	26-7001	26-7005
62	老健すずかぜ	29	下諏訪町西赤砂 4429-6	26-3053	26-2135
27	虹の森	100	茅野市ちの 3094-6	73-2000	73-2211
41	やすらぎの丘	50	茅野市玉川 4300	73-1212	73-1509
59	老人保健施設あららぎ	84	富士見町落合 11106-1	62-8008	62-8005
59	老人保健施設さくらの	53	原村 13220-1	70-1222	70-1223

介護医療院（かいごいりょういん）

長期療養のための医療と日常生活上の介護を一体的に提供する施設です。

利用料のめやす（1日あたり）

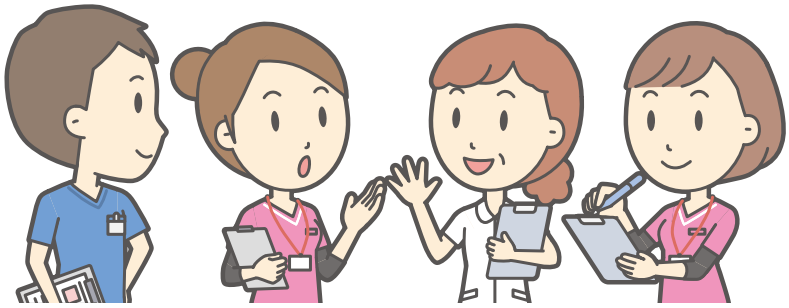
内　容	費　用			食　費	居　住　費
	従来型個室	多床室	ユニット型(多)個室		
要介護1	7,210円	8,330円	8,500円	1,545円	多床室 437円 ★697円 従来型個室 1,728円 ユニット(多) 1,728円 ユニット(個) 2,066円
要介護2	8,320円	9,430円	9,600円		
要介護3	10,700円	11,820円	11,990円		
要介護4	11,720円	12,830円	13,000円		
要介護5	12,630円	13,750円	13,920円		

※室料負担のある多床室を利用した場合、★の金額になります。
※基本サービス費の1割(一定以上の所得者は2割または3割)が自己負担になります。
※食費と居住費はすべて自己負担になります。
金額は各施設によって異なる場合があります。
※世帯や所得の状況によって、食費と居住費が軽減されることがあります。(→42ページ)
※ユニット型(多)…ユニット型個室的多床室



施設一覧

法人番号	名　称	定員	所　在　地	電話番号	FAX番号
25	諏訪湖畔病院 介護医療院	48	岡谷市長地小萩 1-11-30	27-5500	28-3610



3. 地域密着型サービス

住み慣れた地域での生活を続けるために、地域の特性に応じたサービスが利用できます。原則として住んでいる市町村のサービスのみ利用できます。

認知症対応型共同生活介護（グループホーム）

要介護 1～5の方

認知症の状態にある方が少人数で共同生活する施設で、家庭的な雰囲気の中で、食事、入浴、排せつなどの日常生活の支援やリハビリなどが受けられます。
入居している間は、在宅サービスは受けることができません（居宅療養管理指導は利用できます）。

利用料のめやす（1日あたり）

内　容	費　用
要介護 1	7,530円
要介護 2	7,880円
要介護 3	8,120円
要介護 4	8,280円
要介護 5	8,450円

※費用の 1 割（一定以上の所得者は 2 割または 3 割）が自己負担になります。
※食費と居住費、食材料費、日常生活費はすべて自己負担になります。金額は各施設によって異なります。



食 事



リハビリテーション



入 浴

介護予防認知症対応型共同生活介護（グループホーム）

要支援 2の方

軽度の認知症の状態にある方が少人数で共同生活ができます。
入居している間は、在宅サービスは受けることはできません（居宅療養管理指導は利用できます）。

利用料のめやす（1日あたり）

内　容	費　用
要支援2のみ	7,490円

※費用の 1 割（一定以上の所得者は 2 割または 3 割）が自己負担になります。
※食費と居住費、食材料費、日常生活費はすべて自己負担になります。金額は各施設によって異なります。

事業所一覧

法人番号	名　　称	定員	所　在　地	電話番号	介護サービス	介護予防サービス
73	グループホーム さわらび	18	岡谷市西山 1723-101	21-1113	○	○
21	グループホーム 高尾	9	岡谷市川岸上 4-3-4	22-8288	○	○
29	グレイスフル岡谷	9	岡谷市湖畔 2-6-2	21-7321	○	○
63	ニチイケアセンター川岸夏明	18	岡谷市川岸西 2-11-3	21-1556	○	○
73	グループホーム風薫	18	岡谷市南宮 3-3-33	21-1211	○	○
80	愛の家グループホーム 岡谷幸町	18	岡谷市幸町 6-24-1	21-1580	○	○
55	グループホーム ほほえみ絹の郷	18	岡谷市郷田 2-1-51	78-8022	○	○
27	グループホームこまくさの森	18	諏訪市中洲豆田 5924	53-8811	○	
42	グループホームかりん	18	諏訪市高島 1-1-11	52-7111	○	○
26	こころのひろばグループホーム	18	諏訪市高島 1-21-14	54-5615	○	○
63	ニチイケアセンター四賀	18	諏訪市四賀 1965-1	54-2181	○	○
48	グループホームとよだ	18	諏訪市豊田 101	78-3032	○	○
10	グループホーム諏訪沖田	18	諏訪市沖田 1-141-3	78-3120	○	○
80	愛の家グループホーム諏訪湖南	18	諏訪市湖南3909-1	78-7377	○	○
29	グループホーム グレイスフル下諏訪	9	下諏訪町 9310	26-8878	○	○
21	グループホームさくら	9	下諏訪町 556-1	26-8888	○	○
23	グループホームふきのとう	18	下諏訪町 5000-8	75-2362	○	○
73	グループホーム縁	18	下諏訪町社字五反田 7618-1	26-0170	○	○
70	グループホームすずらん	18	茅野市湖東 7050	73-8332	○	○
82	グループホームせせらぎの家	18	茅野市宮川 6327-1	72-4626	○	○
73	グループホーム寿和寮	9	茅野市宮川 5010-1	71-1622	○	○
86	グループホーム豊平	9	茅野市豊平 2552	73-3010	○	○
86	グループホームいずみの	18	茅野市泉野 6558-1	75-5900	○	○
76	グループホームアイリス茅野	18	茅野市宮川 5778-1	82-6011	○	○
86	グループホーム福ざわ	18	茅野市豊平1567-1	75-2480	○	○
59	グループホームやまゆり	18	富士見町富士見3796-5	61-1011	○	○
68	グループホームひなたぼっこ	18	富士見町富士見 11650-1	61-2223	○	○

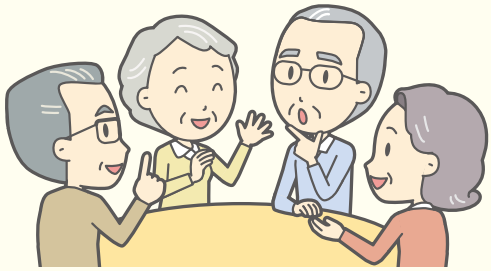
認知症対応型通所介護（にんちしょうたいおうがたつうしょかいご）

要介護 1～5の方

認知症の状態にある方がデイサービスセンターに通い、レクリエーションなどを行います。
家の外に出て、人とコミュニケーションをとることで気分転換ができます。

利用料のめやす（1日あたり）

内　容	費　用
要介護 1	9,940円
要介護 2	11,020円
要介護 3	12,100円
要介護 4	13,190円
要介護 5	14,270円



※費用の 1 割（一定以上の所得者は 2 割または 3 割）が自己負担になります（7 ～ 8 時間未満利用の場合）。
※このほかに食費やおむつ代などがかかります（実費）。
※各事業所により料金が異なる場合があります。

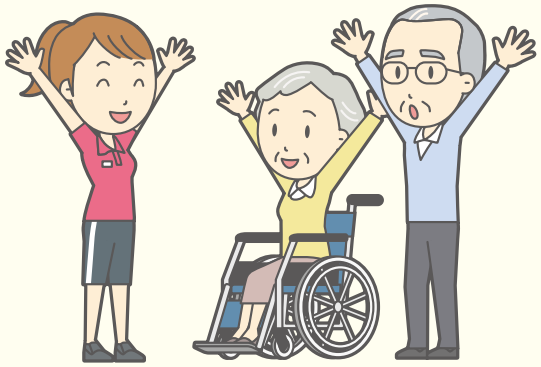
介護予防認知症対応型通所介護（かいごよぼうにんちしょうたいおうがたつうしょかいご）

要支援 1、2の方

軽度の認知症の状態にある方を対象としたデイサービスです。通常のデイサービスと運動器の機能向上や栄養改善など介護予防を目的としたサービスを組み合わせて利用できます。

利用料のめやす（1日あたり）

内　容	費　用
要支援 1	8,610円
要支援 2	9,610円



※費用の1割（一定以上の所得者は2割または3割）が自己負担になります（7～8時間未満利用の場合）。
※このほかに食費やおむつ代などがかかります（実費）。
※利用できる事業所は介護予防サービスを取り扱っている事業所です。
※各事業所により料金が異なる場合があります。

事業所一覧

法人番号	名　称	定員	所　在　地	電話番号	介護サービス	介護予防サービス
80	愛の家デイサービス岡谷幸町	6	岡谷市幸町 6-24-1	21-1580	○	○
62	通いサービスはるかぜ	12	下諏訪町西赤砂 4429-30	26-1660	○	○

小規模多機能型居宅介護（しょうきぼたきのうがたきょたくかいご）

要介護 1～5の方

身近な地域の中で、小規模な施設でデイサービスや訪問介護、状況に応じて宿泊のサービスを組み合わせた総合的なサービスが柔軟に受けられます。

利用料のめやす（1か月あたり）

内　容	費　用
要介護 1	104,580円
要介護 2	153,700円
要介護 3	223,590円
要介護 4	246,770円
要介護 5	272,090円

※費用の1割（一定以上の所得者は2割または3割）が自己負担になります。
※食費や宿泊費等は別料金になります。


通所


訪問


宿泊

介護予防小規模多機能型居宅介護（かいごよぼうしょうきぼたきのうがたきょたくかいご）

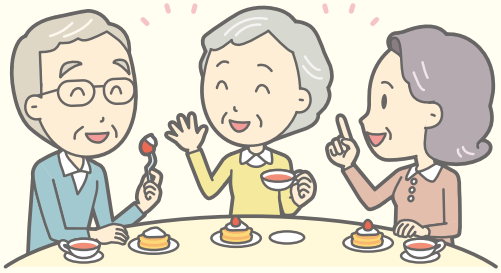
要支援 1、2の方

身近な地域の中で、小規模な施設でデイサービスや訪問介護、状況に応じて宿泊のサービスを組み合わせた総合的なサービスが柔軟に受けられます。

利用料のめやす（1か月あたり）

内　容	費　用
要支援 1	34,500円
要支援 2	69,720円

※費用の1割（一定以上の所得者は2割または3割）が自己負担になります。
※食費や宿泊費等は別料金になります。



事業所一覧

法人番号	名　称	定員	所　在　地	電話番号
29	小規模多機能型居宅介護 第２グレイスフル岡谷	29	岡谷市加茂町 3-8-7	89-1211
88	和が家日和	29	岡谷市山下町 1-1-22	75-2708
57	小規模多機能型居宅介護 梨久保	29	岡谷市長地梨久保 2-18-1	26-2202
88	宅老所和が家	29	岡谷市湖畔 4-1-27	24-3708
88	和が家間下（サテライト）	18	岡谷市山手町 2-3-26	78-8480
88	和が家新倉（サテライト）	18	岡谷市川岸中 3-4-1	75-2525
26	こころのひろば小規模多機能型居宅介護	29	諏訪市高島 1-21-14	54-5611
48	小規模多機能ホーム集皆所とよだ	29	諏訪市豊田 101	78-3043
5	小規模多機能型居宅介護倶楽部いずみ	25	諏訪市大手 2-17-2	75-1423
8	いぶきゆいの家	29	諏訪市中洲 2536-1	75-2331
8	宅老所いぶき	18	諏訪市大字中洲字新田 5373-1	78-8677
52	月岡ケアサービス 多機能事業所月見ヶ丘	25	下諏訪町武居北 5927-3	26-0091
62	小規模多機能ケア やよい	29	下諏訪町東弥生町 5247-4	55-4313

ちいきみっちゃくがたかいごろうじんふくししせつにゅうしょしゃせいかつかいご
地域密着型介護老人福祉施設入所者生活介護

定員が29人以下の小規模な介護老人福祉施設に入所する方が、
日常生活上の世話や機能訓練などのサービスを受けられます。



利用料のめやす（多床室を利用する場合）
（1か月あたり）

内　容	費　用
要介護1	180,000円
要介護2	201,300円
要介護3	223,500円
要介護4	245,100円
要介護5	266,100円

※費用の1割（一定以上の所得者は2割または3割）が自己負担になります。
※新規入所は原則として要介護3～5の方が対象です。

法人番号	名称	定員	所在地	電話番号
29	第2グレイスフル岡谷	20	岡谷市加茂町3-8-7	89-1211
44	ウェルハートおかや（サテライト）	22	岡谷市片間町1-11-1	28-0751
42	かりんの里複合福祉施設	29	諏訪市高島1-1-11	52-7111
26	こころのひろば	29	諏訪市高島1-21-14	54-5616
28	うぐいすの森	29	諏訪市沖田町4-2-1	75-1212
21	和音	29	下諏訪町4770-2	27-3088
76	アイリス茅野	29	茅野市宮川5778-1	82-6011
59	さくらの	29	原村13221-6	70-1305

ちいきみっちゃくがたとくていしせつにゅうきょしゃせいかつかいご
地域密着型特定施設入居者生活介護

特定施設（指定を受けた有料老人ホーム、軽費老人ホーム、養護老人ホームなど）のうち、定員が29人以下の小規模な介護専用型特定施設に入居する方が、入浴、排せつ、食事などの介護やその他の日常生活上の世話、機能訓練、療養上の世話を受けられます。



利用料のめやす（1ヶ月あたり）

内　容	費　用
要介護1	163,800円
要介護2	184,200円
要介護3	205,500円
要介護4	225,000円
要介護5	246,000円

※費用の1割（一定以上の所得者は2割または3割）が自己負担になります。

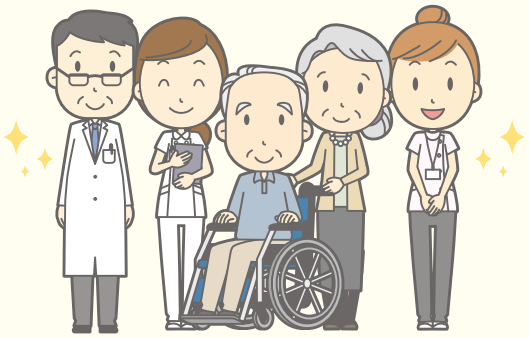
法人番号	名称	定員	所在地	電話番号
88	おはな和が家	12	岡谷市山手町2-3-26	78-8481

看護小規模多機能型居宅介護（複合型サービス）

利用者の状況に応じて、複数の在宅サービスや地域密着型サービスを組み合わせて、一つの事業所からサービスが受けられます。

利用料のめやす（１ヶ月あたり）

内　容	費　用
要介護１	124,470円
要介護２	174,150円
要介護３	244,810円
要介護４	277,660円
要介護５	314,080円



※費用の1割（一定以上の所得者は2割または3割）が自己負担になります。

法人番号	名称	定員	所在地	電話番号
99	かえりえわかみや	29	岡谷市若宮1-5-27	55-1327
20	いこいっぽ	29	岡谷市御倉町2-21	55-6786
62	看護小規模多機能ケアぬくもり	29	下諏訪町西赤砂4429-6	26-3057

夜間対応型訪問介護

夜間に何かあったときには連絡して、ホームヘルパーが自宅に訪問してもらい、介護サービスが受けられます。

※諏訪圏域では取り扱っている事業所はありません（令和8年8月1日現在）。

定期巡回・随時対応型訪問介護看護

訪問介護と訪問看護が連携した1日に複数回の「短時間の定期訪問」と通報などによる「随時の対応」によるサービスを24時間対応で受けられます。

利用料のめやす（１ヶ月あたり）

内　容	費用（訪問看護を利用しない場合）	費用（訪問看護を利用する場合）
要介護１	54,460円	79,460円
要介護２	97,200円	124,130円
要介護３	161,400円	189,480円
要介護４	204,170円	233,580円
要介護５	246,920円	282,980円

※費用の1割（一定以上の所得者は2割または3割）が自己負担になります。

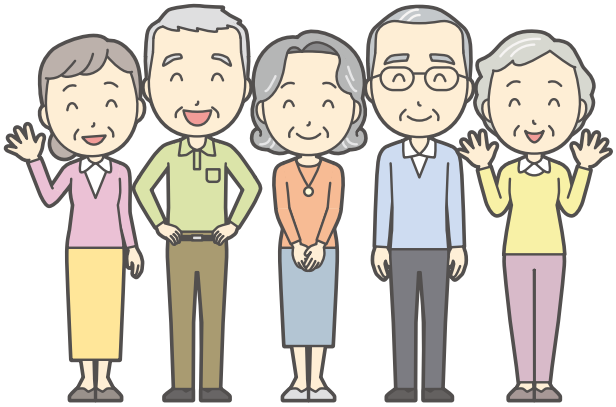
法人番号	名称	所在地	電話番号	介護サービス	介護予防サービス
88	定期巡回ケアステーション和が家	岡谷市山下町1-1-22	75-2343	○	
95	イリーゼ諏訪定期巡回・随時対応型訪問介護看護センター	諏訪市高島2-1284-1	56-1885	○	
62	諏訪共立定期巡回ケアえにし	下諏訪町西弥生4928-1	26-3008	○	

4. その他

特定施設入居者生活介護（とくていしせつにゅうきょしゃせいかつかいご）

有料老人ホームに入居しながら、その施設が提供する食事・入浴・排せつなどの日常生活上の介護やリハビリが受けられます。
有料老人ホームは介護保険の適用の有無、介護サービスの内容に応じて、「介護付」「住宅型」「健康型」の3つのタイプに分かれます。特定施設入居者生活介護の指定がない施設は広告やパンフレットなどに「介護付き」「ケア付き」などの表示ができません。

	種　類	類型の説明
特定施設入居者生活介護	介護付有料老人ホーム（一般型）	介護が必要になっても、施設が提供する介護サービスを利用しながら生活を継続することが可能です（介護サービスは入居施設の職員が提供します）。
	介護付有料老人ホーム（外部サービス利用型）	介護が必要になっても、施設が提供する介護サービスを利用しながら生活を継続することが可能です（施設職員が安否確認や計画作成等を実施し、介護サービスは委託先の介護サービス事業所が提供します）。 ※外部サービス利用型の施設は諏訪圏域にはありません（令和8年8月1日現在）。
住宅型	住宅型有料老人ホーム	生活支援等のサービスが付いた高齢者向けの居住施設です。介護が必要になった場合、入居者自身の選択により、地域の訪問介護等の介護サービスを利用しながら、施設での生活を継続することが可能です。
健康型	健康型有料老人ホーム	食事等のサービスが付いた高齢者向けの居住施設です。介護が必要となった場合には、契約を解除して退去しなければなりません。



事業所一覧

	法人番号	名　　称	定員	所　在　地	電話番号	FAX番号
	55	さわやか絹の郷信州おかや	77	岡谷市郷田 2-1-24	24-8822	24-8824
	21	ケアハウス高尾	32	岡谷市川岸上 4-3-7	22-2772	22-3720
	53	ツクイ・サンシャイン岡谷	72	岡谷市本町 2-4-10	21-7270	21-7271
○	88	おはな和が家	12	岡谷市山手町 2-3-26	78-8481	78-8482
	25	サービス付き高齢者向け住宅「さつき」	39	岡谷市長地小萩 1-11-30	27-6670	27-6681
	95	イリーゼ岡谷	60	岡谷市山下町 1-1-37	24-1238	24-2677
	26	特定施設入居者生活介護事業所 こころ高島	38	諏訪市高島 3-1300-1	54-5560	54-5561
	95	イリーゼ・セントベル諏訪湖	52	諏訪市大和 1-5-5	52-8123	52-8283
	49	ウィズ諏訪	75	諏訪市中洲 5853-3	54-3636	54-3639
	26	こころのひろば 特定施設入居者生活介護事業所	40	諏訪市高島 1-21-14	54-5612	54-5618
	95	イリーゼ高島城	60	諏訪市高島 2-1284-1	56-1885	56-1884
	44	複合施設すばらしき仲間たち	48	諏訪市湖南 4894-1	78-5271	78-5273
	85	カーサ・デ・ソル諏訪湖	47	下諏訪町東赤砂 10802	27-0317	27-0318
	9	桜ガーデン茅野	40	茅野市宮川 11400-12	75-5188	75-5187
	32	ラ・ナシカちの	75	茅野市塚原 2-7-29	82-6002	82-6003
○	86	ケアホーム豊平	18	茅野市豊平 2552	82-5703	82-5663
	49	ウィズ茅野	81	茅野市宮川 11005	75-1077	75-1078

※ ○は地域密着型特定施設入居者生活介護

1. サービス利用料の支払いが困難なとき

利用者の負担を軽減する制度があります。

利用者負担限度額の認定

世帯や収入の状況に応じて、食費、居住費の日額の限度額が設定されています。限度額の認定条件や負担限度額は下表のとおりとなります。
第1段階から第3段階に該当される方は、介護福祉課に申請してください。

対象となるサービス

●ショートステイ(26、27ページ)●特別養護老人ホーム(31ページ)●介護老人保健施設(32ページ)●介護医療院(33ページ)

利用者負担限度額の認定条件

利用者負担段階	対 象 者	預貯金等資産要件
第 1 段 階	・生活保護を受給している方 ・住民税非課税世帯で老齢福祉年金を受給している方	単身1,000万円以下 夫婦2,000万円以下
第 2 段 階	・住民税非課税世帯で、合計所得金額と年金収入(非課税年金含む) 額の合計が82.65万円以下の方	単身650万円以下 夫婦1,650万円以下
第3段階①	・住民税非課税世帯で、合計所得金額と年金収入(非課税年金含む) 額の合計が82.65万円超120万円以下の方	単身550万円以下 夫婦1,550万円以下
第3段階②	・住民税非課税世帯で、合計所得金額と年金収入(非課税年金含む) 額の合計が120万円超の方	単身500万円以下 夫婦1,500万円以下

※配偶者が別世帯であっても課税されている場合は対象になりません。
※非課税年金(遺族年金・障害年金)も年金収入に含みます。
※40～64歳の第2号被保険者の第2・第3段階の預貯金等資産要件は単身1,000万円以下、夫婦2,000万円以下です。

負担限度額 (1日あたり)

利用者負担段階	居住費(滞在費)				食 費	
	ユニット型個室	ユニット型 個室的多床室	従来型個室	多床室	施設 サービス	短期入所 サービス
第 1 段 階	880円	550円	550円(380円)	0円	300円	300円
第 2 段 階	880円	550円	550円(480円)	430円	390円	600円
第3段階①	1,370円	1,370円	1,370円(880円)	430円	680円	1,030円
第3段階②	1,470円	1,470円	1,470円(980円)	430円 ☆530円	1,420円	1,360円
基 準 額	2,066円	1,728円	1,728円 (1,231円)	437円 ★697円 (915円)	1,545円	

※介護老人福祉施設、介護老人保健施設、介護医療院および短期入所生活(療養)介護のうち、室料負担のある多床室を利用した場合、☆の金額になります。
※介護老人保健施設、介護医療院および短期入所療養介護のうち、室料負担のある多床室を利用した場合、★の金額になります。
※介護老人福祉施設と短期入所生活介護を利用した場合は( )内の金額になります。
※基準額はめやすの数字のため施設により異なる場合があります。

お問い合わせ 岡谷市介護福祉課 電話:23-4811 内線:1269・1276～1279

高額介護(居宅支援)サービス費の支給

介護サービスを利用するときに利用者の負担が高くなりすぎないように、利用者の所得状況によって、同じ月に利用したサービスの自己負担額の上限が設けられています(居住費、食費は除く)。
申請により自己負担額を超えた分が「高額介護サービス費」として後から支給されます。

利用者負担の上限(1か月)

利用者負担段階区分	上限額(世帯合計)
○課税所得690万円以上	140,100円
○課税所得380万円以上690万円未満	93,000円
○課税所得145万円以上380万円未満	44,400円
○一般(住民税課税世帯で、上記に該当しない場合)	44,400円
○住民税世帯非課税等	24,600円
・合計所得金額※ および課税年金収入額の合計が82.65万円以下の方 ・老齢福祉年金の受給者	15,000円(個人)
○生活保護の受給者 ○利用者負担を15,000円に減額することで、生活保護の受給者とならない場合	15,000円(個人) 15,000円

※ 「合計所得金額」とは、収入金額から必要経費に相当する金額を控除した金額のことで、扶養控除や医療費控除などの所得控除をする前の金額です。なお、「合計所得金額から長期譲渡所得及び短期譲渡所得に係る特別控除額」及び「公的年金等に係る雑所得」を控除した金額を用います。

利用者負担額の助成

介護保険サービスの利用者負担額の支払いが困難な方が利用料の助成を受けられます。
詳しくはご相談ください。

対象サービス

居宅サービス、介護予防サービス及び地域密着型サービス(支給限度額管理の対象となるもの)と介護老人福祉施設(特別養護老人ホーム)

区　分	利用者負担額	
○老齢福祉年金受給者かつ住民税世帯非課税者 ○利用者を減免しなければ生活保護法の「要保護者」と同等の生活水準になると認められる方	居宅	全額助成
	特養	1/2
○住民税世帯所得割非課税者であって特に生活が困難である者、またはこれに準ずると認められる方	居宅	1/2
	特養	3/4

お問い合わせ 岡谷市介護福祉課　電話:23-4811　内線:1269・1276～1279

高額医療・高額介護合算制度

介護保険と医療保険の両方の自己負担が高額になった場合、利用者の負担を軽減するため、上限額が設けられています。各医療保険（国民健康保険、被用者保険、後期高齢者医療）と介護保険のそれぞれの限度額（1か月）を適用した後、年間（8月～翌年7月）の自己負担額を合算して、定められた限度額を超えたときは、申請により超えた分が後から支給されます。

高額医療・高額介護合算制度の負担限度額（8月～翌年7月の算定分）

所　得 （基礎控除後の総所得金額等）	70歳未満の人がいる世帯
901万円超	212万円
600万円超～901万円以下	141万円
210万円超～600万円以下	67万円
210万円以下	60万円
住民税非課税世帯	34万円

所得区分	70～74歳の人がいる世帯	後期高齢者医療制度で医療を受けている世帯
課税所得690万円以上	212万円	212万円
課税所得380万円以上	141万円	141万円
課税所得145万円以上	67万円	67万円
一般	56万円	56万円
低所得者Ⅱ	31万円	31万円
低所得者Ⅰ※	19万円	19万円

各医療保険において同一世帯内（異なる医療保険は同一世帯となりません）で医療保険と介護保険の両方に自己負担額がある世帯が対象となります。

対象となる方

所得区分	対　象　者
上位所得者 （70歳未満）	被用者保険：標準報酬月額が53万円以上の場合 国民健康保険：世帯主等で同一の世帯に属するすべての被保険者について基準所得額を合算した額が600万円を超える場合
現役並み所得者 （70歳以上）	療養の給付を受けることになった場合に3割負担となる場合
一般区分	他の所得区分のいずれにも該当しない場合
低所得者Ⅱ	世帯が住民税非課税である場合
低所得者Ⅰ※	世帯の全員が住民税に係る所得が必要経費（控除）を差し引いたとき0円になる場合

※年金所得の控除額は82.65万円

お問い合わせ

・国民健康保険・後期高齢者医療加入者
　岡谷市医療保険課　電話：23-4811　内線：1189(国保)・1175・1179(後期)
・被用者保険加入者
　岡谷市介護福祉課　電話：23-4811　内線：1277

生活保護

ご本人やご家族の事情により、生活に困窮し、介護保険の利用料や介護保険料の支払いなどお困りの方に対して、必要に応じた援助を行うことで、最低限の生活を保護するものです。

お問い合わせ　岡谷市社会福祉課　電話：23-4811　内線：1258

2. 税金の所得控除

所得税等の確定申告をする際には次の所得控除が受けられます。

介護サービス利用料の医療費控除

介護サービスの対価に関する医療費控除は次のとおりです。
在宅サービスでは「医療系サービス」は単独で対象となります。「福祉系サービス」と「地域密着型サービス」は「医療系サービス」とあわせて利用した場合のみ自己負担額が控除の対象となります。

在宅サービス

※自己負担額が控除の対象

対象サービス		サービスの種類	控除の対象
単独で控除の対象となるサービス	医療系サービス	■訪問看護（介護予防訪問看護） ■訪問リハビリテーション（介護予防訪問リハビリテーション） ■居宅療養管理指導（介護予防居宅療養管理指導）	サービス費用の全額が控除の対象となります。
		■通所リハビリテーション（介護予防通所リハビリテーション）	サービス費用と食費の合計額の全額が控除の対象となります。
		■短期入所療養介護（介護予防短期入所療養介護）	サービス費用と食費及び滞在費の合計額の全額が控除の対象となります。
医療系サービスとあわせて利用した時に対象となるサービス	福祉系サービス	■訪問介護　■通所介護 ■介護予防訪問介護相当サービス ■介護予防通所介護相当サービス ■訪問入浴介護（介護予防訪問入浴介護） ■短期入所生活介護（介護予防短期入所生活介護）	居宅サービス計画（介護予防サービス計画）に医療系サービスが含まれていれば、サービス費用の全額が控除となります。 （居宅療養管理指導は、ケアプラン外であっても対象となります。） なお、生活援助中心の訪問介護は対象となりません。
	地域密着型サービス	■認知症対応型通所介護（介護予防認知症対応型通所介護） ■小規模多機能型居宅介護（介護予防小規模多機能型居宅介護） ■夜間対応型訪問介護 ■定期巡回・随時対応型訪問介護看護 ■看護小規模多機能型居宅介護	

施設サービス

施設の種類	控除の対象
介護老人福祉施設（特別養護老人ホーム）	サービス費用と食費及び居住費の合計額の1/2が控除の対象となります。
地域密着型介護老人福祉施設入所者生活介護	
介護老人保健施設	サービス費用と食費及び居住費の合計額の全額が控除の対象となります。
介護医療院	

おむつ代の医療費控除

おおむね6か月以上寝たきり状態になり、医師による治療のもとでおむつの使用が必要であると認められる場合のおむつ代は医療費控除の対象になります。確定申告の医療費控除で、おむつ代を算出する場合に添付する医師発行の「おむつ使用証明書」に代わるものとして、申出がある方には「おむつ使用確認証」を発行しています。

おむつ代の医療費控除

	対 象 者	申告に必要な書類
A	・要介護認定を受けていない方 ・Bに該当しない方	・担当医師が発行する「おむつ使用証明書」 ・領収書(レシート)
B	・おむつを使用した当該年に要介護認定(有効期間が6ヶ月以上)を受けており、要介護認定を受けたときの主治医意見書において、寝たきりでカテーテルを使用している又は、尿失禁のある状態(可能性)	・介護福祉課が発行する「おむつ使用確認証」 ・領収書(レシート)

介護保険料の社会保険料控除

一年間に支払った介護保険料は、社会保険料控除の対象になります。（原則本人分）

障害者控除

障害者手帳をお持ちでない65歳以上の高齢者で要介護認定を受けている人のうち、一定の要件にあてはまる方に、申請に基づき「障害者控除対象者認定書」を交付します。
この認定書を提示することにより、障害者控除の適用が受けられます。

対 象 者	申告に必要な書類
・介護保険認定調査票などにより要件に該当する方	・障害者控除対象者認定書

※身体障害者手帳・精神障害者保健福祉手帳・療養手帳をお持ちの方は障害者控除の対象者となりますので、「障害者控除対象者認定書」の交付を受ける必要はありません。

お問い合わせ　岡谷市介護福祉課　電話:23-4811　内線:1269・1276～1279
諏訪税務署　電話:52-1390

1. 高齢者のためのサービス

①紙おむつ・尿取りパッドの購入費の支給(在宅要介護高齢者紙おむつ等購入費支給事業)

65歳以上の在宅で生活している重度要介護者が使用する、紙おむつ・尿とりパッドの購入費の支給が申請により受けられます。

対 象 者	支給額	必要書類
・65歳以上で要介護4～5の認定を受けていて、本人および介護者が住民税非課税世帯の方	月6,000円まで	・申請書 ・領収書またはレシート
・65歳以上の要介護3～5の認定を受けていて、本人のみ住民税非課税の方	月3,000円まで	

※入院中・施設(ショートステイも含む)入所中に購入したものは対象外です。(一部対象となる施設もあります。)
※ポイント利用、クーポン券での購入分は値引き扱いのため、対象外です。
※領収日の属する月から起算して1年を超える領収書またはレシートは対象外です。

②訪問理美容サービス

在宅で生活している外出困難な方は、自宅で理美容サービスを受ける際の出張料金の助成を受けられます。指定された理髪店・美容院に市から発行される1回1,000円の利用券を提出してサービスが受けられます。

対 象 者	利 用 料
・在宅生活をし、外出困難な方で、要介護3～5の認定を受けた65歳以上の方または重度の心身障がいのある方	1回1,000円の利用券が発行されます。出張料金以外の料金は自己負担になります。

※利用券は年度内で4枚まで受け取ることができます。

③24時間緊急時駆けつけ安心サービス

急病等により緊急対応が必要なときに、携帯式専用端末を用いた、迅速かつ適切な対応が受けられます。

サービス内容	・無料サービス：救急時対応サービス、電話健康相談サービス、安否確認サービス ・有料サービス：位置情報提供サービス、現場急行サービス

対 象 者	利用料(税抜)
・65歳以上で一人暮らしの方 ・身体に重度の障がい(1級・2級)のある一人暮らしの方 ・高齢者のみの世帯で寝たきりの高齢者がいる方	・登録料（初回）5,000円 ・利用料 月額700円 ※住民税非課税世帯の方は無料

④日常生活用具の給付

在宅で一人暮らしをしている高齢者等が安全に日常生活を送るために、火災警報器・自動消火器・電磁調理器の給付を受けられます。

対 象 者	給付限度額
おおむね65歳以上の一人暮らしの高齢者等で住民税非課税の方	・火災警報器　15,500円まで ・自動消火器　28,700円まで ・電磁調理器　41,000円まで

※火災警報器は必置義務を超えて設置する場合に限ります。

⑤岡谷市いきいき生活支援サービス

介護サービスが不足している方で、以下の要件を満たす方は生活支援に係るサービスを受けられます。

◇介護予防生活支援サービス

要介護認定で自立(非該当)となった虚弱な高齢者の方で、ヘルプサービス(訪問介護)、デイサービス(通所介護)、ショートステイ(短期入所)の利用を希望する方はご相談ください。

◇住宅改修費の支給

要介護認定で自立（非該当）となった方のうち、以下の要件を満たす高齢者は申請により住宅改修費の支給を受けられます。

対 象 者	対象となる工事	利 用 料
同一世帯の前年の所得税の合計が8万円以下の世帯に属する虚弱な高齢者	手すりの取り付け 床段差の解消	10万円以内

※申請は年度内で１人につき１回まで。
※利用者の負担割合は本人および世帯の住民税課税状況によって１～３割のいずれかになります。
※身体的状況、居住環境、住宅改修アドバイザーの意見を考慮し、必要と認められた範囲内とします。

◇重症化予防生活支援サービス

要介護認定を受けている方のうち、認定された介護度の費用限度では介護サービスが不足する方は、介護サービスに加えて、以下のサービスが利用できます。

対象サービス	対象者	利用限度・条件	負担割合
ヘルプサービス （訪問介護）	本人・子どもなどが住民税非課税の方	必要と認められる範囲	1割
デイサービス （通所介護）	必要と認められる方	必要と認められる範囲	1～3割
ショートステイ （短期入所生活介護）	要支援1～要介護2で必要と認められる方	介護者の入院等により在宅介護ができない場合 （年度で30日以内）	1～3割

※サービス利用料はそれぞれ要介護度をもとに計算されます。※食材料費、キャンセル料は実費となります。
※デイサービス・ショートステイの利用料は、本人や子ども等の住民税課税状況によって１～３割のいずれかになります。

◇緊急宿泊サービス

緊急宿泊サービスを実施している事業所において、デイサービスを利用している方で、次の要件に該当する方は、緊急宿泊サービスが利用できます。

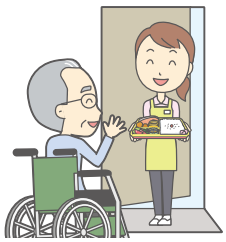
対 象 者	利用限度額	利用回数・条件
・介護者の急な慶弔や入院、心身等の事情により、介護者だけでは介護できない場合	・宿泊に係る食費、送迎費および入浴費を除いた利用経費の2/3に相当する額(上限額は4,000円)	・原則として1人月3回まで ・年度内の利用は36回まで

⑥配食サービス

岡谷市配食サービス事業者の中から利用する事業者を選択し、ご自宅へ栄養バランスのとれた食事をお届けし、あわせて安否確認を行います。

対 象 者	サービス内容	利 用 料
・おおむね65歳以上の一人暮らしの方 ・高齢者のみ世帯 ・高齢者以外の家族が障がい者等の世帯 ・身体障がい者の世帯で食事の支度が困難な方	・1日1食、昼食または夕食の配達	1食あたり 300円を助成

※利用する事業者は岡谷市配食サービス事業者の中から選択していただきます。
※カロリー調整食、きざみ食等の特殊食は、各事業所へお問い合わせください。



⑦岡谷市あったか見守りネットワーク

行方不明になる心配のある高齢者の方について、ご家族などから事前に写真や特徴などの必要な情報を登録申請していただくことで、登録対象者の情報を警察と共有し、初動体制の強化及び行方不明者の早期発見・早期保護に繋げ、その家族を支援します。介護福祉課窓口にてお申し込みください。

申請に必要なもの	・登録者の写真（顔・全身）

◇岡谷市あったか見守りネットワーク個人賠償責任保険

あったか見守りネットワークの登録者を対象に個人賠償責任保険に加入します。日常生活の中の偶然の事故等により法律上の損害賠償責任を負った場合に保険金の支払いを受けることができます。

利用料	自己負担金1,250円程度（加入月により変わります）

⑧補聴器助成事業

加齢による耳の聞こえづらさにより、社会的孤立や生活の質に悩みを感じる高齢者等を支援するため、補聴器の購入費を助成します。申請書類は介護福祉課窓口またはホームページから取得できます。

対 象 者	助 成 額
・市内に住所がある65 歳以上の方 ・聴覚に係る身体障害者手帳を持っていない方 ・補聴器の装用が必要であると耳鼻咽喉科医師により診断された方 ・本人を含む世帯全員の市民税が非課税の方 ・本人を含む世帯全員が市民税等を滞納していない方	補聴器の購入費用の2分の1以内の額（上限額は3万円。1,000円未満の端数は切り捨て） ※助成金の交付は、片耳装用、両耳装用を問わず1人につき一回限りとなります。

お問い合わせ 岡谷市介護福祉課 電話:23-4811 内線:1273・1281～1288

⑨岡谷市福祉タクシー（ふくし～）

対象者	サービス内容	利用料
・満80歳以上の方 ・要介護3・4・5に該当する方等	・岡谷市内での移動に利用できる予約制タクシー（目的地、利用時間が同じ場合は、乗り合いでの利用もあり） ・介助者1名の同乗可 ・事前予約が必要 電話予約(前日又は当日)7:30～18:00 予約電話先：22-2941(にこにこふくしい) ・運行時間　月～土　7:30～18:30 日、祝日　9:00～18:30	・利用券 1枚10回分3,000円 を事前に購入 ※1人1回300円 **利用券購入場所** ・市社会福祉課 ・各支所 ・市宿直室(土･日･祝日) …以前にご購入の利用券を持参された方のみ

お問い合わせ　岡谷市社会福祉課　電話:23-4811　内線1251･1222

⑩運転免許証のすべてを自主返納された方への案内

運転免許証を失効期限前に自ら警察署に返納することで次のサービスを受けることができます。
1と3のサービスを利用するには、申請の手続きが必要となります。

	対象者	サービス内容	お問い合わせ
1	満80歳以上の岡谷市民 ※R4年４月１日以降、自主返納した方	福祉タクシー利用券を1枚交付(1枚10回分) ※1人1回限り	社会福祉課 電話：23-4811 内線：1222
2	満75歳以上の岡谷市民 (運転免許証を自主返納していなくても可)	おでかけパス（シルキーバス回数券） 10枚綴り1,000円で購入いただけます	商業観光課 電話：23-4811 内線：1452 1457
3	満65歳以上の岡谷市民	シルキーバス回数乗車券(12枚綴り3セット)を交付　※1人1回限り (シルキーバス、スワンバスで利用できます)	

⑪シルバー人材センターの有料サービス

シルバー人材センター会員から暮らし全般に関わる手助けを受けられます。

施設の管理	施設の管理、駐車場・自転車の整理、倉庫の管理、宿直・日直
工場内の作業	製造の手伝い、事務所・工場構内の清掃、各種軽作業
家事手伝い	掃除
サービス外務	集配、福祉サービス、各種補助サービス
屋内･屋外作業	庭木の剪定、ふすま・障子の張替え、農作業、草刈り、清掃
修理・修繕	営繕修理、簡単な大工仕事
事務整理	賞状などの毛筆書き、封筒などの宛名書き

お問い合わせ　岡谷下諏訪広域シルバー人材センター　電話:23-0760

⑫まゆっこサポート（住民参加型在宅福祉サービス事業）

サービス内容	利 用 料
・家事援助サービス 家事の世話、洗濯、住居の掃除、生活必需品の買い物などのサービスが受けられます。	・30分あたり500円＋ 事務手数料（利用料の10%）
・草取り等サービス 自宅がある敷地内の草取りサービスが受けられます。	・30分あたり750円＋ 事務手数料（利用料の10%） ※草の処分に必要な費用、資機材使用料はサービスを利用される方の負担となります。

※利用には会員登録が必要です。　※利用の1週間前までにお申込み下さい。

お問い合わせ　岡谷市社会福祉協議会　電話:24-2121

⑬高齢者のための司法書士による無料法律相談

岡谷市内在住のおおむね65歳以上の高齢者に関する相談を司法書士に無料ですることができます。予約制となりますので事前に予約してください。

たとえば…　・「成年後見制度」を利用したい。　・「遺言書」を作成したい。
・「相続」の手続きなどについて知りたい。　……など

期　日	毎月第3水曜日(都合により変更になる場合があります)
時　間	午後 1 時～午後 4 時まで　1 人 30 分(完全予約制)
費　用	無料
場　所	岡谷市役所 庁舎内
注意事項	・岡谷市内に在住のおおむね 65 歳以上の高齢者に関する相談であれば、本人、ご家族、支援者など、どなたでも相談することができます。 ・相談は原則として 1 人につき、年度内に 1 回まで ・予約受付は前日の午後3時まで

お問い合わせ　岡谷市介護福祉課　介護予防担当(岡谷市地域包括支援センター)
電話:23-4811　内線:1282

⑭成年後見支援制度

岡谷市成年後見支援センターでは、地域の皆様が安心して暮らせる社会を目指し、「成年後見制度」の円滑な活用をお手伝いするとともに、ご本人やご家族の終活に関するご相談も受け付けております。

成年後見制度とは

認知症、知的障がい、精神障がいなどにより、判断能力が低下し、生活に必要な契約行為や財産管理を行うことが難しい方に対し、家庭裁判所が本人の意思を尊重しながら支援する人を選ぶことで、本人を法律的に支援する制度のことです。
成年後見制度には、次の2種類があります。

法定後見制度	すでに判断能力が低下してしまった方を支援する制度
任意後見制度	将来、判断能力が低下してしまった時に備える制度

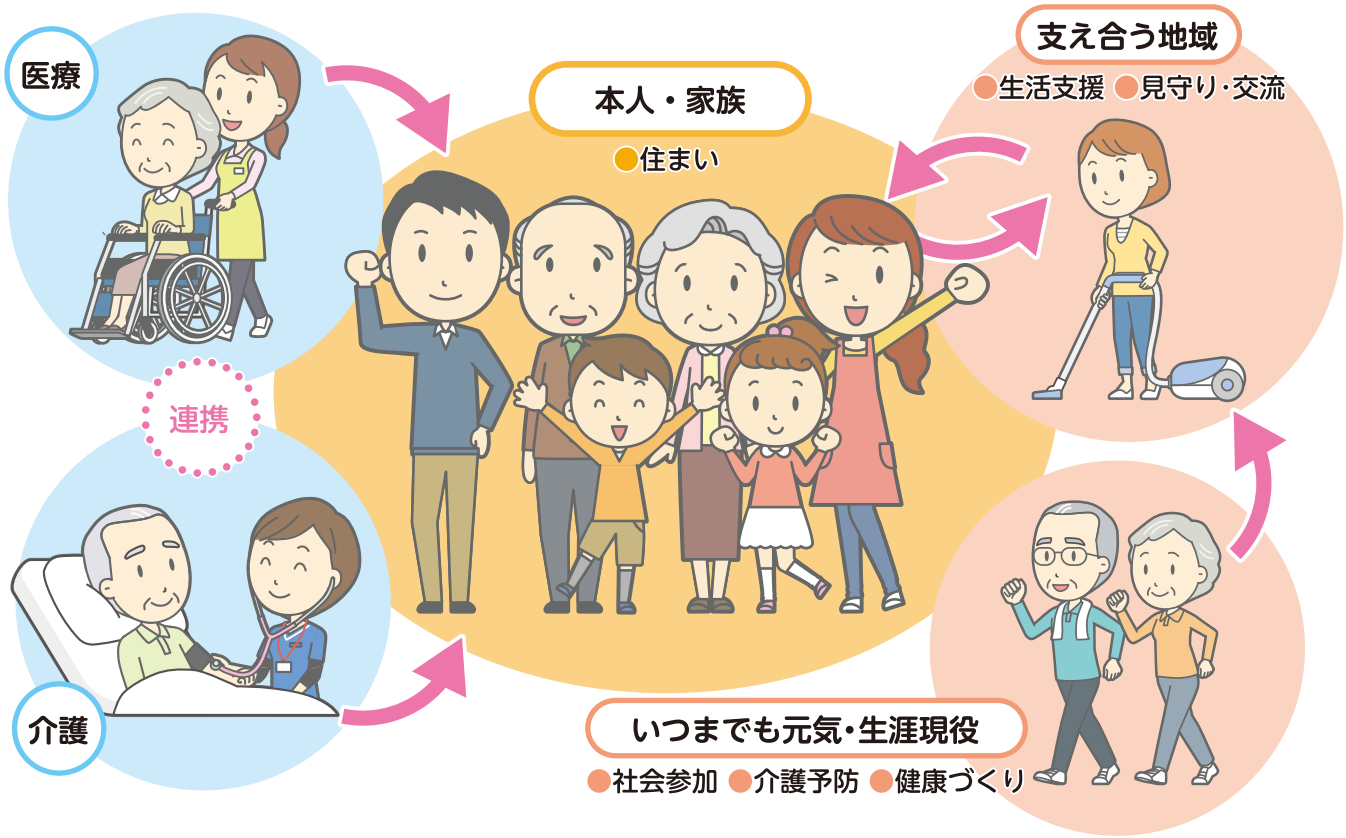
お問い合わせ　岡谷市成年後見支援センター
おかや総合福祉センター(諏訪湖ハイツ)1階　岡谷市社会福祉協議会内
電話:24-2121

1. 地域とのつながりや生きがいを持ちながら自分らしく暮らすために

○地域包括ケアシステムについて

介護が必要な状態になっても、住み慣れた地域で暮らし続けることができるようにするため、**住まい・医療・介護・予防・生活支援を一体的に提供する**ことを地域包括ケアシステムといいます。

各自治体では、地域の特性・実情に応じたこのシステムの構築に向けた支え合いの地域づくりが進められています。



○「支え合いの地域づくり」の推進について

生活支援体制整備事業

高齢者をはじめ誰もが住み慣れた地域で生きがいを持って最後まで安心して暮らし続けられるように、「支え合いの地域づくり」に取り組んでいます。

市内にすでにある地域のつながりや活動を地域の皆さんと確認・共有し、大切に育み、将来につなげていく取組みをしています。

この事業を推進するため、生活支援コーディネーター（支え合い推進員）を配置し、地域に出向いて、その中でどのような活動や支え合い・つながりがあるのか、またどのようなことに困っているのかを把握し、既存の活動の活性化や新たな生活支援づくりのお手伝いをしています。また、ボランティア等の担い手や地域資源の発掘、関係機関とのネットワークづくりを行い、地域の中で多様な支援が提供できるように地域の皆さんと一緒になって考えていきます。

岡谷市 暮らしのサービス紹介



住み慣れた場所で、だれもがずっといきいきと自分らしく生活できるように、生活支援に関するサービス等を掲載した冊子を作成しています。

岡谷市介護福祉課、社会福祉課、岡谷市社会福祉協議会の窓口の他、各地区の公会所等で配布しています。また、下記の岡谷市社会福祉協議会ホームページからもご覧いただけます。

https://www.okaya-shakyo.or.jp/kurashi/

【「暮らしのサービス紹介」に関する問い合わせ先】
岡谷市社会福祉協議会
電話:24-2121(代表)

【高齢者福祉サービスや相談先にお困りの方の相談窓口】
岡谷市地域包括支援センター
電話:23-2336(直通)

高齢者の介護予防や活動の場について

生きがいデイサービス(いきいきデイ)事業

市内在住の60歳以上の高齢者（区によって、対象に制限があります）対象に、お住まいの地域の公会所等で、身近な地域で参加者同士が交流することにより、「生きがいづくり」や「心身のリフレッシュ」を図ります。介護認定の状況により受け入れ出来ない場合があります。

ねこまぬ先のぴんぴんキラリ☆教室

65歳以上の要支援・要介護認定・事業対象者の認定を受けていない方を対象としています。例年２月に通知を発送し、３月まで申し込みの受付をしています。6回又は12回コースでウォーキングやマシントレーニング、ヨガや体操などを各事業所で実施しています。栄養・口腔・認知症予防についても学ぶことができます。



新規グループ活動支援事業

新しく5人以上のメンバーを作り、身近な地域で運動を継続していくグループを支援する活動です。活動年数に応じて、講師派遣(体力測定と運動指導)を実施しています。

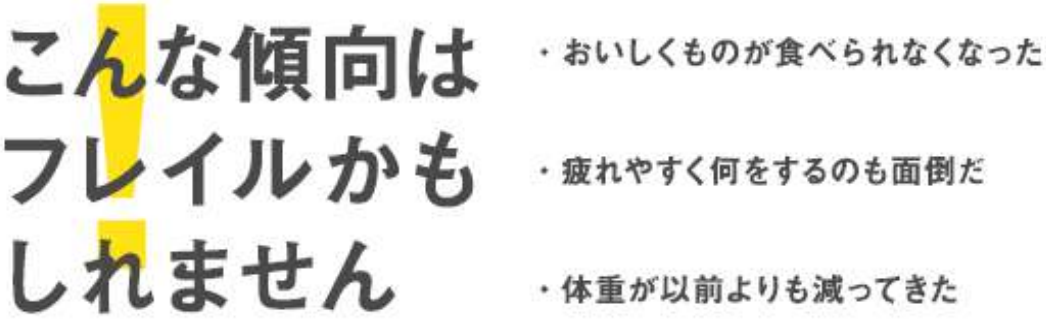
お問い合わせ 岡谷市介護福祉課　介護予防担当　電話:23-4811　内線:1283・1286

○「フレイル予防」について



※フレイルは、要介護状態に至る前段階として位置づけられますが、身体的脆弱のみならず精神・心理的脆弱性や社会的脆弱などの多面的な問題を抱えやすく、自立障害や死亡を含む健康障害を招きやすいハイリスク状態を意味します。

「フレイル診療ガイド 2018 年版」（日本老年学会／国立長寿医療研究センター、2018）



普及啓発用動画
QR コード

厚生労働省ホームページ　普及啓発用動画はコチラから
https://www.mhlw.go.jp/content/000620862.mp4

フレイル予防の3つのポイント

フレイル予防は日々の習慣と結びついています。栄養、身体活動、社会参加を見直すことで活力に満ちた日々を送りましょう。



出典：厚生労働省　令和元年食事摂取基準を活用した高齢者のフレイル予防事業

年のせいとあきらめていた体や心の衰えは、予防できます。
やりたいことや好きなことを続けていくために、フレイル予防の3つのポイントである「栄養、身体活動、社会参加」を毎日の生活に取り入れ、今できることから始めてみましょう。

フレイル予防のための食事のとり方

必要な栄養素をまんべんなくとるためには、多様な食品や料理を食べることが重要です。

Point 1 3食しっかりとりましょう



Point 2 1日2回以上、主食・主菜・副菜を組み合わせて食べましょう



Point 3 いろいろな食品を食べましょう

それぞれの食品に含まれている栄養素は、1種類ではありません。多様な食品を組み合わせて食べることで、必要な栄養素をまんべんなく摂取することができます。

食事のとり方のコツ

- 料理が大変な場合は、市販の総菜や缶詰、レトルト食品なども活用してみましょう。
- バランスの整った配食弁当であれば、主食・主菜・副菜を手軽に組み合わせることができます。

たんぱく質をとるためのひと工夫

- コーヒータイムには豆乳をプラスして豆乳ラテで
- ヨーグルトなど、間食でもたんぱく質が多いものを選んでみましょう
- 缶詰や冷凍食品など、「あと一品」に便利なものは常備を
- お弁当や外食は、おかずの種類が多い定食メニューを選んで、いろいろな食品からたんぱく質をとりましょう



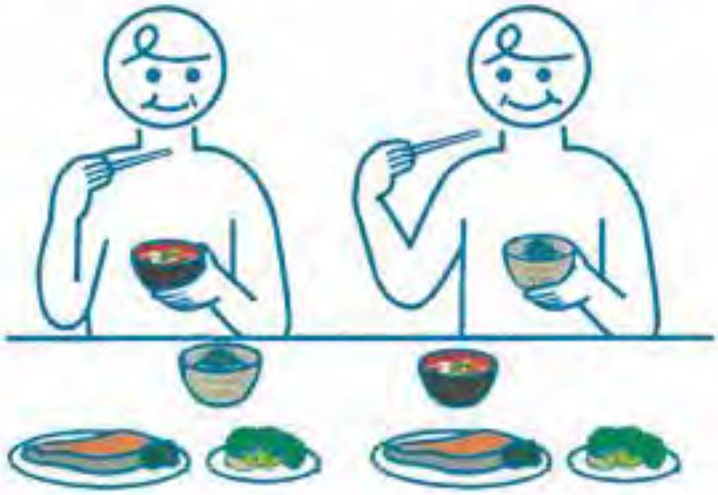
フレイル予防のための「もう一歩」

噛みごたえのある食品を食べましょう

食べる力を維持するために、根菜類など固いものを食べましょう。定期的にお口の状態を確認しましょう。

家族や友人と共食をしましょう

楽しい食事の時間は食欲を増進させます。家族や友達、地域の方と会話をしながら食べましょう。



お問い合わせ　岡谷市介護福祉課　介護予防担当　電話:23-4811　内線:1286

1. いつまでも住み慣れた地域で自分らしく暮らすために

岡谷市では岡谷市在宅医療・介護連携推進協議会(旧:岡谷市在宅医療・介護連携推進検討委員会)を設け、医療と介護の両方を必要とする状態の高齢者の方が住み慣れた地域で、自分らしい暮らしを人生の最期まで続けることができるよう、医療機関と介護事業所等の関係者の連携を推進する取り組みを行っています。

安心して在宅療養が受けられるように、かかりつけ医をはじめ、さまざまな職種が協力・連携し、チームとして療養生活を支えています。

○在宅医療って何？

在宅医療とは、患者さんが生活する自宅や施設※で医療を行うことです。

一般的には、通院困難な患者さんが過ごす自宅へ、医師や看護師などの医療提供者が訪問して医療を継続することです。

※有料老人ホーム、サービス付高齢者向け住宅、グループホームなど

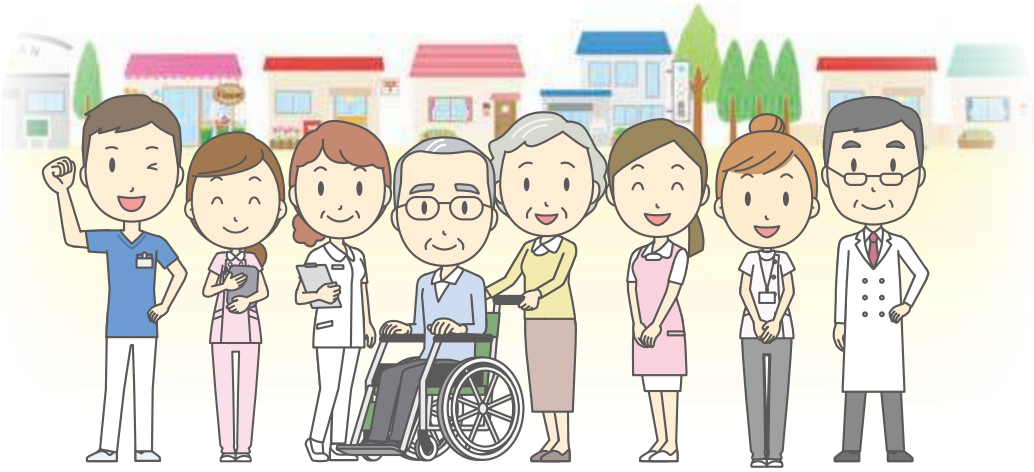
具体的には…

- 病院から退院したあとのケアが必要な方
- 重度の障がい者
- がんの療養管理
- 認知症
- 神経難病
- 足腰が不自由で通院に困難がある方
- 慢性呼吸不全、慢性心不全など労作時呼吸困難がある方　など

○「訪問診療」と「往診」の違い

訪問診療と往診はどちらも在宅医療に含まれます。

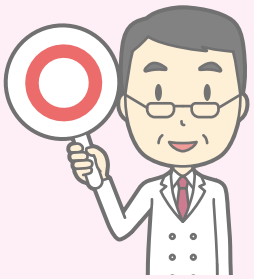
訪問診療	定期的に自宅や施設を訪問して、診察・検査・投薬等をすること。
往　　診	急に具合が悪くなった場合に患者さんやご家族の依頼を受けて、かかりつけ医が自宅や施設まで伺って診察や治療をすること。



○どんな医療が行われるの？

「できること」

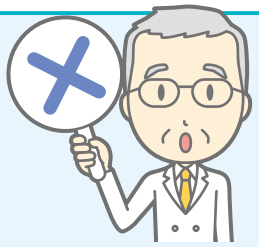
- 診察
- 血液検査
- 心電図
- 人工呼吸器の管理
- 胃ろうなどの経管栄養法
- がんの疼痛管理・化学療法
- 栄養指導
- 薬剤指導
- 酸素療法
- 自己注射　など



※「できること」については、事前に各医療機関にお問合せください。

「できないこと」

- CT検査
- MRI検査
- 全身麻酔手術　　など



○在宅医療の相談はどこにすればいいの？

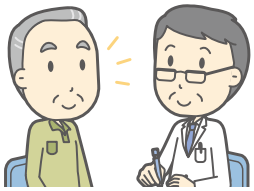
かかりつけ医がいる場合は、まずかかりつけ医にご相談ください。かかりつけ医が訪問診療を行っていない場合は、訪問診療を行っている医療機関を紹介してもらいましょう。
かかりつけ医がいない場合は、ケアマネジャーや地域包括支援センター（市役所介護福祉課内）にご相談ください。

○かかりつけ医を持っていますか？

かかりつけ医とは、健康に関して何でも相談ができ、必要な時は専門の医療機関を紹介してくれる身近にいて頼りになる医師のことです。内科だけでなく、外科、小児科、整形外科、眼科、耳鼻咽喉科などあらゆる科の医師もかかりつけ医なのです。

○あなたの既往歴、すぐに答えられますか?

正確な診断や適切な治療には、過去の病気、手術、アレルギー、服用中の薬など、あなたの医療情報が不可欠です。万が一の緊急時にも役立ちます。



そこでおすすめなのが、お薬手帳の活用や、メモにまとめる習慣です。ご家族にも伝えておくとさらに安心です。今一度、ご自身の既往歴をご確認ください。

※参考：長野県医師会「知っておきたい在宅医療Q＆A」

○医師をはじめ、在宅医療と介護を支える専門職の紹介

医　師

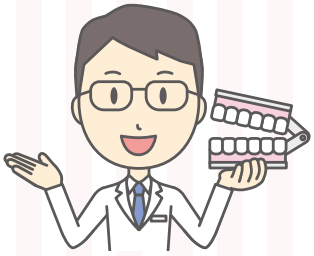
病院や医院への通院が困難な場合や、家で寝たきりの状態で訪問診療を希望される方はご相談ください。医療機関によって対応できる病気や症状、できる診療が異なりますので、必要に応じて専門医を紹介します。
また、認知症かもしれない、などと悩んでいる方がいればご相談ください。



医師、歯科医師、薬剤師、管理栄養士、歯科衛生士によるサービスは、居宅療養管理指導（P23）でも利用できます

歯科医師

歯科治療を受けたいが通院が困難な方のご自宅などに訪問し診療します。
むし歯の治療だけでなく、入れ歯の調整や口腔ケア、歯ぐきの腫れや痛みに対する治療も行うことができます。
口が渇く、むせるなど、嚥下障害のある方もご相談ください。



薬剤師

医師から処方された薬をご自宅などに届け、すべての薬の管理をします。
薬の相互作用や副作用のチェックをし、飲みやすいように一包化したり、お薬カレンダーにセットすることもできます。薬の種類が多くて大変、薬が残ってしまう、薬が飲みにくい、などお悩みの方はご相談ください。



管理栄養士・栄養士

かかりつけ医の指示のもと、ご自宅に訪問し、栄養や食事のお悩みについて必要な情報をお伝えしたり食事療法に関する相談に応じます。
食が細くなった気がする、栄養摂取量が足りているか心配、食べ物が飲み込みにくいなど食事でお困りの時にご相談をお受けします。



歯科衛生士

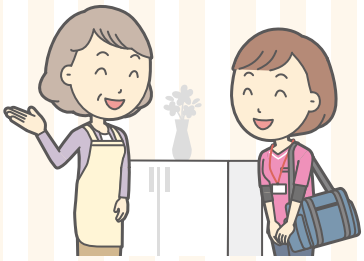
歯科医師の指導のもと、要介護状態や寝たきりの方のご自宅に訪問し、「口から食べる楽しみ」を支えます。
むし歯や歯周病を予防するためのケアや歯みがきの指導をしたり、食べ物の噛み方・飲み込み方（嚥下機能）などお口の機能を維持するための口腔機能訓練を行います。



訪問看護師

かかりつけ医の指示のもと、看護師がご自宅に訪問し、全身状態の観察やカテーテル管理、人工呼吸器管理など必要な処置を行います。筋力低下予防運動、床ずれ防止・床ずれ処置、介護相談、その他さまざまなケアをかかりつけ医や関係機関と連携を取りながらアドバイスします。
また、できる限り住み慣れた家や地域で生活したい人のニーズに応じた看護を提供し、家族の支援も行い、在宅での看取りをサポートします。

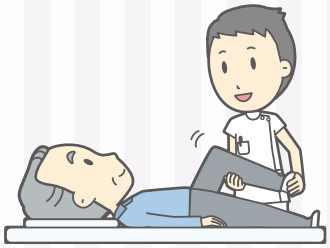
訪問看護サービスは介護保険(P21)や医療保険で利用できます



理学療法士

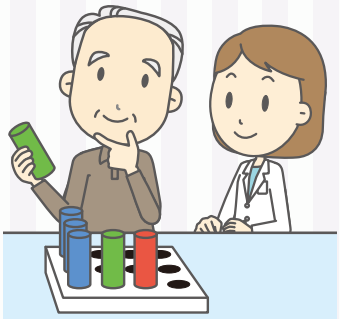
「寝返る」「起き上がる」「座る」「立ち上がる」「歩く」などの日常生活を行う上で基本となる動作の維持・改善のため、運動療法や物理療法（温熱や電気）など必要な技術を用いて自立した日常生活が送れるよう支援します。
住宅改修や杖・車いすなどの福祉用具の提案を行い、暮らしやすい生活を調整します。また、その方の能力を活かした介助方法など、ご家族への指導も行います。

理学療法士、作業療法士、言語聴覚士によるサービスは、訪問リハビリ(P22)や通所リハビリ(P24)などで利用できます



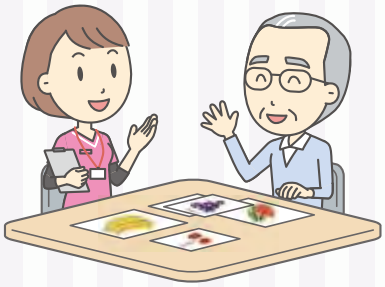
作業療法士

「食事」「トイレ」「更衣」「入浴」「移動」などの基本的な生活動作や、「家事」「買い物」「外出」など在宅生活を行うために必要となる動作に関するリハビリテーションを通じて、豊かに生きるための支援を行うことを専門としています。
在宅の環境設定や福祉用具の選定、認知症がある方の生活に関する相談・指導も行っています。



言語聴覚士

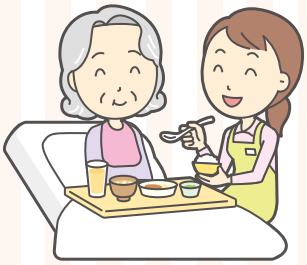
「話す」「聴く」など、ことばによるコミュニケーションに問題のある方や、食事中にむせるなど飲み込みに問題のある方に対して、評価・訓練・指導を行います。
よくむせる、飲み込みにくいなどの症状のある方に、姿勢や食事形態、食べ方など助言、指導を行います。



介護福祉士（ホームヘルパー）

高齢になり生活の中でできないことが増えてきた方や要介護状態の方のご自宅に訪問し、掃除や調理などの生活援助や、食事介助や入浴介助などの身体介護を行い、一人一人の生活状況に応じた支援をします。また、より良い形で日常生活が過ごせるよう身体状況やご自宅の状況に合わせた介助方法を提案・実施します。

訪問介護(P14)で支援が受けられます



ケアマネジャー（介護支援専門員）

病気やケガなどにより介護保険等のサービスを必要とする方が、その方らしい在宅生活ができるように支援します。
ご本人やご家族の相談に乗り、介護保険サービスや医療・福祉サービス、民間のサービスを組み合わせ「ケアプラン」を作成します。
また、サービス事業所だけでなく病院や診療所、行政、地域の方などと連携し、最期までその方とそのご家族の生活を支援します。

居宅介護支援事業者(P12,13)にご相談ください



社会福祉士

病気・介護・障がい・生活困窮・身寄り問題・虐待等に対し、ご相談に応じ、必要な支援や関係機関との連絡調整を行います。
医療機関(病院等)においては『医療ソーシャルワーカー』と呼ばれ、各種サービスの紹介・利用支援、生活面での援助、入退院の調整等を行います。訪問診療(往診)や看取りを希望される方もご相談ください。

成年後見支援制度(P51)などが利用できます



保健師

高齢者に関するさまざまな相談に対し、関係機関と連携し必要な支援に結び付けます。
介護が必要になりサービスを使いたい方や、認知症の家族のことで悩んでいる方など、高齢者に関する心配ごとがありましたらご相談ください。

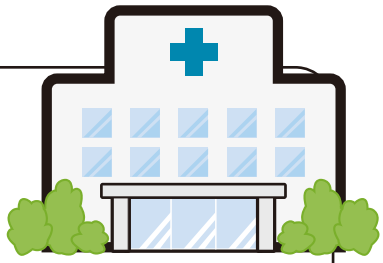


○サービス利用についてのご相談

まずは、介護認定申請(P8)について、相談しましょう

- かかりつけ医、または、かかりつけ医を希望する医療機関
- 岡谷市医師会 …… 22−3870 (代表)
- 岡谷市役所介護福祉課 …… 23−4811 内線：1273、1281～1286
- 岡谷市地域包括支援センター …… 23−2336 (直通)

○もしもの時のために～入院時の備え～



1「入院セット」の準備

普段から下記の書類を一緒のケース等に入れて保管しておき、入院した時は病院に提示してください。

□ 医療保険被保険者証等
(後期高齢者医療被保険者証、健康保険高齢受給者証、国民健康保険被保険者証、身体障害者手帳等)

□ 介護保険被保険者証、介護保険負担割合証（介護認定をお持ちの方）

□ 担当ケアマネジャーの名刺（介護サービスを利用している方）

□ かかりつけ医療機関の診察券等

□ お薬手帳（内服しているお薬も忘れずお持ちください）
お薬や食品などのアレルギー歴や副作用歴のある方は事前にお薬手帳の記入欄へ記載しておきましょう。

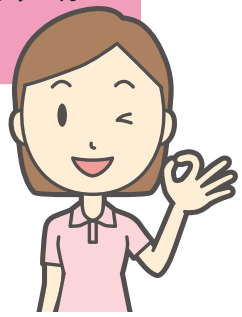


他、病院で案内される必要物品をお持ちください。

2 介護サービスを利用されている方は、次の場合にケアマネジャーへ連絡をお願いします

○ 入院 (転院) した (する) とき
○ 介護保険の認定区分 (要介護度) が変更になったとき
○ 退院に向けて介護サービス内容の変更を希望するとき
○ 退院に向けて住宅改修等を検討するとき
○ 退院予定日がわかったとき

治療方針の説明や同意について、わからないこと、気になったことなどは、ソーシャルワーカーやケアマネジャーに相談してみましょう。



参考：諏訪地域「入退院情報共有例」

○もしもの時のために～自分らしく生きるための人生会議～



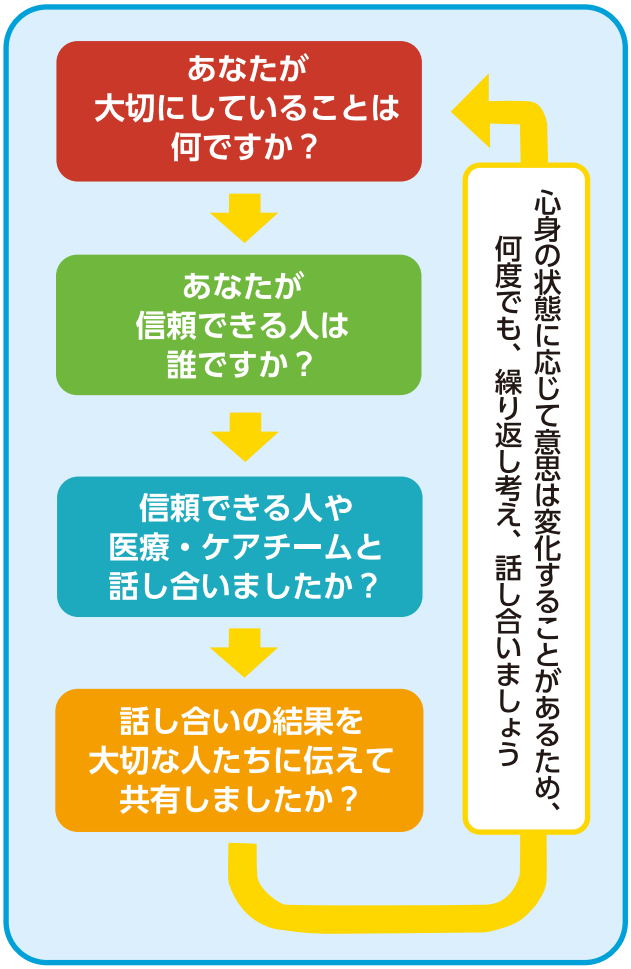
「人生会議」とは、アドバンス・ケア・プランニング（Advance Care Planning）の愛称です。

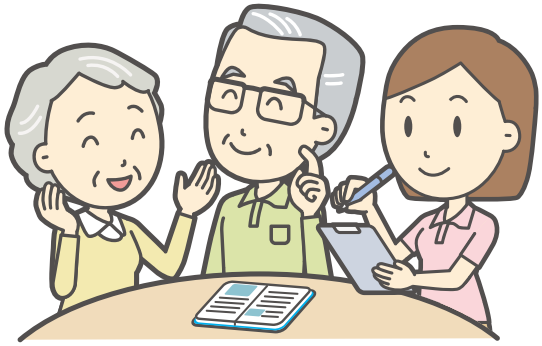
もしもの時のために、自分が望む医療やケアについて前もって考え、信頼できる人たち（家族等や医療・ケアチーム）**と繰り返し話し合うこと**を言います。

病気やケガなどをきっかけに、自分の考えや思いを伝えられなくなった場合に備えて、前もって受ける医療・ケアに対する希望を、家族や医師・ケアチームに伝えておくことは重要なことです。

話し合った内容は、次頁やお好みのエンディングノート等を参考に、書面に残しておきましょう。

話し合いの進めかた（例）





このような話は「縁起でもない」とおっしゃる方も多いと思いますが、冠婚葬祭などのライフイベントをきっかけに話し合うことや、病気の治療が難しくなってきた時に話し合うことは、適切なタイミングの一つです。

あらかじめ、自分の考え方や気持ちを伝えておくことで、もしもの時のご家族や友人の心の負担は軽くなることでしょう。

また、自分の希望や思いが変わった時には、その都度、人生会議を開いて書面に残しましょう。



詳細は、下記ホームページ等を参考にしてください

◆厚生労働省ホームページ

「人生会議」してみませんか　https://www.mhlw.go.jp/stf/newpage_02783.html

人生会議学習サイト　https://www.med.kobe-u.ac.jp/jinsei

◆長野県医師会作成リーフレット等

「知っておきたい在宅医療 Q&A」

ACPの手引き（これからの医療・ケアについて話し合う人生会議を開きましょう）

※参考　厚生労働省ホームページ「人生会議」してみませんか
長野県医師会「知っておきたい在宅医療 Q&A」

自分の老後について考えておきましょう！

元気なうちに、自分がどう暮らしていきたいのか、人生の最期をどう過ごしたいのか、書き残しておきましょう。

わたしにとって…

なじみの場所

行きたい場所

会いたい人は、

一番頼りにしている人は、

自分が判断できなくなった時、「この人の意見を尊重して欲しい」と思う人は、

わたしの好きな（嫌い）なこと

好きなことや話は、　嫌いなことや話は、

わたしがしてきた仕事や得意なことは、

毎日の習慣になっていることは、

大切な思い出は、

好きな食べ物は、　嫌いな食べ物は、

好きな曲（音楽）は、

わたしの今の気持ち

うれしいこと、楽しいことは、

不安や悲しみ、苦しいことは、

やりたいことは、

どこで介護して欲しいか？
□できるだけ自宅を希望する
□施設に入りたい　□家族・親族の判断に任せる

延命治療について
□最期までできる限りの延命治療をしてほしい
□延命治療より苦痛を和らげる治療をしてほしい
□昏睡状態・重篤な脳障害から回復の見込みがなければ延命治療をしないでほしい

人生の最期をどこで過ごしたいか？
□自宅　□施設　□病院　□その他（　　）

加入している保険
《保険会社名》
《種類》
《連絡先・担当者》
※証書保管場所は盗難防止のため口頭で伝えましょう

預貯金のある口座
《金融機関①》
《支店名》

《金融機関②》
《支店名》
※通帳保管場所・口座番号は盗難防止のため口頭で伝えましょう

2. 認知症についての相談

岡谷市地域包括支援センター・岡谷市認知症初期集中支援チーム

相談窓口　岡谷市幸町8-1（市役所　介護福祉課内）　TEL:0266-23-2336（直通）

認知症初期集中支援チームによるサポート

認知症の方（疑いがある方）やその家族を医療や介護の専門職であるチーム員が訪問し、困りごとや心配事の確認をします。病院受診や介護保険サービスの利用など、主治医の先生と連携しながら、ご本人やご家族に合わせたサポートを行います。

対象となる方

●40歳以上で、自宅で生活していて、認知症の症状などでお困りの方
たとえば…
◇認知症の診断を受けたいが、受診を拒否している・・・
◇認知症の治療を中断している・・・
◇介護サービスを利用したいけどできない・・・
◇認知症の症状が強くて、介護に困っている・・・



まずは気になる項目にチェック！☑



☐ 同じことを何度も質問したり、確認したりする。



☐ 約束をよく忘れるようになった。



☐ 物の置忘れやしまい忘れが目立つようになった。



☐ 物の名前が出てこなくなった

複数のチェック☑がついたら
一人で悩まずに、まずは
「地域包括支援センター」
にご相談下さい。
相談から支援まで無料です。



☐ 家に閉じこもることが多くなった。



☐ 薬の飲み忘れが多くなった。



☐ 以前は好きだったものへの興味が薄れてきた。



☐ 鍋を焦がしたりするようになった。

認知症サポーター養成講座

認知症サポーターは、認知症について正しい知識と理解をもって認知症の人や家族を暖かく見守り、手助けをする応援者です。受講時間は90分です。地域や職域の場などで受講を希望する場合は地域包括支援センターにご連絡下さい。

認知症の受診ができる病院機関（岡谷市内）

医療機関	診療科	住　所	電話番号	備　考
岡谷市民病院	精神科 脳神経内科 シニアこころ診療科	岡谷市本町 4-11-3	23-8000	詳しくは直接病院にお問い合わせいただくか、各病院のホームページをご覧ください。
諏訪湖畔病院	精神科 脳神経内科	岡谷市長地小萩1-11-30	27-5500	

認知症の方の通所できる医療デイケア（岡谷市内）

名　称	医療機関	連絡先	電話番号	備　考
精神科デイケア かりん	諏訪湖畔病院	岡谷市長地小萩 1-11-30	27-5500	高齢のうつや不安症、認知症の方が対象。動作は自立しているが、生活に不安がある方など。
認知症デイケア 福寿草				認知症が進んだ方が対象。家庭で見守りが困難、各動作の見守り～中等度介助が必要な方。

※介護保険サービスとの併用が可能。精神科受診が必要です。詳細はお問い合わせください。

認知症の方や認知症の家族が交流できる場

名　称	場　所	連絡先	備　考
すわミーティング	あざみ胃腸科クリニック 住所：下諏訪町西赤砂 4342-6	宅老所和が家 電話：24-3708 担当：伊藤	毎月第2土曜日 14：00～15：30 ※開催日・開催場所は事前に要確認 参加費100円（お茶代）
オレンジカフェ 小井川	小井川区民会館 住所：岡谷市加茂町4-6-1	電話：22-2755	毎月第3月曜日 14：00～16：00 参加費無料•小井川区の方限定
認知症の人と家族の会 「あざみの会」	あざみ胃腸科クリニック 住所：下諏訪町西赤砂 4342-6	世話人:小笠原裕子 電話： 090-5779-3210	毎月第1・第3水曜日 ※開催日は事前に要確認 14：00～15：00 参加費100円（お茶代）

若年性認知症についての相談窓口

名　称	連絡先	備　考
若年性認知症コール センター	認知症の人と家族の会 長野県支部 0263-31-5006	長野県の相談窓口 受付時間：午後1時～午後8時 月～金曜日(年末年始•祝日を除く)
長野県若年性認知症 支援コーディネーター	宅老所和が家 0266-24-3708 担当：伊藤	若年性認知症の人、一人一人の状況に応じた適切な支援が受けられるよう、必要な制度やサービスなどの紹介、関係機関との連絡調整などを行うコーディネーターです。

その他の主な認知症の相談窓口

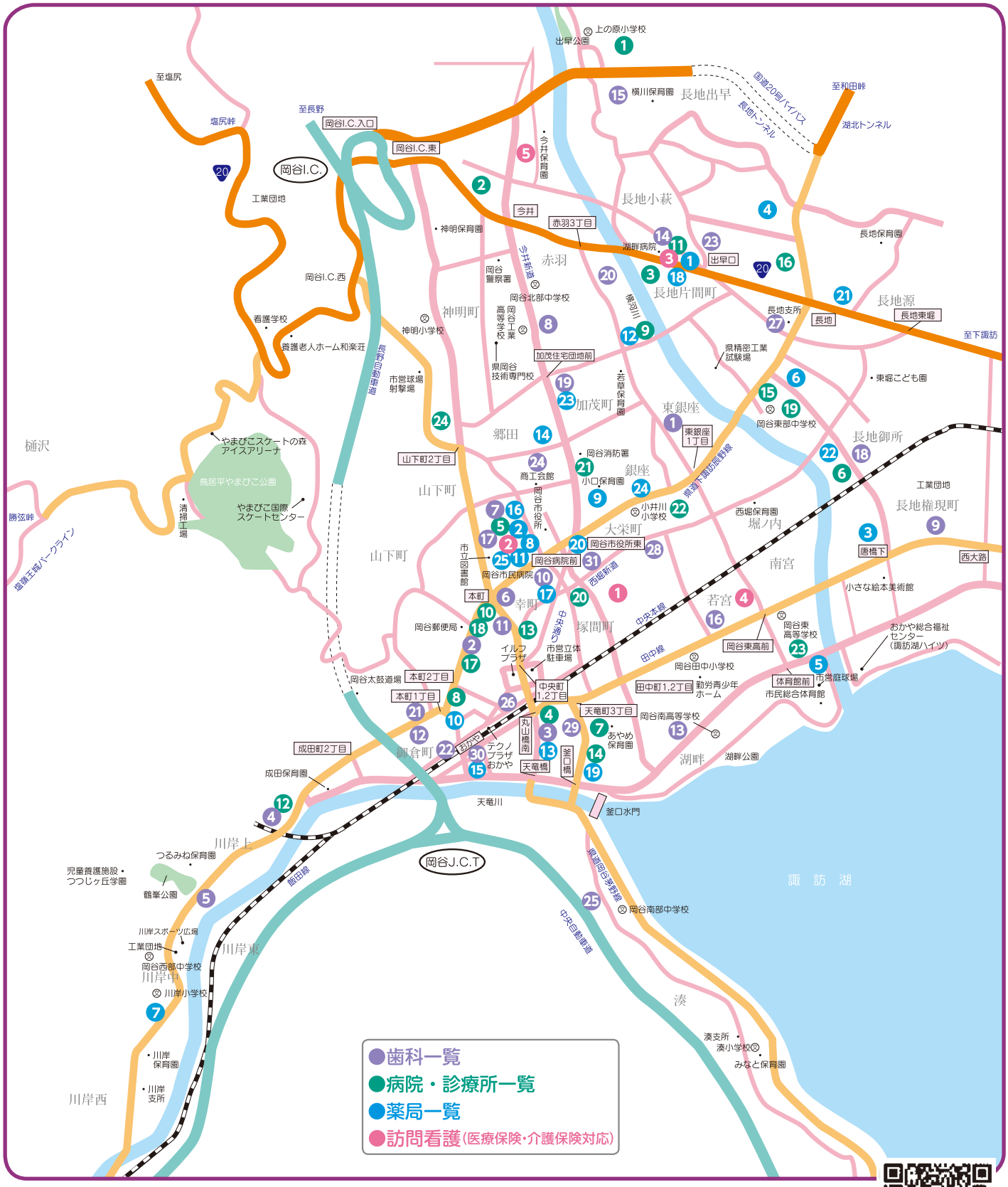
認知症の人の介護をしている仲間と情報交換をしたい。

名　称	連絡先	備　考
認知症の人と家族の会　長野県支部	026-293-0379	受付時間：午前9時～12時 （月曜日から金曜日）

※受付時間等が変更する場合があります。詳しくはお問い合わせください。

※令和8年6月時点の情報です。

医療機関等ガイドマップ



介護サービスを利用するには、要介護認定等を受ける必要があります。ご相談はこちらへ。

高齢者の相談窓口 **岡谷市地域包括支援センター**

(岡谷市役所介護福祉課内) ☎0266-23-2336 (直通)

歯科一覧

地図番号	事業者名
1	医療法人 アポロ歯科医院
2	アルプス矯正・小児歯科クリニック
3	牛山医院歯科
4	浦野歯科医院
5	医療法人紘祐会 大滝歯科医院
6	太田歯科医院
7	岡谷市民病院
8	おかやスマイル歯科クリニック
9	小口歯科第2クリニック
10	笠原歯科医院
11	栗田歯科医院
12	ジュンデンタルクリニック
13	スマイル歯科医院
14	諏訪湖畔病院 歯科　歯科口腔外科
15	早出歯科医院
16	たちばな歯科医院
17	中村歯科医院
18	医療法人ＮＤＡ なわ歯科医院
19	南信堂歯科医院
20	はつお歯科クリニック
21	藤岡歯科医院
22	藤森医院歯科
23	ホワイト歯科医院
24	三井歯科医院

歯科一覧

地図番号	事業者名
25	湊歯科医院
26	医療法人　清慈会 宮坂歯科診療所
27	医療法人 ももデンタルクリニック
28	山岡歯科医院
29	医療法人 山田歯科医院
30	ララ歯科医院
31	レイクウォーク歯科クリニック

病院・診療所一覧

地図番号	事業者名
1	出早クリニック
2	今井内科胃腸科クリニック
3	イマムラ脳神経外科クリニック
4	牛山医院
5	岡谷市民病院
6	尾澤内科・脳神経内科クリニック
7	釜口医院
8	酒井医院
9	さくら並木クリニック
10	サツマ外科医院
11	諏訪湖畔病院
12	つるみね共立診療所
13	野村ウィメンズクリニック
14	医療法人　花岡医院

病院・診療所一覧

地図番号	事業者名
15	林眼科醫院
16	林内科・循環器科クリニック
17	春山眼科医院
18	平林医院
19	宮内皮膚科クリニック
20	向山内科医院
21	メンタルクリニックおかや
22	山崎医院
23	祐愛病院
24	よねやま内科クリニック

薬局一覧

地図番号	事業者名
1	アイビー薬局
2	アイン岡谷薬局
3	ウエルシア薬局 岡谷長地店
4	ウエルシア薬局 岡谷長地北店
5	おがわ薬局
6	長地中央薬局
7	川岸薬局
8	クラフトさくら薬局 岡谷店
9	コスモファーマ 岡谷薬局
10	湖北堂薬局
11	しなの調剤薬局
12	しなの調剤薬局 赤羽店

薬局一覧

地図番号	事業者名
13	しなの調剤薬局 天竜店
14	スギ薬局岡谷店
15	スギ薬局岡谷南店
16	日本調剤　岡谷薬局
17	一二三堂薬局
18	マツモトキヨシ 岡谷長地店
19	マツモトキヨシ 岡谷天竜町店
20	マツモトキヨシ レイクウォーク岡谷店
21	御子柴薬局
22	もみじ薬局
23	矢崎薬局
24	山一小口薬局
25	やまびこ薬局

訪問看護
（医療保険・介護保険対応）

地図番号	事業者名
1	アクア岡谷 訪問看護ステーション
2	岡谷市訪問看護ステーション
3	訪問看護ステーション おさち
4	やさしい手わかみや 訪問看護ステーション
5	訪問看護ステーション エール

歯科一覧

※一部略称で表記しています。※掲載は50音順です。　○ 可、× 不可、△ 応相談

地図番号	事業者名	電話・住所・FAX	受付時間	休診日	在宅診療
①	医療法人 アポロ歯科医院	☎ 23-8100 東銀座 2-8-33　FAX.22-9906	9:00 ～12:30、14:30 ～ 18:00	木、日、祝 ※祝日を含む週は、 木曜診療致します	○
②	アルプス矯正・ 小児歯科クリニック	☎ 55-4477 本町 2-3-4　FAX.55-4477	8:30 ～12:30、14:30 ～ 18:30	日、祝、木・土午後	○
③	牛山医院歯科	☎ 22-6422 天竜町 3-2-23　FAX.22-6422	9:00 ～12:00、13:00 ～ 18:30	日、祝、土午後	△
④	浦野歯科医院	☎ 22-2854 川岸上 1-22-14　FAX.24-0435	(平日) 9:00～11:30、 14:00～18:00 (土) 9:00～12:30	日、祝、土午後（月に１回は全日休診） 第2木曜と次週の水曜、第4木曜と次週の水曜 ※平日に祝日等がある場合は、診療日となります。 詳細については、ホームページにて確認をお願いします。	△
⑤	医療法人紘祐会 大滝歯科医院	☎ 22-5678 川岸上 3-2-2　FAX.22-5703	9:00 ～12:30、14:30 ～ 18:00	日、祝、土午後	○
⑥	太田歯科医院	☎ 22-4648 本町 4-5-6　FAX.23-0730	9:00 ～12:30、14:00 ～ 18:00	日、祝、木・土午後	△
⑦	岡谷市民病院	☎ 23-8000 本町 4-11-33　FAX.23-0818	8:30 ～17:15 ※紹介状が必要です	土、日、祝 12/29 ～ 1/3	×
⑧	おかやスマイル歯科 クリニック	☎ 78-3707 岡谷市赤羽1-4-1　FAX.78-3708	9:00 ～13:00、14:15 ～ 18:00 (土は17:00まで)	日、祝、木 ※祝日を含む週は 振替診療あり	△
⑨	小口歯科第２クリニック	☎ 28-2883 長地権現町2-1-56　FAX.28-8596	8:30 ～12:00、15:00 ～ 18:00	日、祝、土午後	○
⑩	笠原歯科医院	☎ 22-2837 本町 4-12-17　FAX.22-2837	9:00 ～12:00、14:30 ～ 18:30	日、祝、土午後	○
⑪	栗田歯科医院	☎ 24-5756 本町 3-11-12　FAX.24-5753	9:00 ～12:00、14:30 ～ 18:00	日、祝、水・土午後	○
⑫	ジュンデンタル クリニック	☎ 24-8220 御倉町 2-26　FAX.24-8220	9:00 ～12:00、14:00 ～ 18:00	日、祝、土午後	○
⑬	スマイル歯科医院	☎ 24-0315 湖畔 3-2-9　FAX.24-0315	9:00 ～13:00、14:30～18:00	木、日、祝 ※祝日を含む週は、 木曜診療致します	△
⑭	諏訪湖畔病院 歯科 歯科口腔外科	☎ 27-5500 長地小萩1-11-30　FAX.28-7012	8:30 ～17:00	木、日、祝	×
⑮	早出歯科医院	☎ 28-0024 長地出早3-3-19　FAX.28-0024	9:00 ～11:00、14:00 ～ 17:00	日、祝、土午後	△
⑯	たちばな歯科医院	☎ 22-1228 若宮 1-2-19　FAX.22-1228	9:00 ～12:00、14:00 ～ 18:00	土、日、祝	○
⑰	中村歯科医院	☎ 24-1212 本町 4-1-4　FAX.24-1211	8:50 ～11:30 ※午後は完全予約	木、日、祝	×
⑱	医療法人 NDA なわ歯科医院	☎ 26-0648 長地御所 1-8-6　FAX.26-0649	9:00 ～13:00、14:30 ～ 18:30	日、祝	○
⑲	南信堂歯科医院	☎ 22-3341 加茂町 2-16-12　FAX.22-0769	9:00 ～12:00、15:00 ～ 18:00	日、祝、土午後	○
⑳	はつお歯科クリニック	☎ 23-8345 赤羽 3-11-4　FAX.22-8842	9:00 ～12:00、13:30 ～ 18:00	日、祝、土午後	○
㉑	藤岡歯科医院	☎ 22-2138 本町 1-11-44　FAX.22-2139	8:30 ～12:00、15:00 ～ 18:00	日、祝、土午後	△
㉒	藤森医院歯科	☎ 22-1829 本町 1-3-5　FAX.22-1779	8:30 ～12:30、14:00 ～ 18:00	日、祝、土午後	○
㉓	ホワイト歯科医院	☎ 28-2635 長地小萩 3-4-6　FAX.28-2635	9:00 ～12:30、15:00 ～ 18:00 (土) 9:00 ～ 12:00	日、祝、土午後	×
㉔	三井歯科医院	☎ 23-8427 郷田 1-4-37　FAX.78-9033	9:00 ～12:30、14:30 ～ 18:30	木、日、祝 ※祝日を含む週は、 木曜診療致します	○
㉕	湊歯科医院	☎ 78-7618 湊 1-17-15　FAX.78-7641	9:30 ～13:00、14:30 ～ 18:00	木、日、祝	○
㉖	医療法人 清慈会 宮坂歯科診療所	☎ 22-7275 中央町 1-9-2　FAX.22-7275	9:00 ～12:00、15:00 ～ 18:00	日、祝、土午後	○
㉗	医療法人 ももデンタルクリニック	☎ 28-0333 長地柴宮2-14-40　FAX.78-0081	8:30 ～18:30	日、祝、 第２・４・５土	○

歯科一覧

地図番号	事業者名	電話・住所・FAX	受付時間	休診日	在宅診療
28	山岡歯科医院	☎ 22-2472 塚間町 2-3-4　FAX.22-2472	9:00 ～ 18:00、(土)9:00～12:00	日、祝、土午後	○
29	医療法人 山田歯科医院	☎ 22-2131 天竜町 3-14-5　FAX.24-2301	8:30 ～ 13:00、14:00 ～ 17:30	日、祝 木・土午後	△
30	ララ歯科医院	☎ 21-1555 天竜町 1-3-15　FAX.21-1551	9:00 ～ 11:30、15:00 ～ 17:00	日、祝、土午後	×
31	レイクウォーク歯科クリニック	☎ 75-1244 銀座 1-1-5　FAX.75-1260	9:00 ～ 12:00、14:00 ～ 19:30	木	○

訪問歯科診療相談窓口

岡谷下諏訪歯科医師会　☎23-8320　受付時間 13：00～17：00
かかりつけ歯科医院がない場合、訪問歯科診療を受け付けております。お気軽にお電話ください。

病院・診療所一覧

地図番号	事業者名	電話・住所・FAX	診療科目・受付時間	休診日	在宅診療	看取り
1	出早クリニック	☎ 78-8152 長地出早2-4-6　FAX.78-8153	内科、小児科 9:00 ～ 12:00、15:00 ～ 17:00	土、日、祝	○	○
2	今井内科胃腸科クリニック	☎ 24-8688 今井 1211　FAX.24-4388	内科、胃腸科、小児科 8:30 ～ 11:30、15:00 ～ 17:30	日、祝、土午後	○	△
3	イマムラ脳神経外科クリニック	☎ 27-0019 長地片間町2-1-7　FAX.27-0046	脳神経外科 8:30 ～ 17:30（土）8:30 ～ 12:00	木、日、祝	△	△
4	牛山医院	☎ 78-1192 天竜町 3-2-23	内科、小児科 8:30 ～ 12:00、15:00 ～ 18:00	木、日、祝 土午後	○	△
5	岡谷市民病院	☎ 23-8000 本町 4-11-33　FAX.23-0818 内科、呼吸器内科、循環器内科、消化器内科、糖尿病・内分泌代謝内科、脳神経内科、腎臓内科、腫瘍内科、外科、呼吸器外科、心臓血管外科、消化器外科、肝胆膵外科、乳腺外科、小児外科、整形外科、精神科、リウマチ科、小児科、皮膚科、泌尿器科、耳鼻咽喉科・頭頸部外科、産婦人科、眼科、リハビリテーション科、心療内科、病理診断科、麻酔科、緩和ケア内科、歯科口腔外科	8:30 ～ 17:15	土、日、祝 12/29 ～ 1/3	○	△
6	尾澤内科･脳神経内科クリニック	☎ 75-2281 長地御所1-4-47　FAX.75-2271	内科、脳神経内科 9:00 ～ 12:00、15:00 ～ 18:00	日､祝､月･土午後	△	△
7	釜口医院	☎ 22-2089 天竜町 3-12-22　FAX.23-8656	内科 9:00 ～ 12:00、16:00 ～ 18:00	日、祝、土午後 第２・第５土	○	○
8	酒井医院	☎ 22-2121 本町 2-1-2　FAX.22-1112	内科、胃腸内科、小児科 8:30 ～ 12:00、15:30 ～ 18:00	日、祝 水・土午後	○	○
9	さくら並木クリニック	☎ 78-7876 赤羽3-7-55　FAX.78-7871	内科、消化器内科、外科 (月･木･土)9:00～12:00､15:00～18:30 (火･金)　9:00～11:30､15:00～18:30	水、日、祝	○	○
10	サツマ外科医院	☎ 22-5180 本町 3-10-7　FAX.22-6983	内科、外科 9:00 ～ 12:00、16:00 ～ 18:00	日、祝、土午後	△	△
11	諏訪湖畔病院	☎ 27-5500 長地小萩1-11-30 FAX.28-7012 一般内科､循環器内科､脳神経内科､心療内科､消化器内科､脳神経外科､精神科､整形外科､泌尿器科､リハビリテーション科､歯科・歯科口腔外科	8:30 ～ 17:00 （外来受付は 8:00 ～ 11:00）	木、日、祝	○	○
12	つるみね共立診療所	☎ 22-6680 川岸上 1-22-21　FAX.24-3573	内科、心療内科 (月・火・木・金）8:30 ～ 18:00、 (水・土）8:30 ～ 12:00	日､祝､水･土午後 第５土	○	○

病院・診療所一覧

地図番号	事業者名	電話・住所・FAX	診療科目・受付時間	休診日	在宅診療	看取り
⑬	野村ウィメンズクリニック	☎ 24-1103 中央町 3-1-36　FAX.21-1882	婦人科、女性内科、産科 9:00～12:00、(初診)15:00～17:15 (再診)15:00～17:30	日、祝 木・土午後	×	×
⑭	医療法人 花岡医院	☎ 22-3525 天竜町 3-20-28　FAX.22-7939	内科 9:00～12:00、16:00～18:00	第1・3・5土、日 祝、土午後	△	△
⑮	林眼科醫院	☎ 28-6596 長地柴宮 1-2-41　FAX.28-8022	眼科 (月・火・水・金) 8:30～11:00、14:30～17:30 (木) 8:30～11:00 (土) 8:30～12:00	日、祝 木・土午後	△	×
⑯	林内科・循環器科クリニック	☎ 26-8100 長地小萩3-12-24　FAX.26-8105	内科、小児科、循環器科、呼吸器科、消化器科 (月・火・水・金) 9:00～12:00、15:00～17:00 (木)9:00～12:00、(土)9:00～11:30	日、祝 木・土午後	○	○
⑰	春山眼科医院	☎ 21-2525 本町 2-3-2　FAX.21-2521	眼科 9:00～12:00、15:00～18:00	日、祝 水・土午後	×	×
⑱	平林医院	☎ 22-3952 本町 2-5-2　FAX.23-6184	内科、美容皮膚科（自由診療） (火)9:30～11:00 オンライン診療:(月・金)17:30～(水・木)16:10～ ※オンライン診療は要予約	土、日、祝 火午後、 月・水・木・金午前	×	×
⑲	宮内皮膚科クリニック	☎ 27-4970 長地柴宮1-16-18　FAX.27-0377	皮膚科、アレルギー科 9:00～11:30、15:00～18:00	木、日、祝、土午後	×	×
⑳	向山内科医院	☎ 23-6272 塚間町 1-2-20	内科 9:00～11:45、15:45～17:45	日、祝 水・土午後	×	×
㉑	メンタルクリニックおかや	☎ 78-6300 加茂町 1-1-2　FAX.22-6310	精神科、心療内科 8:30～12:30、14:00～18:00	木、日、祝 ※祝日を含む週は、 木曜診療致します	×	×
㉒	山崎医院	☎ 22-3287 東銀座 1-8-19	内科、小児科 9:00～12:00、16:00～18:00	日、祝、土	○	○
㉓	祐愛病院	☎ 23-0222 南宮 2-2-34　FAX.23-1156	内科、整形外科、胃腸科、外科、 形成外科、脳神経外科 8:30～12:30、15:30～18:00	日、祝、土午後 8/14～ 8/16 12/30～1/3	○	○
㉔	よねやま内科クリニック	☎ 22-8863 神明町 1-2-11	内科、胃腸内科 8:40～11:30、15:40～17:30	木、日、祝、土午後	△	△

薬局一覧

地図番号	事業者名	電話・住所・FAX	受付時間	休業日	配達	麻薬取扱	衛生材料対応	点滴注射剤対応
①	アイビー薬局	☎ 26-1670 長地小萩1-12-1　FAX.26-1671	9:00～18:00	日、祝	△	○	×	×
②	アイン岡谷薬局	☎ 23-2808 本町 4-11-5　FAX.23-2444	9:00～18:00 (土) 9:00～13:00	日、祝、土午後	△	○	○	×
③	ウエルシア薬局岡谷長地店	☎ 26-2510 長地権現町1-7-32　FAX.26-2513	(月～土) 9:00～19:00 (日)・(祝) 10:00～14:00 15:00～19:00	1/1～1/3	○	○	○	○
④	ウエルシア薬局岡谷長地北店	☎ 26-0117 長地梨久保1-6-40　FAX.26-0118	9:30～19:00 (土) 9:30～14:00	日、祝	○	○	○	○
⑤	おがわ薬局	☎ 78-6506 湖畔 4-3-19-1　FAX.78-6507	9:00～18:00 (土) 9:00～12:30	日、祝、土午後	○	○	△	○
⑥	長地中央薬局	☎ 26-2522 長地柴宮1-18-13　FAX.26-2523	9:00～18:30	日、祝、土午後	△	○	○	×
⑦	川岸薬局	☎ 24-3103 川岸上 3-2-4　FAX.24-3104	9:00～18:00 (土)9:00～13:00	日、祝、年末年始	△	○	△	×

薬局一覧

地図番号	事業者名	電話・住所・FAX	受付時間	休業日	配達	麻薬取扱	衛生材料対応	点滴注射剤対応
⑧	クラフトさくら薬局 岡谷店	☎ 21-2301 本町 4-11-32 FAX.21-2302	9:00 ～ 17:00	土、日、祝	△	○	△	×
⑨	コスモファーマ 岡谷薬局	☎ 78-8023 銀座 1-3-14 FAX.78-8083	9:00 ～ 13:00、14:30 ～ 18:30	日、祝 木・土午後 お盆、年末年始	△	○	○	×
⑩	湖北堂薬局	☎ 22-2325 本町 1-5-10 FAX.22-4902	9:00 ～ 18:30 (土)9:00 ～13:00	日、祝、土午後	△	○		×
⑪	しなの調剤薬局	☎ 75-5993 本町 4-11-3 FAX.75-5994	9:00 ～ 18:00	土、日、祝	△	○	○	×
⑫	しなの調剤薬局 赤羽店	☎ 75-2808 赤羽3-7-1 FAX.75-2809	9:00 ～ 18:30	水、日、祝	△	○	△	△
⑬	しなの調剤薬局 天竜店	☎ 75-5480 天竜町 3-2-22 FAX.75-5484	(月･火･水･金) 8:30 ～ 18:30 (土) 9:00 ～ 13:00	木、日、祝	○	○	△	×
⑭	スギ薬局 岡谷店	☎ 78-8472 郷田2-1-3 FAX.78-8473	10:00 ～ 14:00 15:00 ～ 19:00	土、日、祝	○	○	○	×
⑮	スギ薬局 岡谷南店	☎ 75-5617 天竜町1-2-31 FAX.75-5618	(月･火･水･金) 9:30～13:00 14:00～19:00 (土) 9:30～13:00 14:00～16:30	木、日、祝	○	△	○	×
⑯	日本調剤 岡谷薬局	☎ 21-1175 本町 4-11-6 FAX.21-1176	9:00 ～ 19:00	土午後、日、祝	○	○	△	△
⑰	一二三堂薬局	☎ 22-2915 幸町 2-20 FAX.22-2915	9:00 ～ 19:00	水	△	×	△	×
⑱	マツモトキヨシ 岡谷長地店	☎ 26-3530 長地片間町2-5-26 FAX.26-3531	9:00 ～ 19:00 (土)9:00～14:00	日、祝、土午後 12/31～1/3	×	○	○	×
⑲	マツモトキヨシ 岡谷天竜町店	☎ 24-1801 天竜町3-5221-1 FAX.23-0504	9:00 ～ 18:30 (土)9:00～14:00	日、祝、土午後 12/29 ～ 1/3	△	○	○	△
⑳	マツモトキヨシ レイクウォーク岡谷店	☎ 21-1080 銀座 1-1-5 FAX.21-1081	9:00 ～ 18:30	日、祝 12/31 ～ 1/3	×	○	○	×
㉑	御子柴薬局	☎ 27-7056 長地源 2-1-22 FAX.28-4544	9:00 ～ 18:00	日、祝 不定休あり	△	△	×	×
㉒	もみじ薬局	☎ 75-2363 長地御所1-4-46 FAX.75-2364	(月～金) 9:00 ～ 18:00 (土) 9:00 ～ 13:00	日、祝	○	○	○	△
㉓	矢崎薬局	☎ 23-7125 加茂町 2-16-3 FAX.23-6668	9:00 ～ 18:00	日、祝、土午後 8/15・8/16 12/30 ～ 1/3	△	△	△	×
㉔	山一小口薬局	☎ 23-2206 銀座 2-8-12 FAX.23-2206	9:00 ～ 19:00 (土)9:00 ～13:00	日、祝、土午後	△	×	△	×
㉕	やまびこ薬局	☎ 21-2144 本町 4-11-36 FAX.21-2143	(月～金) 8:45 ～ 18:00 (土) 9:00 ～ 13:00	日、祝 12/29 ～ 1/3	△	○	△	×

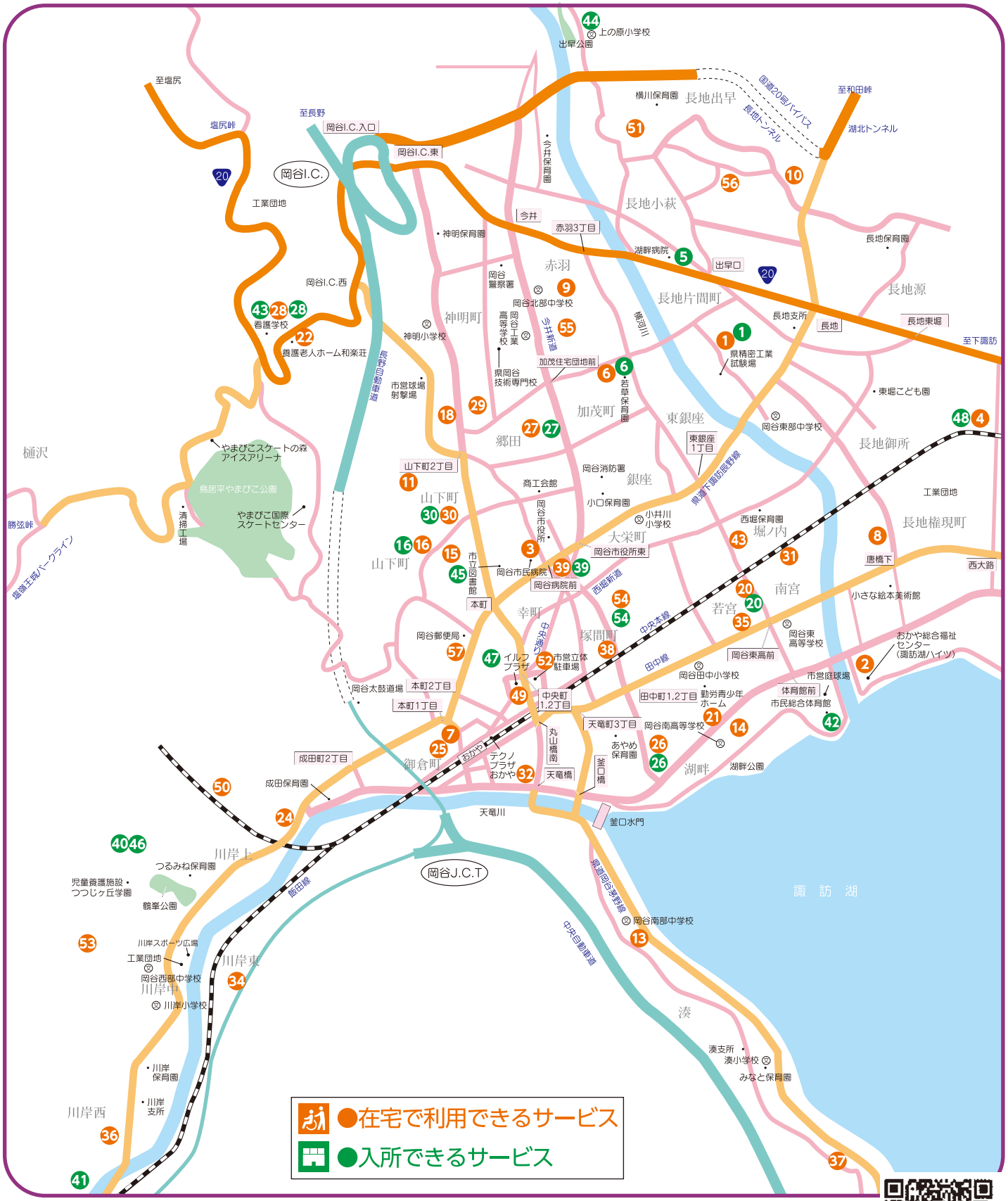
訪問看護（医療保険・介護保険対応）

地図番号	事業者名	電話・住所・FAX	受付時間	休業日
①	アクア岡谷 訪問看護ステーション	☎ 78-6199 塚間町2-4-1 FAX.78-6299	8:30～17:15	なし
②	岡谷市訪問看護ステーション	☎ 23-2000 本町4-11-33 FAX.78-3623	8:30～17:15	土、日、祝、12/29 ～1/3
③	訪問看護ステーション おさち	☎ 27-0852 長地小萩1-11-30 FAX.27-0852	8:30～17:15	日、8/14～8/16、12/30～1/3
④	やさしい手わかみや 訪問看護ステーション	☎ 75-2366 若宮 1-5-27 FAX.75-2367	9:00～18:00	なし
⑤	訪問看護ステーション エール	☎ 080-4857-4922 岡谷市1873-4	8:30～17:15	なし

※「祝日」は振替休日を含みます。※「休診」「休業日」について、ゴールデンウィーク、お盆期間、年末年始等はこの限りではありません。

岡谷市在宅医療介護ガイドマップ

介護事業所等ガイドマップ



介護サービスを利用するには、要介護認定等を受ける必要があります。ご相談はこちらへ。

高齢者の相談窓口 **岡谷市地域包括支援センター**
（岡谷市役所介護福祉課内） ☎0266-23-2336（直通）

在宅医療介護マップ

入所できるサービス　在宅で利用できるサービス

介護老人福祉施設（特別養護老人ホーム）

地図番号	事業者名
28	さわらび
43	松風（しょうふう）
44	洗心荘
6	第2 グレイスフル岡谷
1	ウェルハートおかや（サテライト）

介護老人保健施設

地図番号	事業者名
6	第2 グレイスフル岡谷
5	白寿荘

介護医療院

地図番号	事業者名
5	諏訪湖畔病院 介護医療院

特定施設入居者生活介護（介護付有料老人ホーム）

地図番号	事業者名
45	イリーゼ岡谷
16	おはな和が家
46	ケアハウス高尾
5	「さつき」
27	さわやか絹の郷信州おかや
47	ツクイ・サンシャイン岡谷

住宅型有料老人ホーム

地図番号	事業者名
48	シニアホーム風の家
6	第2 グレイスフル岡谷
30	ホープ
54	アクアホーム岡谷塚間

サービス付高齢者向け住宅

地図番号	事業者名
20	やさしえ　わかみや

軽費老人ホーム

地図番号	事業者名
46	ケアハウス高尾

認知症対応型共同生活介護（グループホーム）

地図番号	事業者名
39	愛の家 岡谷幸町
26	グレイスフル岡谷
28	さわらび
40	高尾
41	ニチイケアセンター川岸夏明
42	風薫（ふうか）
27	ほほえみ絹の郷

居宅介護支援事業所

地図番号	事業者名
2	岡谷市社会福祉協議会
3	岡谷市民病院
4	きずな
50	さくら
5	諏訪湖畔病院
8	ニチイケアセンターおかや
11	ほーぷ
43	やさしい手 わかみや
12	湯けむり
13	和縁（わえん）

小規模多機能型居宅介護

地図番号	事業者名
6	第2 グレイスフル岡谷
14	宅老所 和が家
10	梨久保
15	和が家 日和
16	和が家 間下(サテライト)
36	和が家 新倉(サテライト)

看護小規模多機能型居宅介護

地図番号	事業者名
20	かえりえわかみや
25	いこいっぽ

定期巡回・随時対応型訪問介護看護

地図番号	事業者名
15	定期巡回ケアステーション和が家

訪問介護（ホームヘルプ）

地図番号	事業者名
54	アクア岡谷
2	岡谷市社会福祉協議会
4	そよかぜ
52	つくしんぼ
53	ツバメの巣
18	てまり
8	ニチイケアセンターおかや
11	ホープ
55	訪問リフアクト
20	やさしい手 わかみや
13	和縁（わえん）
21	わかば
15	和が家 ヘルパーステーション
22	和楽（わらく）

訪問型サービスA（安価なホームヘルプ）

地図番号	事業者名
2	岡谷市社会福祉協議会
18	てまり
20	やさしい手 わかみや
21	わかば
15	和が家 ヘルパーステーション

訪問入浴介護

地図番号	事業者名
8	ニチイケアセンターおかや

訪問リハビリテーション

地図番号	事業者名
3	岡谷市民病院
5	諏訪湖畔病院リハビリテーション
24	つるみね共立診療所

通所介護（デイサービス）

地図番号	事業者名
1	デイサービスセンター ウェルハートおかや
26	グレイスフル岡谷
27	さわやか絹の郷信州おかや
28	さわらび
51	たんぽぽの家長地出早
7	ツクイ岡谷
18	てまり
29	なごやか岡谷
8	ニチイケアセンターおかや
9	パセオおかや
49	ひかりサロン wagaya
30	ホープ岡谷
31	ほがら家 南宮
32	めだかの学校
25	由楽里ハウス
34	リハビリデイサービスいずみ橋原
35	リハビリデイサービス wagaya 岡谷店
37	私をデイに連れてって
56	リハビリスタジオなないろ
57	ヒラックス岡谷

通所型サービスA（安価なデイサービス）

地図番号	事業者名
26	グレイスフル岡谷
28	さわらび

認知症対応型通所介護

地図番号	事業者名
39	愛の家 岡谷幸町

通所リハビリテーション（デイケア）

地図番号	事業者名
3	岡谷市民病院
5	諏訪湖畔病院 よつば
24	つるみね共立診療所
5	白寿荘

短期入所生活介護（ショートステイ）

地図番号	事業者名
1	地域密着型サテライト特別養護老人ホーム ウェルハートおかや
28	さわらび
6	第2 グレイスフル岡谷

短期入所療養介護（医療型ショートステイ）

地図番号	事業者名
6	第2 グレイスフル岡谷
5	白寿荘

福祉用具のレンタル・購入

地図番号	事業者名
38	在宅介護リフォームセンター ふれあいショップ

入所できるサービス

地図番号	事業者名	電話	住所・FAX		受付時間	胃ろう	インシュリン	人工透析	バルーン	ストマ	在宅酸素	看取り
介護老人福祉施設（特別養護老人ホーム）												
28	さわらび	☎21-1180	西山 1723-101	FAX.21-1182	8:00～17:15	○	○	○	○	○	○	○
43	松風（しょうふう）	☎21-2200	内山 4769-548	FAX.21-2288	8:30～17:00	○	○	○	○	○	○	○
44	洗心荘	☎28-6537	長地出早 2-6-33	FAX.28-3949	9:00～18:00	○	○	×	○	○	○	○
6	第2 グレイスフル岡谷	☎89-1211	加茂町 3-8-7	FAX.89-1214	9:00～18:00	×	△	△	○	○	○	△
1	ウェルハートおかや(サテライト)	☎28-0751	片間町 1-11-1	FAX.28-6800	9:00～18:00	○	○	△	○	○	○	○
介護老人保健施設												
6	第2 グレイスフル岡谷	☎89-1211	加茂町 3-8-7	FAX89-1214	9:00～18:00	×	△	△	○	○	○	△
5	白寿荘	☎28-8910	長地小萩 1-11-30	FAX.27-5313	8:30～17:15	○	○	×	○	○	○	○
介護医療院												
5	諏訪湖畔病院 介護医療院	☎27-5500	長地小萩 1-11-30	FAX.28-3610	8:30～17:15	○	○	×	○	○	○	○
特定施設入居者生活介護（介護付有料老人ホーム）												
45	イリーゼ岡谷	☎24-1238	山下町 1-1-37	FAX.24-2677	9:00～18:00	○	○	△	○	○	○	△
16	おはな和が家	☎78-8481	山手町 2-3-26	FAX.78-8482	8:30～17:30	△	△	○	○	△	○	○
46	ケアハウス高尾	☎22-2772	川岸上 4-3-7	FAX.22-3720	8:30～17:30	×	×	×	△	△	△	△
5	「さつき」	☎27-6670	長地小萩 1-11-30	FAX.27-6681	8:30～17:15	×	△	○	○	○	○	×
27	さわやか絹の郷信州おかや	☎24-8822	郷田 2-1-24	FAX.24-8824	8:30～17:30	○	○	○	○	○	○	○
47	ツクイ・サンシャイン岡谷	☎21-7270	本町 2-4-10	FAX.21-7271	8:30～17:30	○	○	○	○	○	○	○
住宅型有料老人ホーム												
48	シニアホーム風の家	☎27-7289	長地御所 2-13-40	FAX.28-5268	8:30～17:30	△	△	△	○	○	○	△
6	第2 グレイスフル岡谷	☎89-1211	加茂町 3-8-7	FAX.89-1214	9:00～18:00	×	△	△	△	△	△	×
30	ホープ	☎78-7979	山下町 2-13-10	FAX.78-7989	8:30～17:00	×	○	×	○	△	○	○
54	アクアホーム岡谷塚間	☎78-6199	塚間町 2-4-1	FAX.78-6299	9:00～18:00	○	○	△	○	○	○	○
サービス付高齢者向け住宅												
20	やさしえ　わかみや	☎21-2001	若宮 1-5-27	FAX.21-2003	9:00～18:00	△	△	△	○	○	○	○
軽費老人ホーム												
46	ケアハウス高尾	☎22-2772	川岸上 4-3-7	FAX.22-3720	8:30～17:30	×	×	×	△	△	△	△
認知症対応型共同生活介護（グループホーム）												
39	愛の家 岡谷幸町	☎21-1580	幸町6-24-1	8:30～18:00		×	×	×	△	×	×	△
26	グレイスフル岡谷	☎21-7321	湖畔2-6-2	9:00～18:00		×	△	×	△	△	△	×
28	さわらび	☎21-1113	西山1723-101	9:00～17:30		×	×	×	○	△	○	○
40	高尾	☎22-8288	川岸上4-3-4	9:00～17:00		×	×	×	×	×	○	○
41	ニチイケアセンター川岸夏明	☎21-1556	川岸西2-11-3	9:00～18:00		×	×	×	×	×	×	×
42	風薫（ふうか）	☎21-1211	南宮3-3-33	8:30～17:30		×	×	×	△	△	△	○
27	ほほえみ絹の郷	☎78-8022	郷田2-1-51	8:30～17:30		×	△	×	△	○	○	△

在宅で利用できるサービス

地図番号	事業者名	電話	住所	受付時間	休業日
居宅介護支援事業所					
2	岡谷市社会福祉協議会	☎24-2127	長地権現町4-11-50	8:30～17:15	土・日・祝 12/29～1/3
3	岡谷市民病院	☎23-8700	本町4-11-33	8:30～17:15	土・日・祝12/29～1/3
4	きずな	☎55-6780	長地御所2-14-11-C101	8:00～17:00	土日祝 8/14～8/16、12/30～1/3
50	さくら	☎080-5140-2971	川岸上2-5-9	8:30～17:00	土・日

在宅で利用できるサービス

地図番号	事業者名	電話	住所	受付時間	休業日
居宅介護支援事業所					
5	諏訪湖畔病院	☎ 26-2525	長地小萩1-11-30	8:30～17:15	日・祝
8	ニチイケアセンターおかや	☎ 26-2914	長地権現町1-7-26	8:30～17:30	土・日・祝 12/30～1/3
11	ほーぷ	☎ 78-3938	山下町2-15-6	8:45～17:30	土日祝 8/14～8/16、12/30～1/3
43	やさしい手 わかみや	☎ 78-6417	堀ノ内1-1-15 コーミーハイツ103	8:30～17:30	日・祝
12	湯けむり	☎ 24-2006	南宮3-3-8	8:30～17:30	土・日 12/31～1/3
13	和縁（わえん）	☎ 55-6747	湊2-11-14-4	8:30～17:30	土・日
小規模多機能型居宅介護					
6	第2グレイスフル岡谷	☎ 89-1211	加茂町3-8-7	9:00～18:00	
36	和が家新倉（サテライト）	☎ 75-2525	川岸中3-4-1	8:30～17:30	
14	宅老所 和が家	☎ 24-3708	湖畔4-1-27	8:30～17:30	
10	梨久保	☎ 26-2202	長地梨久保2-18-1	8:30～17:30	
15	和が家 日和	☎ 75-2708	山下町1-1-22	8:30～17:30	
16	和が家 間下（サテライト）	☎ 78-8480	山手町2-3-26	8:30～17:00	
看護小規模多機能型居宅介護					
20	かえりえわかみや	☎ 55-1327	若宮1-5-27	9:00～18:00	
25	いこいっぽ	☎ 55-6786	御倉町2-21	8:30～17:30	
定期巡回・随時対応型訪問介護看護					
15	定期巡回ケアステーション和が家	☎ 75-2343	山下町1-1-22	8:30～17:30	
訪問介護（ホームヘルプ）					
54	アクア岡谷	☎ 78-6199	塚間町2-4-1	8:30～17:15	なし
2	岡谷市社会福祉協議会	☎ 21-1567	長地権現町4-11-50	8:30～17:15	なし
4	そよかぜ	☎ 55-4007	長地御所2-14-11-C101	9:30～17:00	土・日・祝
52	つくしんぼ	☎ 55-4837	長地出早3-5-8-1	8:30～17:30	なし
53	ツバメの巣	☎ 88-8472	川岸中1-23-8	9:00～17:00	日 8/13～8/15、12/31～1/3
18	てまり	☎ 23-8827	神明町1-2-2	8:30～17:30	日 8/14～8/16、12/31～1/3
8	ニチイケアセンターおかや	☎ 26-2913	長地権現町1-7-26	8:30～17:30	なし
11	ホープ	☎ 78-7979	山下町2-15-6	9:00～18:00	12/30～1/3
55	訪問リフアクト	☎ 050-3613-1985	赤羽1-4-11	8:00～18:00	8/14～8/16、12/31～1/3
20	やさしい手 わかみや	☎ 21-2001	若宮1-5-27	9:00～18:00	なし
13	和縁（わえん）	☎ 55-7040	湊2-11-14-4	8:30～17:30	なし
21	わかば	☎ 23-4884	湖畔3-2-18	8:00～18:00	なし（お盆・年末年始は要相談）
15	和が家 ヘルパーステーション	☎ 75-5669	山下町1-1-22	8:30～18:30	なし
22	和楽（わらく）	☎ 22-4057	岡谷市2916-4岡谷和楽荘	8:30～17:30	なし
訪問型サービス・活動A（安価なホームヘルプ）					
2	岡谷市社会福祉協議会	☎ 21-1567	長地権現町4-11-50	8:30～17:15	なし
18	てまり	☎ 23-8827	神明町1-2-2	8:30～17:30	日 8/14～8/16、12/31～1/3
20	やさしい手 わかみや	☎ 21-2001	若宮1-5-27	9:00～18:00	なし
21	わかば	☎ 23-4884	湖畔3-2-18	8:00～18:00	なし（お盆・年末年始は要相談）
訪問入浴介護					
8	ニチイケアセンターおかや	☎ 26-2915	長地権現町1-7-26	8:30～17:30	日　8/15、1/1
訪問リハビリテーション					
3	岡谷市民病院	☎ 23-8000	本町4-11-33	8:30～17:15	土・日・祝 12/29～1/3
5	諏訪湖畔病院リハビリテーション	☎ 27-5500	長地小萩1-11-30	8:30～17:15	木・日
24	つるみね共立診療所	☎ 22-6680	川岸上1-22-21	13:00～17:00	土・日・祝お盆、年末年始

在宅で利用できるサービス

地図番号	事業者名	電話	住所	受付時間	休業日	送迎	昼食	入浴	胃ろう	インシュリン	人工透析	バルーン	ストマ	在宅酸素	看取り
通所介護（デイサービス）															
1	デイサービスセンター ウェルハートおかや	☎ 28-0755	長地片間町1-11-1	8:30～17:30	日、1/1～1/3	○	○	○							
26	グレイスフル岡谷	☎ 21-7321	湖畔2-6-2	9:00～18:00	土・日	○	○	○							
27	さわやか絹の郷信州おかや	☎ 24-8822	郷田2-1-24	8:30～17:30	日	○	○	○							
28	さわらび	☎ 21-1180	西山1723-101	8:00～17:15	土・日、法人規定による休日有	○	○	○							
51	たんぽぽの家長地出早	☎ 75-5865	長地出早1-15-24	8:30～17:30	8/14～8/16、12/30～1/3	○	○	○							
7	ツクイ岡谷	☎ 21-1320	本町1-7-21	8:30～17:00	なし	○	○	○	○	△	○	○	○	○	△
18	てまり	☎ 23-8827	神明町1-2-2	8:30～17:30	日 8/14～8/16、12/31～1/3	○	○	○							
29	なごやか岡谷	☎ 75-5780	神明町1-4-10	8:30～17:30	日、12/30～1/3	○	○	○							
8	ニチイケアセンターおかや	☎ 26-2912	長地権現町1-7-26	8:30～17:30	日、1/1	○	○	○							
9	パセオおかや	☎ 22-4155	赤羽3-2-15	8:00～17:00	日、1/1	○	○	○							
49	ひかりサロン wagaya	☎ 24-0837	中央町1-11-1	8:30～17:30	土・日、8/13～8/15、12/31～1/3	○	×	×							
30	ホープ岡谷	☎ 78-7979	山下町2-13-10	8:30～17:30	日	○	○	○							
31	ほがら家 南宮	☎ 21-1230	南宮1-5-16	8:00～17:00	日	○	○	○							
32	めだかの学校	☎ 22-7062	天竜町2-3-20	9:00～18:00	日	○	○	○							
25	由楽里ハウス	☎ 55-5516	御倉町2-21	8:30～17:30	12/31～1/2	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
34	リハビリデイサービスいずみ橋原	☎ 24-1044	川岸東2-7-25	9:00～17:30	土・日	○	○	○							
35	リハビリデイサービス wagaya 岡谷店	☎ 75-5370	若宮1-7-35	8:30～17:30	土・日、8/15、12/31～1/3	○	×	×							
37	私をデイに連れてって	☎ 78-8089	湊5-9-1	8:30～17:30	8/13～8/16、12/29～1/3	○	○	○							
56	リハビリスタジオなないろ	☎ 63-1021	長地小萩2-8-28	8:30～17:15	土・日、8/13～16、12/30～1/3	○	×	×							
57	ヒラックス岡谷	☎ 050-8895-2263	本町2-6-33	8:30～17:30	土・日・祝、お盆、年末年始	○	×	×							
通所型サービス・活動A（安価なデイサービス）															
26	グレイスフル岡谷	☎ 21-7321	湖畔2-6-2	9:00～18:00		○	○	○							
28	さわらび	☎ 21-1180	西山1723-101	8:00～17:15		○	○	○							
認知症対応型通所介護															
39	愛の家デイサービス岡谷幸町	☎ 21-1580	幸町6-24-1	10:00～16:30	土・日	○	○	○							
通所リハビリテーション（デイケア）															
3	岡谷市民病院	☎ 23-8000	本町4-11-33	8:30～17:15	土・日・祝、12/29～1/3	×	△	△							
5	諏訪湖畔病院 よつば	☎ 27-5500	長地小萩1-11-30	8:30～17:00	日・祝	△	×	×							
24	つるみね共立診療所	☎ 22-6680	川岸上1-22-21	8:30～17:00	土・日・祝、お盆、年末年始	○	○	○							
5	白寿荘	☎ 28-8910	長地小萩1-11-30	8:30～17:15	日	○	○	○							
短期入所生活介護（ショートステイ）															
1	ウェルハートおかや (サテライト)	☎ 28-0751	長地片間町1-11-1	8:45～17:45	なし	○			○	○	○	○	△	○	
28	さわらび	☎ 21-1180	西山1723-101	8:00～17:15	なし	○			△	△	○	○	○	△	
6	第2 グレイスフル岡谷	☎ 89-1211	加茂町3-8-7	9:00～18:00	なし	○			×	△	×	○	○	○	
短期入所療養介護（医療型ショートステイ）															
6	第2 グレイスフル岡谷	☎ 89-1211	加茂町3-8-7	9:00～18:00	なし	○			×	△	×	○	○	○	
5	白寿荘	☎ 28-8910	長地小萩1-11-30	8:30～17:15	日・祝	○			○	○	×	○	○	○	
福祉用具のレンタル・購入															
38	在宅介護リフォームセンター ふれあいショップ	☎ 22-3736	塚間町1-6-9	8:30～17:00	日・祝・第2 土										

岡谷市介護福祉課介護保険担当からのおススメ！

介護ワンストップサービスのご案内

窓口へ行かなくても





郵送代を払わなくても

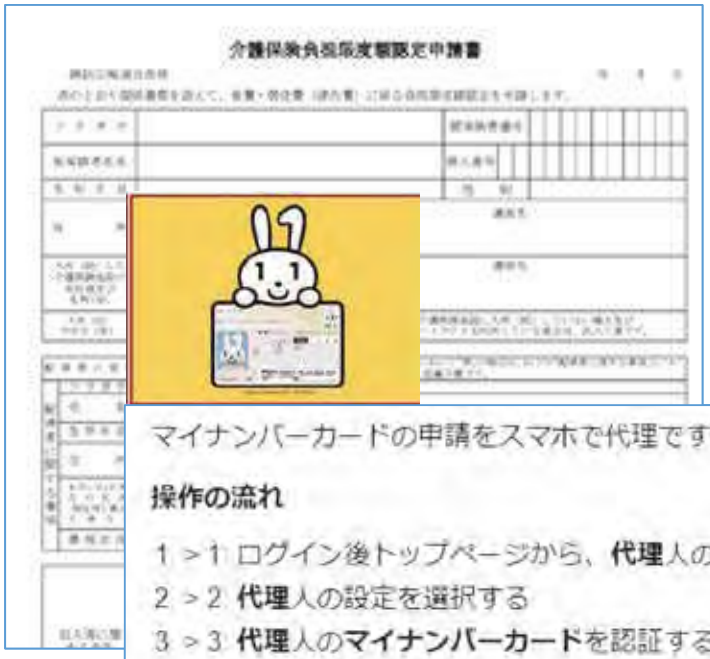


何時でも

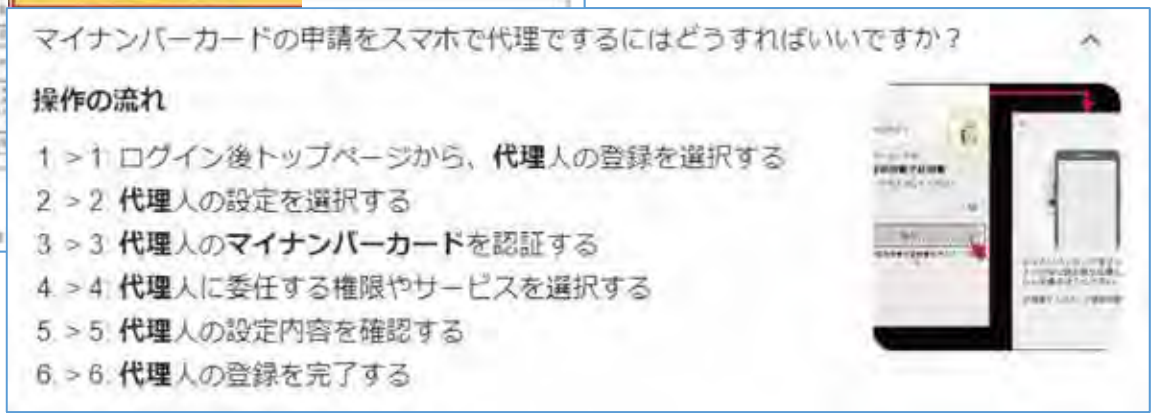


ご本人やご家族、代理の方が行う
介護や介護予防のために必要な行政手続きが
オンライン申請できるようになりました！

より簡単に申請を完了したいならスマートフォンで行うのがおすすめです。
特に、「**介護保険負担限度額認定申請書**」はご家族が申請手続きに来庁するケースが多いので、待ち時間の削減にもなります！自宅にいながら簡単に申請が完結します。



スマートフォンでの申請に必要なもの
①マイナンバーカード（署名用電子証明書用パスワードの 6～16 桁が必要です）
②マイナポータルアプリ
③マイナポータルアプリ対応のスマートフォン（マイナポータル「マイナポータルアプリに対応しているスマートフォン」 でご確認ください）



もしもの災害に備えて、とるべき避難行動を確認しておきましょう

ケアマネジャーの皆様もご協力をお願いします！

災害はいつ発生するかわかりません。「自らの身は自ら守る」ために、日頃から、とるべき避難行動を確認しておきましょう。

決めておこう！

普段から「どう行動するか話し合っておくこと」が重要です！

知っていますか？

避難行動要支援者登録制度

あらかじめ要支援者登録をしておくことで、有事に支援を受けやすくなります。　「防災情報に気づけるか心配…」「一人では避難できない」「親族の緊急連絡先を知らせておきたい」など、避難に不安のある方は登録をしましょう！

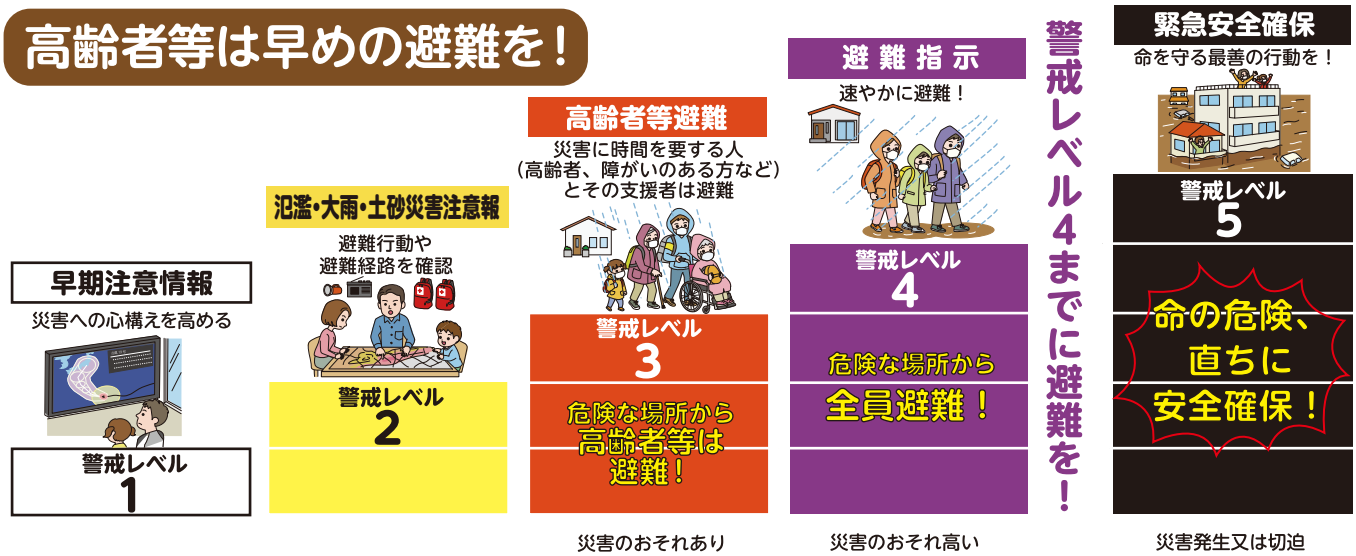
対象者　**①要介護認定３～５の認定を受けている方**　②身体障害者手帳１・２級の第１種を所持する方（心臓、腎臓機能障害のみの方を除く）　③療育手帳Ａを所持する方　④精神障害者保健福祉手帳１・２級を所持するひとり暮らしの方　⑤難病患者の方　**⑥本人又は親族等から名簿への登録の申出のあった方及び避難支援等関係者（１人暮らしの高齢者や高齢のご夫婦など）**

ご相談はこちらへ！

岡谷市役所 健康福祉部 社会福祉課
電話 0266-23-4811(内線1251)　ファックス 0266-22-8492

岡谷市防災ガイド「わが家のハザードマップ」を活用して、家族との連絡手段を事前に決めておきましょう！

高齢者等は早めの避難を！



要配慮者の避難について

災害が発生した際には、**命を優先**するため、まずは近くの「指定避難所」や「安全な場所を確保できている親戚、知人宅」などへ避難してください。

「指定避難所」での共同生活を続けることが困難な**高齢者**や**障がい者**、**妊産婦**、**乳幼児**などの特別な配慮を必要とされる方は、職員が調整を行い再度「福祉避難所」に避難していただくことがあります。



問合せ先：岡谷市介護福祉課介護保険担当（内線 1269）



岡谷市介護相談員



【介護相談員派遣事業とは・・・】

平成12年に介護保険制度がはじまり、介護サービスの利用がそれまでの行政による「措置」から、利用者とサービス提供事業者との「契約」に移行したことを受けて、利用者の権利擁護とサービスの質的向上を目的に創設されたのが、介護サービス相談員派遣等事業です。
市町村に登録（委嘱）された介護相談員が、介護サービス施設・事業所に出向いて、利用者の疑問や不満、不安を受け付け、介護サービス提供事業者及び行政との橋渡しをしながら、問題の改善や介護サービスの質の向上につなげる取り組みです。

【岡谷市登録者数】

16名（令和8年10年1日現在）

【主な活動】

・訪問活動（1人2～3施設担当、1施設につき2回／月、訪問）
・連絡会議（年3～4回、岡谷市と介護相談員の情報共有の場として開催）
・講演会（年1～2回、市内施設や事業所の代表者等を招いて、取り組みなどの講演をいただき、活動の資質向上を目指す）
・諏訪地域介護相談員研修会（年1回、諏訪6市町村が持ち回りで開催。他市町村の介護相談員との情報交換等で活動の資質向上を目指す）
・地域づくり連絡会主催の研修への参加（養成研修、現任研修、活動事例報告会など）



お問合せ・活動希望のご相談はお気軽にご連絡ください！
【岡谷市 健康福祉部 介護福祉課 介護保険担当】
0266-23-4811(内線1278)







岡谷市介護相談員　訪問施設（23施設）

愛の家グループホーム岡谷幸町、ウェルハートおかや、かえりえわかみや、グループホームさわらび、グループホーム高尾、グループホーム風薫、グループホームほほえみ絹の郷、グレイスフル岡谷、さわやか絹の郷信州おかや、さわらび、松風、洗心荘、第2グレイスフル岡谷、宅老所和が家、ツクイ・サンシャイン岡谷、梨久保、ニチイケアセンターおかや、ニチイケアセンター川岸夏明、白寿荘、ホープ、和が家新倉、和が家日和、和が家間下　　※五十音順

見学・体験　随時受け付けております。お気軽にご相談ください。

ﾃﾞｲｻｰﾋﾞｽｾﾝﾀｰなごやか岡谷

〒394-0004　岡谷市神明町 1 丁目 4-10

TEL0266-75-5780



デイサービス湖岸通り

〒392-0027　諏訪市湖岸通り 2-305-1

TEL0266-54-5100



湖浜温泉デイサービス

〒393-0035　諏訪郡下諏訪町 6174-1

TEL0266-26-2121











社会福祉法人
エリア創星会

私をデイに連れてって

諏訪湖畔に建つ、とびきりイカしたデイ・サービス。

わたデイ

半日利用も大歓迎！！
見学・体験利用
いつでもお待ちしております♪

【営業時間】８：００～１７：００

☎0266-78-8089

〒３９４－００４４　長野県岡谷市湊５－９－１

昼食代金（おやつ含む）100円のお得なデイサービス

デイサービス パセオおかや

お試しご利用、短時間や長時間のご利用等お気軽にご相談ください。
小規模な事業所だからこそ行える小まめで親切なサービスを行います。





（実際の食事の一例です）

- ☑ 日本庭園や畑のある素敵なデイサービス（鳥も遊びに来ます）
- ☑ 入浴で出た着替えも無料で洗濯するデイサービス（応相談）
- ☑ 看護スタッフがいるので主治医の指示のもと医療処置も行えるデイサービス
- ☑ 小規模デイサービスなのでお風呂も1対1で心をこめて対応するデイサービス
- ☑ 緊急時のお泊りも対応可能です。（応相談）

■住宅型有料老人ホーム パセオハウス
長野県諏訪郡下諏訪町26
TEL:0266-27-0106
FAX:0266-27-0129

■住宅型有料老人ホーム パセオすわ
長野県諏訪市豊田3952-1
TEL:0266-55-4455
FAX:0266-55-1512

■通所介護施設 憩いの家パセオ
長野県諏訪郡下諏訪町26
TEL:0266-27-0106
FAX:0266-27-1029

■通所介護施設　パセオおかや
長野県岡谷市赤羽3-2-15
TEL:0266-22-4155
FAX:0266-78-6875

■通所介護施設 パセオとよだ
長野県諏訪市豊田3040-1
TEL:0266-55-2507
FAX:0266-55-6217

私達が介護センター花岡です!!

やっほ～ お元気ですか?

介護のことならなんでもご相談ください!!

- ●介護用品全般揃えてございます!!
- ●福祉用具レンタル・購入のことはお任せください!!
- ●住宅改修についてもご相談ください!!
- ●介護保険についてもご相談ください!!



有資格者・専門家が相談に伺います。お気軽にお電話ください。

まいにち営業 いつでも応援

「おもいやり」をお届けする
介護センター花岡

諏訪本店　〒393-0034 長野県諏訪郡下諏訪町高浜6188-1
TEL 0266-26-1112 FAX 0266-26-1113

居宅介護支援事業所 フラワー諏訪

甲府店 TEL 055-287-6611 FAX 055-278-1411
伊那店 TEL 0265-73-1200 FAX 0265-73-1211
塩尻店 TEL 0263-53-1114 FAX 0263-53-1310
飯島店 TEL 0265-96-0876 FAX 0265-96-0872



年中無休
営業時間
AM9:00~PM6:00

平成会法人理念 **共に歩む。**

私どもは共に働くもの皆の苦楽を共有し、徳を育み、社会がどの様に変化しようとも、地域や人々に慕われ、必要とされる法人となるべく、地域の皆様の幸せづくりのお手伝いを続けてまいります。







介護老人福祉施設 さわらび ☎0266-21-1180

介護老人福祉施設 松風 ☎0266-21-2200

在宅介護のご相談　居宅介護支援事業所 湯けむり ☎0266-24-2006

入居を希望される方は直接お申し込みください。

社会福祉法人 平成会

〒399-6461長野県塩尻市宗賀1298-92
TEL.0263-51-6610　FAX.0263-53-5828
https://www.heisei-kai.jp/ 平成会 検索

岡谷・諏訪エリアの主な施設

●介護老人福祉施設 さわらび（デイサービスセンター さわらび）
岡谷市西山1723-101　TEL0266-21-1180
●介護老人福祉施設 松風
岡谷市内山4769-548　TEL0266-21-2200
●養護老人ホーム 岡谷和楽荘
岡谷市2916-4　TEL0266-22-4057
●グループホーム さわらび
岡谷市西山1723-101　TEL0266-21-1113
●グループホーム 風薫
岡谷市南宮3-3-33　TEL0266-21-1211
●介護老人保健施設　掬水（居宅介護支援事業所 掬水）
諏訪市豊田837-1　TEL0266-58-3232
●グループホーム 縁
諏訪郡下諏訪町社字五反田7618-1　TEL0266-26-0170





施設見学・入居相談は随時受付中

さわやか 絹の郷 信州おかや

24時間介護付き有料老人ホーム

デイサービス

ほほえみ絹の郷

グループホーム

● お問合せ・ご入居・ご利用の相談はお気軽にご連絡ください ●

☎ 0266-24-8822

受付時間　8:30 ~ 17:30

〒394-0021　長野県岡谷市郷田2-1-24

☎ 0266-78-8022

受付時間　8:30 ~ 17:30

絹の郷　検索　https://kinu-sato.jp

〒394-0021　長野県岡谷市郷田2-1-51

運営会社：TPRグループ　TPRトータルサービス株式会社





介護リフォームなら
TPRトータルサービス

当社は、介護付き有料老人ホームさわやか絹の郷信州おかや、
グループホームほほえみ絹の郷の施設建築、運営や介護関連施設の
建設を行っています。これまでに培ったノウハウをもとに、
要介護者やご高齢者はもちろん、一緒に暮らすご家族にとっても
優しく住みやすい空間をご提案いたします。







TPRトータルサービス株式会社
〒394-0003　長野県岡谷市加茂町二丁目16番6号

お気軽にお問合せください　0266-23-8817



福祉用具レンタル・販売、住宅改修

福祉用具、介護用品についてのお悩みなど、お気軽にご相談ください。

必要なものを、必要なときに、必要な期間だけ

品質と安全性を充たした安心な商品をお届けいたします

エフビー介護サービス株式会社





■松本営業所

〒390-0851 長野県松本市島内4972-5　TEL 0263-40-3700　FAX 0263-40-3770

訪問看護ステーション　エール

24時間365日対応	男性スタッフ約8割	精神科・発達障害に特化	諏訪6市町村
救急救命士在籍	同性ケアも安心	精神保健福祉士在籍	地域密着でサポート

「ご自宅で笑顔で過ごす」を叶える

訪問看護とは、看護師などの専門スタッフがご自宅に伺い、医療処置や健康管理を行うサービスです。精神疾患、内科疾患などをお持ちの方も住み慣れたご自宅で自分らしく過ごせるよう寄り添います。医療保険・介護保険どちらにも対応。



対応疾患・ご利用対象

- 精神疾患
- 発達障害
- ひきこもり
- 認知症
- 内科系疾患

岡谷ステーション：岡谷市今井1873-4　諏訪サテライト：諏訪市四賀飯島2144-1

原村サテライト：諏訪郡原村払沢5551　南信サテライト：伊那市西箕輪6652-5

お電話でのご相談

080-4857-4922

平日9:00～18:00（緊急時24時間対応）

詳しくはこちら bliss-corp.co.jp

シニアホーム風の家のご案内



シニアホーム風の家とは、
65歳以上（原則）の自立要介護の方が、どなたでも入居できる、小規模で普通の民家を利用した家庭的な雰囲気の有料老人ホームです。
生活支援サービスを受けながら、介護保険も利用できます。
朝、昼、夕 手作りの美味しい食事、10時3時のおやつ、その他、様々なイベント（くだもの狩り、BBQ、お祭り）が盛り沢山。体操、散歩やレクリエーションを毎日行います。

住所 〒394-0082 長野県岡谷市長地御所2丁目13－40
電話番号 0266-27-7289　**FAX番号** 0266-28-5268
メールアドレス Kazenoie_home@yahoo.co.jp　**ホームページ** https://kazenoie.com/

社会医療法人 南信勤労者医療協会 http://www.skhp.or.jp/

「生命（いのち）の平等貫いて」～今までも　これからも～

◇つるみね共立診療所
〒394-0048 岡谷市川岸上 1-22-21
TEL 0266-22-6680　FAX 0266-24-3573
◇通所リハビリテーション
◇訪問リハビリテーション

●諏訪共立病院
〒393-0077 諏訪郡下諏訪町矢木町 214
TEL 0266-28-2012　FAX 0266-28-5241
無料低額診療事業行っています
お気軽にお問合せください

●諏訪共立病院訪問診療課
TEL 0266-28-2646
●病院通所・訪問リハビリテーション
TEL 0266-28-5610

○諏訪共立ケアセンター赤砂　TEL 0266-27-6780
〒393-0047　下諏訪町西赤砂 4429-6　FAX 0266-26-2135
○老健すずかぜ　TEL 0266-26-3053
○すずかぜ通所リハビリテーション　TEL 0266-26-3033
○通いサービスはるかぜ　TEL 0266-26-1660
○諏訪共立訪問看護ステーション　TEL 0266-27-0471
○看護小規模多機能ケアぬくもり　TEL 0266-26-3057

◇諏訪共立ヘルパーステーション　TEL 0266-28-2499
◇下諏訪町在宅介護支援センター　TEL 0266-27-1195
◇小規模多機能ケアやよい　TEL 0266-55-4313
◇諏訪共立定期巡回ケアえにし　TEL 0266-26-3008

●諏訪共立地域連携相談センター
TEL 0266-28-3986　FAX 0266-28-2033
☆入院・受診相談、社会復帰援助、経済的相談、退院援助など様々な相談に応じます。

住み慣れた地域でその人らしい暮らしを支えます！

～　通い・訪問・泊りひとつの場所でいろんなサービス　～







●お問い合わせ・ご相談は、お気軽にご連絡ください。

小規模多機能型居宅介護　梨久保

〒394-0088　岡谷市長地梨久保2丁目18番1号　TEL:0266－26－2202　FAX:0266－75－5016

『まごころ』と『おもいやり』を届けたい

●地域密着型通所介護事業(デイサービス)
◇宅老所たんぽぽの家長地出早
・明治 33 年の古民家をリノベーション
・入浴、食事の提供等　・一時預かり、宿泊サービス(相談可)実費
・定員 18 名(1 日当り)
(要介護 1 ～要介護 5 の方 15 名)(要支援 1・2 の方 3 名)
・営業日：月曜日～土曜日、祝祭日営業
・休業日：日曜日、年末年始休み(12/30 ～ 1/3)、
お盆休み(8/14 ～ 8/16)
・営業時間：午前 8 時～午後 5 時　(時間延長　相談可)
・機能室 2 室　・静養室 1 室(6 ベッド)
・個浴室 2 個　(車椅子用入浴リフト設置)
・トイレ 4 個　(多機能トイレ 2 室、一般トイレ 2 室)






宅老所　たんぽぽの家　長地出早

NPO 法人（特定非営利活動）たんぽぽの家

〒394-0089 長野県岡谷市長地出早 1 丁目 15-24 TEL:0266-75-5865　FAX:0266-75-5866





通い（デイサービス）　泊り（ショートステイ）

訪問介護　訪問看護

看護小規模多機能型居宅介護事業所

いこいっぱ

『憩う、集い、一歩を歩んでほしい』
と名付けられました

住み慣れた自宅での暮らしを
医療と介護で優しく支える



スミレ堂企画合同会社

〒394-0043
長野県　岡谷市　御倉町２番21号
☎ 0266-55-5516　Fax 0266-55-7380

今こまっていることをご相談ください。



私たちは、安心して利用できる住まいと介護を提供します。

介護サービス

◆24時間の介護サービス
介護支援・生活支援・健康支援・入退院時支援

医療体制

◆地域医療との連携を図り通院や往診時に対応いたします。

介護付有料老人ホーム

Wiz ウィズ諏訪
いつも となりに



諏訪市中洲5853-3
TEL：0266-54-3636

常時見学可。ご一報の上、お越しください。

サービス付き高齢者向け住宅

Wiz ウィズ茅野
いつも となりに



茅野市宮川11005
TEL：0266-75-1077

株式会社ソーシャル・ネットワーク

老人保健施設 みづうみ

諏訪湖や八ヶ岳を眺望し、観光施設に恵まれた風光明媚な環境
プライベート空間を確保した陽当たりの良い「全個室ユニット」
充実した在宅介護の維持をめざし、専門スタッフがチームケアで、
質の高い「生活リハビリ」を提供します

入所（ショートステイを含む）
定員 79 名…居室数 80 床

令和8年度より、パワーリハ機器を導入

通所リハビリテーション
定員 長時間デイケア 40 名
短時間デイケア 15 名
（午前・午後とも）

訪問リハビリテーション

【併設】

訪問看護サテライト みづうみ
✆0266-54-2118

ケアネットセンター すわこ
居宅介護支援事業所 ✆0266-57-5089

みづうみ診療所
診療時間　9:00～11:30
内科 / 神経内科 / 外科 / 泌尿器科 / 整形外科
✆0266-54-2112　FAX 54-2160
※老健利用者だけでなく、一般の方も受診できます。

JA長野厚生連 富士見高原医療福祉センター

施設の見学、入所希望など支援相談員が承ります。

〒392-0016 諏訪市豊田2400-9（SUWAガラスの里 隣）
✆0266-54-2111　FAX 57-3030
E-mail：miduumi@fujimihp.com

私たちは
地域の和が家を目指します

私たちは、
笑顔で寄り添い、
「自分らしい生活」を
共に支えることで、
安心して暮らすことができる
『地域の和が家』を目指します。



和が家の事業所

宅老所 和が家
小規模多機能型居宅介護
岡谷市湖畔 4-1-27
TEL：0266-24-3708

和が家 新倉
サテライト型小規模多機能型居宅介護
岡谷市川岸中 3-4-1
TEL：0266-75-2525

リハビリデイサービス
wagaya 岡谷
岡谷市若宮 1-7-35
TEL：0266-75-5370

ひかりサロンwagaya
岡谷市中央町 1-11-1
イルフプラザ 2F
TEL：0266-24-0837

和が家 日和
小規模多機能型居宅介護
岡谷市山下町 1-1-22
TEL：0266-75-2708

和が家 間下
サテライト型小規模多機能型居宅介護
岡谷市山手町 2-3-26
TEL：0266-78-8480

おはな 和が家
地域密着型介護付有料老人ホーム
岡谷市山手町 2-3-26
TEL：0266-78-8481

定期巡回
ケアステーション
和が家
岡谷市山下町 1-1-22
TEL：0266-75-2343

和が家の地域事業
『多世代交流ができる地域の拠点』として活動しています

&HOUSE
多世代地域交流スペース
岡谷市山手町 2-3-26

こどもぐらんまんま食堂
子ども食堂
宅老所和が家に併設

株式会社 和が家

ホームページ
wagaya.co.jp

採用サイト
recruit.wagaya.co.jp

やさしさを、私たちの強さにしたい。

地域を支える、ニチイの介護ネットワーク

あらゆるラインナップで
お客様に寄り添ったサービスを提供いたします。

ニチイ
日本生命グループ

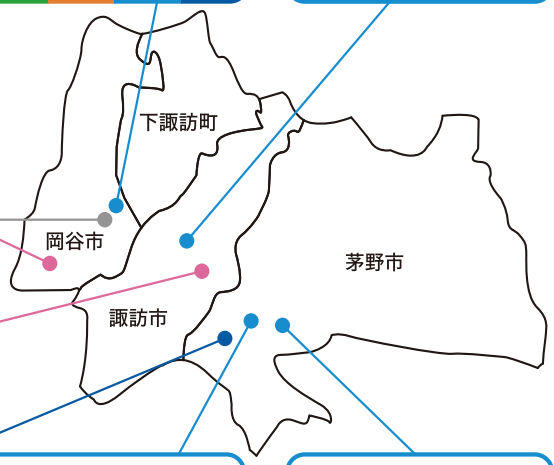
管理支店・教育
ニチイ学館 岡谷支店
岡谷市銀座 1-1-18
サクラヤビル 3F
TEL 0266-24-1581

通所介護　訪問入浴介護　訪問介護　居宅介護支援
ニチイケアセンターおかや
岡谷市長地権現町 1-7-26
TEL 0266-26-2912

訪問介護
ニチイケアセンター諏訪城南
諏訪市城南 2658-2
イトウビル 2F
TEL 0266-78-0041

グループホーム
ニチイケアセンター川岸夏明
岡谷市川岸西 2-11-3
TEL 0266-21-1556

グループホーム
ニチイケアセンター四賀
諏訪市大字四賀 1965-1
TEL 0266-54-2181



訪問介護　訪問入浴介護　居宅介護支援
ニチイケアセンターすわ
茅野市宮川中河原 4245-1
TEL 0266-82-5183

訪問介護
ニチイケアセンター茅野
茅野市塚原 2-4-23
柳沢ビル 3F
TEL 0266-73-7591

訪問介護
ニチイケアセンター神之原
茅野市玉川 4143-7
TEL 0266-75-0856

その他のサービスのご案内



家事代行サービス
「ニチイライフ」
日常的な家事代行から、産前産後サポートなどの生活支援サービスです。



資格取得講座
介護職員初任者研修などお仕事に直結する講座を開講しています。

訪問介護



スタッフがご自宅を訪問し、日常生活をサポートします。

訪問入浴介護



看護師とスタッフがご自宅に伺い、専用の浴槽で入浴していただけます。

通所介護（デイサービス）



施設に通い、仲間と楽しみながら、心身の機能維持・向上を図ります。

グループホーム



認知症の方々がスタッフの支援を受けて自分らしく暮らせる住まいです。

居宅介護支援



介護が必要な方へのサービスや支援をコーディネートします。

介護の知りたいことが見つかる
ニチイの介護サイト

介護のお仕事をお探しの方
採用情報はこちら

介護の資格に興味のある方
教育講座の詳細はこちら

株式会社 ニチイ学館　岡谷支店
〒394-0022　長野県岡谷市銀座 1-1-18 サクラヤビル 3F
TEL:0266-24-1581（受付 / 平日 9:00～17:15）

ニチイは日本生命グループの一員として、
安心と信頼のサービスをお届けします。

医療・介護・地域をつなぐ地域密着型２４時間３６５日　安心サポート
住み慣れた地域で自分らしく生活できるよう寄り添い支えます

【介護や医療が必要な方も安心して暮らせる】
～　サービス付き高齢者向け住宅　～
やさしえ　わかみや



Yasashiite Senior Living
Yasacie
【お問合せ】☎ 0266-21-2001
≪受付時間≫9：00～17：00

【通い・泊り・訪問看護・訪問介護で柔軟な対応】
看多機かえりえわかみや
～ 看護小規模多機能型居宅介護 ～



やさしい手看多機
caerie
【お問合せ】☎ 0266-55-1327
≪受付時間≫9：00～17：00

やさしい手わかみや
居宅介護支援事業所
☎ 0266-78-6417

株式会社
やさしい手諏訪
〒394-0032　岡谷市若宮1-5-27

訪問看護ステーション
２４時間連絡対応いたします！
（安心の夜間オンコール対応）
☎ 0266-75-2366

住みやすい家を一緒に
つくりましょう！

お年寄りに住みやすい家は誰もが住みやすい家です。
誰もが皆、年をとります。どんな人でも暮らしやすいようにひと手間
、ひと工夫してみませんか？バリアフリーリフォームなら当社におまかせ！
誰もが住みやすく、生涯快適に暮らしていける家を一緒に作りましょう！



三エス木材有限会社
〒394-0026
岡谷市塚間町1-6-9
TEL：0266-22-3736

住宅改修×福祉用具

ひとつ先の快適へ

福祉用具レンタル
車いす・介護ベッド・
エアーマット・スロープ
手すり・歩行器・移動リフト等

在宅医療機器
吸引器・吸入器・血圧計
健康器具等

住宅改修
手すり取り付け
段差解消等

福祉用具販売
介護予防機器・ポータブルトイレ
入浴補助用具・おむつ等



のことなら

介護ショップ **サクラケア** におまかせ下さい。

私たちは豊富なノウハウを基にご利用者様の自立を助け、
同時に介護する方の負担を軽くする最適な住環境を提供いたします。

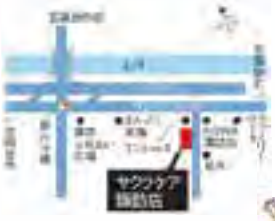


サクラケア 諏訪店

諏訪市大字中洲三ツ俣５７０９－２４

TEL(0266)52-4117

【営業時間】９時～１８時 【定休日】土・日・祝日
介護保険事業所番号　2070601022





温泉デイケアで過ごす
充実したリハビリと
癒しの時間





男性や
60~70歳代
の方にも
オススメ!



- 温泉を使用したリハビリプール
- 目的別のグループリハビリ
- 専門職員による個別リハビリ
- 40種以上のリハビリ器具
- 温泉やマッサージチェアなどのリラクゼーション設備
- カラオケや麻雀、パチンコ等の娯楽設備

●諏訪市・岡谷市送迎可能　●見学・体験も受付けております。お気軽にご相談ください。

社会福祉法人 サン・ビジョン
グレイスフル下諏訪
〒393-0033 長野県諏訪郡下諏訪町高木 9375-1

0266-26-7001 FAX：0266-26-7005

社会福祉法人
サン・ビジョン施設は
こちらのアドレスから

http://sun-vision.or.jp/

サンサンスタイル　検索

豊かな生活を
守るために



老人ホーム相談センター
えんむすび

こんな悩みを
抱えている方

- 老人ホームを探しているが、どこが自分や家族に合っているかわからない方。
- 自宅での介護に限界を感じているご家族の方。
- 病院に入院しているが、退院後自宅での生活が不安な方。
- 老人保健施設（老健）に入所しているが、定期的に移動が必要でお困りの方。
- 一人暮らしで、日常生活が不安な方。

老人ホーム相談センター
えんむすび
諏訪広域相談室

住所：〒392-0012　長野県諏訪市四賀2315-5 1階
電話：0266-55-6616　FAX：0266-55-5020
【電車で】芽野駅から5km
【お車で】諏訪ICから約1分





老人ホーム相談センター
えんむすび
中南信相談室

住所：〒399-0744　長野県塩尻市大門57-4-108
電話：0263-88-2244　FAX：0263-88-2286
【電車で】塩尻駅西口より徒歩1分
【お車で】長野自動車道 塩尻ICから4km 約10分





老人ホーム相談センター
えんむすび
松本相談室

住所：〒390-0852　長野県松本市島立1639-1
電話：0263-55-1080　FAX：0263-55-1103
【電車で】大庭駅から徒歩2分
【お車で】松本ICから約2分





老人ホーム相談センター
えんむすび

入居相談・施設紹介・施設見学同行を無料でサポートします。
お気軽にお問い合わせください。

☎ 0120-87-2244

URL：https://enmusubi-home.com
mail：info@enmusubi-home.com

法人一覧

※事業所一覧の法人番号に対応しています。

法人番号	設置法人名	電話番号	〒	住　所	設置法人代表者
0	諏訪広域連合	52-4141	392-8511	諏訪市高島 1-22-30（諏訪市役所内）	金子ゆかり
1	岡谷市	23-4811	394-8510	岡谷市幸町 8-1	早出　一真
2	社会福祉法人岡谷市社会福祉協議会	24-2121	394-0081	岡谷市長地権現町 4-11-50	小口　明則
5	株式会社いずみ	52-1677	392-0021	諏訪市上川 1-1544	宮下志津子
6	特定非営利活動法人碧き水の里	090-4376-9116	394-0044	岡谷市湊 4-1-31	西澤有喜子
8	株式会社一夢希	75-2331	392-0015	諏訪市大字中洲 2536-1	藤森　史考
9	株式会社エコタウン信州	75-2530	391-0013	茅野市宮川 11400-1	伊藤　　進
10	エフビー介護サービス株式会社	0267-88-8188	385-0021	佐久市長土呂 159-2	栁澤　美穂
14	株式会社介護センター花岡	26-1112	393-0034	下諏訪町 6188-1	葭田　賢治
15	有限会社金中三義屋	58-7205	392-0002	諏訪市湯の脇 2-9-13	宮澤　博繁
16	有限会社カネミツ	72-3582	391-0013	茅野市宮川 4450-1	伊藤　　功
17	株式会社金屋	0265-79-7028	399-4601	箕輪町中箕輪 14016-346	般若　　幹
18	釜口医院	22-2089	394-0035	岡谷市天竜町 3-12-22	坂口　みほ
20	スミレ堂企画	55-5516	394-0043	岡谷市御倉町 2-21	小林　益勇
21	社会福祉法人共立福祉会	27-3088	393-0082	下諏訪町西弥生町 4770-2	岩間ひとみ
22	株式会社クローバー	22-4155	393-0085	下諏訪町東鷹野町4946-3	降旗　宏明
23	株式会社ケアサポートふきのとう	28-5307	393-0061	下諏訪町 3134-7	田嶋　　彰
24	株式会社ケアライフ	55-2661	391-0005	茅野市仲町 12-16	丸茂　大介
25	医療法人研成会	27-5500	394-8515	岡谷市長地小萩 1-11-30	井口　光世
26	社会福祉法人こころ	54-5560	392-0022	諏訪市高島 3-1300-1	金子　智子
27	医療法人こまくさ会	72-0866	391-0005	茅野市仲町 17-38	池田　輝明
28	社会福祉法人こまくさ福祉会	82-7500	391-0001	茅野市ちの 3000-1	池田　輝明
29	社会福祉法人サン・ビジョン	052-856-3311	461-0004	愛知県名古屋市東区葵 3-25-23	唐澤　　剛
30	三エス木材有限会社	22-3736	394-0026	岡谷市塚間町 1-6-9	花岡　敏広
31	社会福祉法人ジェイエー長野会	026-223-0533	380-0826	長野市南長野北石堂町 1177-3	上原　孝義
32	株式会社シダー	093-932-7005	802-0042	福岡県北九州市小倉北区足立2-1-1	座小田孝安
33	下諏訪町	27-1111	393-8501	下諏訪町 4613-8	宮坂　　徹
34	社会福祉法人下諏訪町社会福祉協議会	27-7396	393-0092	下諏訪町 162-4	濵　　克典
38	諏訪交通株式会社	22-1190	392-0012	諏訪市四賀 103-6	山谷　恭博
39	社会福祉法人諏訪市社会福祉協議会	52-2508	392-0024	諏訪市小和田 19-3	宮下　和昭
40	特定非営利活動法人諏訪生活支援館	27-0106	393-0077	下諏訪町 26	降旗えつ子
41	諏訪中央病院組合	73-8880	391-0011	茅野市玉川 4300-9	今井　　敦
42	社会福祉法人諏訪福祉会	57-5755	392-0027	諏訪市湖岸通り 5-11-5	山本　　登
43	医療法人清風会	52-1711	392-0006	諏訪市元町 4-10	宮坂　圭一
44	社会福祉法人聖母の会	57-2111	392-0131	諏訪市湖南 4894-1	井上　淳哉
48	株式会社創生環ライフケアサポート	78-3031	392-0016	諏訪市豊田 101	今井　貴保
49	株式会社ソーシャル・ネットワーク	0263-31-3772	399-0703	塩尻市広丘高出 2007-5	對馬　純一
50	社会福祉法人大志会	026-272-7700	387-0005	千曲市大字森 1024-3	竹内　伊吉
51	特定非営利活動法人たんぽぽの家	75-5865	394-0089	岡谷市長地出早1-15-24	中山　　一
52	有限会社月岡ケアサービス	28-7650	393-0046	下諏訪町東赤砂 4699-15	藤森　信彦
53	株式会社ツクイホールディングス	045-842-4115	233-0002	横浜市港南区上大岡西 1-6-1	高畠　　毅
55	TPR トータルサービス株式会社	23-8817	394-0003	岡谷市加茂町2-16-6	今井　慎一
57	スマートケアタウン株式会社	75-5015	394-0088	岡谷市長地梨久保 2-18-1	栁澤　美穂
58	株式会社長野環境システム	21-7625	394-0048	岡谷市川岸上 3-4-14	北林　一江
59	長野県厚生農業協同組合連合会	026-236-2305	380-0826	長野市大字南長野北石堂町 1177-3（JA 長野県ビル内）	洞　　和彦
60	社会福祉法人音葉会	78-8503	399-0428	上伊那郡辰野町伊那富 6333-2	大森　尚人
61	特定非営利活動法人なでしこ	27-9146	393-0093	下諏訪町社 6747	増澤　直人
62	社会医療法人南信勤労者医療協会	28-3071	393-0077	下諏訪町矢木町 214	岩間　　智
63	株式会社ニチイ学館	03-5834-5100	101-0062	東京都千代田区神田駿河台 4-6	中川　創太

法人番号	設置法人名	電話番号	〒	住　所	設置法人代表者
64	日本赤十字社	03-3438-1311	105-8521	東京都港区芝大門 1-1-3	清家　篤
67	株式会社向日葵	55-5240	392-0022	諏訪市高島 3-1405-11	坂本由美子
68	社会福祉法人ひなたぼっこ	61-2223	399-0211	富士見町富士見 11650-1	森　正明
69	有限会社フィット	26-1400	393-0023	下諏訪町富ヶ丘 6750	長岡　暢
70	株式会社ふくし館	82-1756	391-0211	茅野市湖東 7050-1	百瀬　光男
71	社会福祉法人エリア創星会	78-8089	394-0044	岡谷市湊 5-9-1	閏間　直樹
72	株式会社フロンティア	06-6396-8100	532-0003	大阪府大阪市淀川区宮原 3-5-36	重森　裕之
73	社会福祉法人平成会	0263-51-6610	399-6461	塩尻市宗賀 1298-92	小松　端樹
74	合同会社和縁	55-7040	394-0044	岡谷市湊 2-11-14-4	小口和加美
75	有限会社穂乃家	26-4530	393-0093	下諏訪町社 6534-4	高木　勝
76	社会福祉法人誠心会	72-8300	391-0106	原村 10377-2	五味　泰和
77	未来・ケアサポート株式会社	54-3320	392-0022	諏訪市高島 1-25-14 フジビル 201 号	田中　正巳
78	特定非営利活動法人メイト	23-8827	394-0004	岡谷市神明町 1-2-2	宮下美佳子
79	特定非営利活動法人めだかの学校	22-7062	394-0035	岡谷市天竜町 2-3-20	佐藤　清子
80	メディカル・ケア・サービス株式会社	21-1580	394-0029	岡谷市幸町 6-24-1	山本　教雄
81	メディカルケア株式会社	026-273-4115	387-0013	千曲市小島 3172	武田　洋
82	医療法人矢嶋内科医院	72-2048	391-0001	茅野市ちの 3494	矢嶋　哲
83	株式会社結	28-7005	393-0035	下諏訪町 6157-3	鮎澤　長武
84	社会福祉法人有倫会	28-6537	394-0089	岡谷市長地出早 2-6-33	井口　光世
85	株式会社ライフサービスオグチ	27-4820	393-0085	下諏訪町 4934-1	小口　剛
86	株式会社リゾートケアハウス蓼科	82-5703	391-0213	茅野市豊平 2552	麻植　佳子
87	社会福祉法人音葉会	78-8503	399-0428	上伊那郡辰野町伊那富6333-2	大森　尚人
88	株式会社和が家	75-2606	394-0034	岡谷市湖畔 4-1-27	今井　祐輔
90	特定非営利法人ホープ	78-7979	394-0005	岡谷市山下町 2-13-10	山岡　恵
91	合同会社ら・ら・ら	55-5703	393-0046	下諏訪町東赤砂 4704-10	本田　梨景
94	有限会社藤のや	27-7289	394-0082	岡谷市長地御所 2-13-40	三澤　敦子
95	株式会社HITOWA	03-6632-7700	108-6215	東京都港区港南 2-15-3	須原　清貴
96	株式会社つぼみ	75-1611	399-0428	上伊那郡辰野町伊那富 7672-2	飯塚　郁代
98	タカサワ通商株式会社	0263-27-1181	390-0842	松本市征矢野 2-12-46	小澤　慶信
99	株式会社やさしい手諏訪	55-1968	394-0032	岡谷市若宮1-5-27	花岡　邦浩
100	株式会社まごころホーム	54-3011	392-0027	諏訪市湖岸通り 5-20-10	高津　厚子
101	諏訪豊田診療所	52-1802	392-0016	諏訪市豊田 2434-2	小松　佳道
104	有限会社太星	090-4230-9075	392-0012	諏訪市四賀 2742	茅野　暁美
107	株式会社ダスキン諏訪	58-3800	392-0012	諏訪市四賀 1827	永由　郊一
108	株式会社ながのホームケアコンサルティング	78-7193	393-0093	下諏訪町社 6492-1	原　慎吾
109	合同会社さくら	080-5140-2971	394-0048	岡谷市川岸上 2-5-9	矢澤　勝彦
111	株式会社つくしんぼ	55-4837	394-0027	岡谷市中央町2-3-11 セントラルパレス8号	早出　治美
112	合同会社ツバメの巣	88-8472	394-0047	岡谷市川岸中1-23-8	武井　直也
113	合同会社ALFA	58-3050	392-0022	諏訪市高島1-27-2	長嶺　真弓
114	株式会社エルモ	55-7755	393-0077	下諏訪町矢木町112-10	宮坂あかり
115	株式会社みつばさ	0265-48-5805	395-0806	飯田市鼎上山3800-5	柳　無 缺
116	株式会社信濃科学的介護研究所	78-3308	394-0012	諏訪市四賀 122-1	山口真顧人
117	合同会社ヘルパーステーションよつば	84-1710	392-0002	諏訪市湯の脇1-14-6	北澤　涼子
118	株式会社スタッフシュウエイ	052-601-3366	476-0002	愛知県東海市名和町後酉19	内藤　明
119	イノベイトサポート株式会社	58-6887	392-0131	諏訪市湖南658-14	野邑　昭光
120	株式会社春うらら	78-7884	393-0021	下諏訪町5869	宮坂　俊章
121	合同会社元気作りジムおれんじ	84-0976	392-0015	諏訪市中洲5672-4	山本　圭佑
122	株式会社信州ムトウ	52-1555	392-0015	諏訪市中洲三ツ俣5709-31	鎌田　明彦
123	株式会社Bliss	080-4857-4922	394-0000	岡谷市1873-4	今井　達訓
124	合同会社訪問リファクト	050-3613-1985	394-0002	岡谷市赤羽1-4-11	花岡　邦浩
125	株式会社ASCare	050-3625-3196	392-0013	諏訪市沖田町1-95	浅井　孝行
126	Bfors－One株式会社	63-1021	399-4511	上伊那郡南箕輪村6113-7	笹川　星哉
127	株式会社LFG	03-6722-6133	108-0014	東京都港区芝5-25-7-5286芝4階	川端　康介

自分らしくいきいきと暮らせるように

多くのみなさんが長生きできるようになった現在、
介護は避けて通れない問題になっています。
介護保険は、高齢になっても自分らしく自立した生活を送れるよう支援し、
同時に本人や家族の不安や負担を国民みんなで支えあうために、
つくられた助け合いの制度です。
介護する方、介護される方の両方が安心して暮らせる社会を目指し、
みなさんと諏訪6市町村、サービス機関などがみんなで一緒に
この制度を育てていきましょう。

介護保険に関する手続き・相談は以下の窓口でできます。

名　　称	住　　所	電話番号
岡谷市役所　介護福祉課	岡谷市幸町8-1	23-4811
諏訪市役所　福祉介護課	諏訪市高島1-22-30	52-4141
下諏訪町役場　保健福祉課	下諏訪町4613-8	27-1111
茅野市役所　保険課	茅野市塚原2-6-1	72-2101
富士見町役場　保健福祉課	富士見町落合10777	62-9133
原村役場　保健福祉課	原村6649-3	79-7092
諏訪広域連合　介護保険課	茅野市塚原2-6-1	82-8161



～介護保険についてのお問い合わせは～

岡谷市役所　介護福祉課
岡谷市地域包括支援センター（市役所内）

住　　所　〒394-8510　岡谷市幸町8番1号
市役所代表　23-4811
包括直通　23-2336
FAX　21-1101
E-mail　kaigofukusi@city.okaya.lg.jp

諏訪広域連合　介護保険課

住　　所　〒391-8501　茅野市塚原2-6-1
電　　話　82-8161（直通）
FAX　71-2071
E-mail　kaigo@union.suwa.lg.jp

令和8年10月発行　印刷：株式会社 共立プラニング