

# 丹波市 ふだんのくらしサポートセンター



丹波市ふだんのくらしサポートセンター（以下ふくサポ）では、支援を受けたい人（依頼会員）と、支援を行う人（くらし応援隊）の調整を行います。



依頼会員とは・・・

くらし応援隊とは・・・

## ○要件

- ・要支援1・2の認定を受けた方
- ・基本チェックリストにより生活機能の低下がみられた方で、ふくサポに登録された方

## ○要件

- ・くらし応援隊養成講座を修了し、くらし応援隊としてふくサポに登録された方
- ※くらし応援隊養成講座は毎年開催します
- ※希望される活動内容等も登録します

## ○お問い合わせ先

介護保険の申請と同じく

- ・市役所各支所
- ・地域包括支援センター

春日・市島地域の方

東部地域包括支援センター 74-1900

氷上・青垣地域の方

西部地域包括支援センター 82-7529

柏原・山南地域の方

南部地域包括支援センター 78-9123

## ○お問い合わせ先

- ・柏原・山南地域の方  
南部ふくサポ 080-8546-8013
- ・氷上・青垣地域の方  
西部ふくサポ 080-8546-8014
- ・春日・市島地域の方  
東部ふくサポ 080-8546-8012

## O できること

- 一般的な調理、配膳、後片付け
- 日常的に使用する屋内の掃除
- ゴミ出し、準備、後片付け、
- シーツ・布団カバーの交換など
- 洗濯、洗濯物の乾燥、取り入れ、収納、アイロン掛け
- 衣替え等の衣服の整理、ボタンつけや破れの修繕
- 買い物の代行（嗜好品を除く）
- 薬の受け取り
- 外出や通院時の付き添い（身体介護を除く）
- 配達された郵便物の整理

## X できないこと

- 依頼会員以外の方に関する家事
- 来客の接待、ペットの世話
- 自家用車の洗車、清掃
- 戸外の草引き、草刈り、花木の水やり、植木のせん定
- 家具などの移動、居室の模様替え
- 大掃除
- 室内外家屋の修理、ペンキ塗りなど
- 正月・節句などの特別料理の調理

## 援助活動時間

- 平日の午前 7:30 から午後 5:00 まで（土日祝、年末年始はお休み）
- 1 回の活動は原則 1 時間、上限 2 時間まで



## 料金

時間	料金	チケット
～1 時間まで	200円	
～1 時間30分まで	300円	
～2 時間まで（上限）	400円	
買い物等の支援を行った場合は下記料金を加算		
買い物等 1 回	100円	

○実際の支払いは事前購入されたチケットで行ないます。

○応援隊の自家用車で買い物等の支援を行なった場合は、利用料に加えて1回 100円 の交通費負担が必要です。

○チケットの購入場所はふくサポまたは社協各支所です。

## お問い合わせ先

### 丹波市ふだんのくらしサポートセンター



南部（柏原・山南地域）☎080-8546-8013

西部（氷上・青垣地域）☎080-8546-8014

東部（春日・市島地域）☎080-8546-8012