

## 「介護予防・日常生活支援 総合事業」のご案内 ☎ 高齢者支援課 ☎ 内線2621

市では、独自の基準による訪問・通所型などの公的サービスと、地域のつながりや支え合いの両面から高齢者をサポートする「介護予防・日常生活支援総合事業」を実施しています。介護が必要な方や認知症の方が住み慣れた地域で主体的に生活し、「したい」「できるようになりたい」という思いを実現できるような支援を進めています。

### 公的サービス

#### 例えば…ちょっとした生活の手助けに

お住まいの地区の地域包括支援センターで「みたか日常生活チェックシート」(生活機能を調べる25項目の質問)に回答してください。結果を基に、本人の意向や状態などを確認しながら、介護予防サービスの利用計画を作成します。市独自の基準によるサービスで、介護保険よりも簡単に、少ない費用負担で利用できます。

☝ 要支援1・2の方、同チェックシートで対象と判定された65歳以上の方

◆訪問型サービス 買い物や家事などの日常生活の手助けをしながら、利用者自身ができることを増やせるように支援します。1回30分～60分未満と短時間での利用が可能です。

◆通所型サービス 通所介護施設で、生活機能の維持・向上のための体操やトレーニングなどが受けられます。

### 地域のつながりや支え合い

#### 例えば…介護予防につながる活動の場の立ち上げに

介護予防のための体操を取り入れた内容で活動を立ち上げた市民グループに対し、経費の一部を補助します。

☝ 10人以上で、そのうち半数以上が65歳以上の市民グループ

◆活動内容 介護予防のための体操(口腔くこうくう)運動を含む)を取り入れ、月2回以上活動することが必要です。

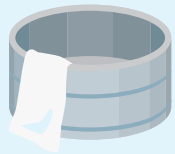
※体操のほか、さまざまな趣味の活動を行うことも可能です。

◆助成金額・期間 ひと月当たり5,000円、1グループにつき3年間まで

※他の助成制度との併用はできません。受け付けは各年度当たり、新規30団体を予定しています。なお、新型コロナウイルスの感染拡大防止のため、申請時期についてはご相談ください。

## 令和2年度 高齢者無料入浴券の 配布を延期します ☎ 高齢者支援課 ☎ 内線2627

高齢の方向けの公衆浴場無料入浴券を、4月下旬ごろの配布とご案内していましたが、新型コロナウイルスの感染拡大防止のため、当面の間、配布を延期します。すでにお申し込みいただいた方にはご不便をお掛けしますが、ご理解とご協力をお願いします。  
※今後の状況により順次配布します。



## 介護人財確保のために 研修費補助金を交付しています

☎ 介護保険課 ☎ 内線2685

市内の介護事業所の人財確保のため、介護職員が受講した研修の費用を補助します。申請方法など、詳しくは市ホームページをご覧ください。

◆補助内容 ①介護職員初任者研修課程(上限70,000円)

②介護福祉士実務者研修(上限100,000円)

◆対象(次のいずれかに該当する方)

- 平成30年4月1日(「みたかふれあい支援員」は29年4月1日)～令和3年3月31日に市内の介護事業所で新たに勤務を開始した方
- ①または②の研修を修了後、1年以内に就職し3カ月以上勤務した方
- 働きながら①または②の研修を受講し、修了後も3カ月以上勤務した方
- みたかふれあい支援員のうち、申請時点からさかのぼって3年間に累計30時間以上の勤務実績のある方

## 光化学スモッグにご注意を!

☎ 環境政策課 ☎ 内線2523

光化学スモッグは、気温が20度を越えた風の弱い日に発生することが多く、例年5～10月ごろにかけては注意報が発令されることもあります。注意報や警報が発令された場合は、防災無線や市ホームページ、市公式ツイッター、安全安心メール、公共施設への掲示などでお知らせします。

### 注意報・警報が発令されたら

- 外出や、屋外での運動を控える
  - 目や喉が痛くなったら、すぐに洗眼やうがいをする
- ※発令状況は東京都環境局ホームページ [HP https://www.kankyo.metro.tokyo.lg.jp/](https://www.kankyo.metro.tokyo.lg.jp/) で確認できます。発令は原則、日没をもって解除されます。

### 光化学スモッグの発生を抑えるために

光化学スモッグは、自動車の排ガスなどによる大気汚染が原因といわれています。都内では、自動車のアイドリングストップが義務付けられています。駐停車時はエンジンの停止をお願いします。

## 5月30日は「ゴミゼロの日」

ごみの減量や再資源化などにつながる活動にご協力ください

☎ ごみ対策課 ☎ 内線2535

食品の無駄な廃棄を無くす、買い物にはマイバッグを持参するなど、無理なく続けられるごみ減量の工夫をお願いします。また、テレビや布団を路上に置き去りにしたり、たばこの吸い殻や空き缶をポイ捨てするなどの不法投棄を「しない、させない、見逃さない」まちづくりにご協力ください。

※今年は新型コロナウイルスの感染拡大防止のため、5月29日に予定していたキャンペーンは実施しません。

## ごみの分別にご協力ください

まちの環境と美観を守るために、三鷹市のごみ出しのルールを守り、正しいごみの分別にご協力ください。

☎ ごみ対策課 ☎ 内線2533

### 危険! ごみ収集作業中に車両火災が発生

市内でごみ収集作業中に、不燃ごみの中に混入した中身の残ったガスボンベが原因とみられる車両火災が発生しました。

スプレー缶、カセットボンベ、ライターなどがほかのごみに混入すると、ごみ処理施設や収集車両の火災事故につながり大変危険です。必ず中身を使い切り、「有害ごみ」として出してください。

また、処理の際に発火する危険性がある乾電池、モバイルバッテリー、電子たばこなども「有害ごみ」に当たります。

### 分別に迷ったらAIチャットボットによる「ごみ分別案内」

AI(人工知能)を活用したチャットボットによる「ごみ分別案内」システムを運用しています。24時間365日、ごみの分別方法や捨て方、収集日を確認できます。

◆利用方法 市ホームページから「ごみ分別案内」(左記二次元コード)にアクセスし、市のごみ分別・リサイクル活動応援キャラクター「サリー」のアイコンをクリック。  
問い合わせたい内容を入力して「送信ボタン」を押してください。

◆対応言語 日本語、英語、中国語(簡体字)、ハングル、ベトナム語



#### チャットボット

対話を意味する「chat(チャット)」とロボットを意味する「bot(ボット)」を組み合わせた言葉で、テキストを通じて自動で会話するプログラムのこと。



サリー

### 新型コロナウイルス 感染拡大防止のための ごみの捨て方

ごみに付着したウイルスによる感染拡大防止のため、家族に感染の疑いがある場合は、鼻水などが付着した使用済みマスクやティッシュなどのごみには直接手を触れず、すぐにビニール袋に入れて密閉したうえで、市指定のごみ袋で「燃やせるごみ」として出すようにお願いします。処理後は直ちに手を洗ってください。