



くじょうしせいかつ  
郡上市生活ガイド

## Gujo City Living Guide

にんしん しゅっさん こそだ けんこう  
妊娠と出産・子育てと健康

### Pregnancy & Childbirth, Parenting and Health

こうれいしゃ かいごせいど  
高齢者の介護制度

### Nursing Care System for Elderly Citizens

くじょうしこくさいこうりゆうすいしんきょうぎかい ぐじょうし く がいこくじん かた しみん すこ あんしん  
郡上市国際交流推進協議会では、郡上市で暮らす外国人の方と市民のみなさんが、健やかで安心  
せいかつ  
した生活ができるまちづくりをめざし、こ お子さんからお年寄りの方の健康に関する情報をまとめた  
ガイドを作成しました。ご自分の、またご家族の方の健康について、ぜひご活用ください。詳しく  
は、かくまどぐち と あ  
は、各窓口までお問い合わせください。

Gujo International Communications Association has prepared a guide which summarizes information for the health of all-ages so that every citizen and foreign resident of Gujo City can enjoy healthy and worry-free living. Please use this guide for the health of you and your family. For details, please contact the respective sections in charge.

ぐじょうしやくしよ  
郡上市役所 Gujo City Office

くじょうしこくさいこうりゆうすいしんきょうぎかい  
郡上市国際交流推進協議会



Gujo International Communications Association

# 目次

## 1 妊娠から出産・子育てと子どもの健康について

- ① 妊娠したとき（妊婦）・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 1～6
- 妊娠がわかったら（母子健康手帳の交付）  
妊婦歯科健診  
妊娠相談・訪問
- ② 子どもが生まれてから（産婦・新生児・乳幼児）・・・・・・・・ 7～13
- 新生児聴覚検査費用の助成  
母子1か月健診費用の助成  
赤ちゃん訪問  
乳幼児健康診査・歯科健診  
もぐもぐ教室（離乳食初期）  
乳幼児健康相談
- ② 予防接種・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 14～19
- 予防接種について  
任意予防接種の費用助成  
予防接種の受け方

## 2 成人の健康と介護サービス・保険について

- ① 健康診断と予防接種・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 20～27
- 生活習慣病と健康診断  
予防接種
- ③ 介護サービスと介護保険・・・・・・・・・・・・・・・・ 28～33
- 介護サービスと介護保険  
介護保険料の支払い方  
介護サービスの受け方  
介護サービスの種類
- ④ 地域包括支援センター・・・・・・・・・・・・・・・・ 34～35
- 地域包括支援センターとは  
さまざまなご相談に応じます  
みなさんの権利を守ります  
自立した生活ができるよう支援します

# Table of Contents

## 1 Pregnancy, Childbirth, Childcare and Child Health

- ① When You Become Pregnant (Pregnancy) . . . . . 1~6
  - Finding out you are pregnant (Issue of Maternal and Child Health Handbook)
  - Dental Checkups during pregnancy
  - NINPU Clinic
  - Pregnancy Consultation and Home Visits
- ② After childbirth (Women in labor, newborns and infants) . . . . . 7~13
  - Newborn visits
  - Medical and Dental Checkups for Babies and Infants
  - MOGUMOGU clinic (Early Stages of Weaning)
  - KAMIKAMI clinic (1 year-old baby class)
  - Infant Health Medical Checkup
- ⑤ Immunization . . . . . 14~19
  - Immunization
  - How to get immunizations

## 2 Adult Health, Nursing Care Services and Insurance

- ① Medical Check Up and Immunization . . . . . 20~27
  - Lifestyle-Related Diseases and Medical Check Up
  - Immunization
- ② Nursing Care Service and Nursing Care Insurance . . . . . 28~33
  - Nursing Care Service and Nursing Care Insurance
  - How to pay for Long-term Care Insurance Premiums
  - How to receive Nursing Care Services
  - Types of Long-Term Care Services
- ③ Regional Comprehensive Support Center . . . . . 34~35
- ④
  - Regional Comprehensive Support Center
  - General consultation and guidance
  - Rights of All Citizens
  - Support to enable the elderly to live independent

## 〈妊娠から出産・子育てと子どもの健康について〉

妊娠おめでとうございます。授かった命を大切にしてください。しかし、妊娠とはよろこびが大きい反面、不安も大きいのではないのでしょうか。また、みなさんの生まれ育った国と日本とでは文化や風習、制度など様々な面で違いがあると考えられ、日本での安心安全な出産・育児のために知っておいて欲しいことが数々あります。

日本では、国の制度や、郡上市独自の政策として、妊婦さんやお腹の赤ちゃんの健康確保を目的に、安心して安全な出産を迎えるため、多くの制度などが用意されています。出産後にも、お母さんとお子さんの健康面や精神面も支えていきます。

また、幼いお子さんをお持ちのお母さんたちが交流を図ることで、子育ての悩みや相談をし、お互いに助け合うことや、近所に住む大人たちが小さなお子さんたちを見守る習慣があり、地域の中での子育てが交流を深め、子どもたちの防犯にも役立ちます。

積極的に活用・参加され、郡上市での安心・安全な子育てに役立ててください。

### ① 妊娠したとき（妊婦）

#### ●妊娠がわかったら（母子健康手帳の交付）

妊娠がわかった方は、妊娠中の母子の健康を守るため、病院などで定期的な健康診査を受けることが必要です。また、病院などで医師に妊娠と判断されると、「妊娠届出書（証明書）」がもらえます。郡上市では、書類を受け取った方は、下記の保健センターへ提出し「母子健康手帳」を必ず受け取っていただきます。（無料）

また同時に、「妊婦一般健康診査受診票」、「妊婦歯科健診受診票」などもお渡しします。

#### 語句訳

#### 母子健康手帳

妊娠、出産、乳幼児健診、予防接種などの記録を書き込む母と子の大切な手帳のこと。

対象者：妊婦

持ち物：妊娠届出書（証明書）

場所：八幡保健福祉センター 毎週木曜日 午後1時～3時

白鳥保健センター 毎週月曜日 午前9時30分～11時

（祝祭日 休）



# <Pregnancy, Childbirth, Childcare and Child Health>

Congratulations on getting pregnant. Please take good care of yourself and the new life that is on the way. The joy of pregnancy is great, but you may also feel uneasiness at this time. In addition, there are most probably various differences of culture, customs and medical systems between Japan and the country where you grew up. Therefore, there are many things that you need to know for safe and worry-free childbirth and parenting in Japan.

Due to the independent policies of Gujo City and the medical system of this country, many safeguards are prepared in Japan for the purpose of securing the health of the pregnant woman and her unborn child. We will support both the physical and mental health of the mother and child.

In addition, please feel free to ask questions about parenting and help each other by getting involved with other mothers who have young children. There is also a custom in this area where adults who live in each neighborhood help to watch over the children. Parenting in the region enriches social communication and interaction and is helpful for preventing crimes against children. We hope you can participate actively and make use of this system for safe and worry-free parenting in Gujo City.

## ① When You Get Pregnant (Pregnant Women)

### ●Finding out you are pregnant (Issue of Maternal and Child Health Handbook)

On finding out they are pregnant, mothers are required to receive a periodical health examination in the hospital, etc. to protect the health of both the mother and child during pregnancy. In a maternity hospital, when a doctor diagnoses you as pregnant, a "Pregnancy Registration Statement (Medical Certificate)" will be issued.

Those who received a statement are requested to submit it to one of the following Health Care Centers and be sure to receive a "Maternal and Child Health Handbook" (free of charge).

At the same time, the "Application for Pregnant General Health Medical Checkup and "Application for Pregnant Dental Health Checkup" forms will be issued.

Who for : Pregnant Women

Please bring : Pregnancy Registration Statement  
(Medical Certificate)

Place : Hachiman Health Care Center	Every Thursday	1.00 pm ~ 3:00 pm
Shirotori Health Care Center	Every Monday	9:30 am ~ 11:00 am

Closed on national holidays

#### Explanation of terms

#### Maternal and Child Health Handbook

It is an important handbook for you and your child to keep a record of your pregnancy, childbirth, infant's health, checkups and inoculations, etc.

## ●妊婦歯科検診

妊娠中は、歯科に関する病気（虫歯や歯肉炎など）になりやすい時期です。「母子健康手帳」の交付時にお渡しした「妊婦歯科検診受診票」をお持ちの上、市内指定歯科医院で、「口腔内歯科検診」、「歯磨きのブラッシング指導」を受けてください。この機会にぜひ受診してください。（無料）

なお治療が必要な方は、個人負担が必要です。

対象者：妊婦（妊娠28週まで）

持ち物：妊婦歯科検診受診票

場所：市内指定歯科医院（要予約）

## ●妊婦一般健康診査

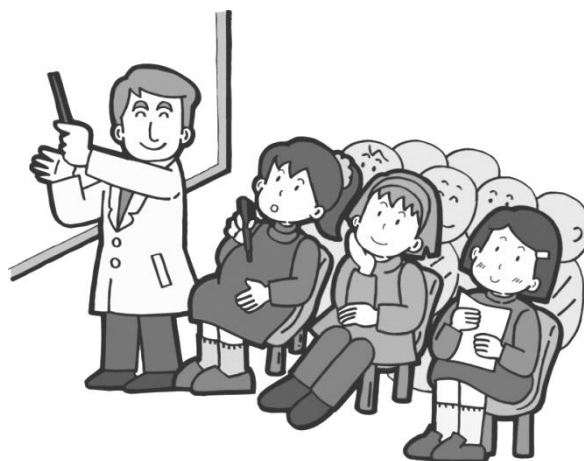
妊娠中の妊婦さんとお腹の赤ちゃんの健康を守り、妊娠の経過を確認するための妊婦健康診査を受けましょう。郡上市では、14回分の決められた検査項目の健診費用を助成します。

対象者：妊婦

持ち物：妊婦健康診査受診票（県内医療機関の場合）

（母子健康手帳交付時に交付）

場所：かかりつけの産婦人科病院等



### 語句訳

#### 保健師

地区活動や健康教育・保健指導などを通じて疾病の予防や健康増進など、公衆衛生活動を行う地域看護の専門者。

### 語句訳

#### 栄養師

乳幼児から高齢者までの健康づくりや食生活改善の支援を行う専門者。

### 語句訳

#### 助産師

国の助産師免許を持ち、分娩を助け、妊婦、産婦、新生児に対する世話や保健指導を行う女子。

● **Dental Checkups during pregnancy**

During pregnancy, dental problems such as cavities and gingivitis, etc can appear. Please bring the “Application for Pregnant Dental Health Checkup” which was issued with the “Maternal and Child Health Handbook” and get the “Oral Dental Checkup” and “Brushing Instructions” pamphlets on how to properly brush your teeth from designated dental clinics in the city. Consultation with a dentist is free of charge and we encourage you to have a checkup (free of charge) . Treatment needs depend on the individual.

- Who for : Pregnant women (up until 28 weeks pregnancy)
- Please bring : Application for Pregnant Dental Health Checkup Form
- Place : At designated Dental Clinics in the City (Reservation required)

● **General prenatal checkups**

Undergo regular medical examinations to protect your health and that of your unborn baby and to confirm the process of pregnancy. Gujo city distributes 14 coupons for prenatal/postnatal checkups to cover the costs for regular medical examinations.

- Who for : Pregnant women
- Please bring : Coupons for General Health Medical Checkup for Pregnant Women  
(To be used at medical institutions in the prefecture)  
(To be issued with the Maternity and Child Health Handbook)
- Place : Gynecological and Obstetrics Hospitals etc. in your area

Explanation of terms

**Public Health Nurse**  
The public health nurse is a professional who conducts health assessments of babies, infants and the elderly and supports the improvement of their eating habits

Explanation of terms

**Nutritionist**  
Nutritionists assist people with information about meals and nutritional benefits so that they can enjoy more healthy dietary habits, and shall perform dining services and nutrition advice.



Explanation of terms

**Midwife**  
The midwife is a woman with a National Midwife License, who helps with childbirth, performs health guidance and takes care of pregnant women, women in labor and newborn infants.

**●妊婦相談・訪問**

妊婦さんは、妊娠中からだやころに様々な変化があります。妊娠中の生活について、心配ごとなどがありましたら、郡上市が開催する各種教室や相談日で相談して下さい。また指定日以外にも相談を受け付けています。お気軽にお問い合わせ下さい。相談の内容により、保健師または栄養士による指導や各ご家庭への個別訪問も行います。(無料)

**●お問い合わせ先**

市役所健康福祉部健康課 (大和保健福祉センターやまつつじ) TEL 88-4511





● **Pregnancy Consultations and Home Visits**

The pregnant woman will undergo various changes in her body and mental state during pregnancy. If any worries about your life during pregnancy arises, please come for a consultation at various clinics throughout the city or on a designated consultation day run by Gujo City. Feel free to contact us since consultation is also accepted on other days besides the designated days. Either a public health nurse or nutritionist will counsel you according to what you discuss the contents of the consultation and will carry out a home visit (free of charge) .

● **For further information, please contact**

The Health and Welfare Section of the Health and Welfare Department in Gujo City Office  
(Yamato Healthcare and Welfare Center YAMATSUTSUJI) TEL 88-4511



## ②子どもが生まれてから（産婦・新生児・乳幼児）

### ●新生児聴覚検査費用の助成

赤ちゃんの耳の聞こえを早い時期に確かめることで、適切な対応を取ることができます。検査にかかる費用を一部助成することで、赤ちゃんの発育発達と安心子育てを応援します。

助成金額：3,000円

対象者：新生児

助成手続き ※注：検査方法が「自動ABR検査」の場合のみ助成対象となります。

市内の医療機関（郡上市民病院）で検査する場合	市外の医療機関で検査する場合
<p>① 出生後、産婦人科病棟に申込書を提出する。</p> <p>② 会計窓口で検査料金を差し引いた額を支払う。</p>	<p>① 医療機関窓口で料金を一旦全額自己負担する。</p> <p>② 市役所で申請手続きを行い助成を受ける。</p>

申請に必要なもの：申請書、領収書、母子健康手帳、検査結果票、振込先が確認できる通帳等、印鑑

問い合わせ：健康福祉部 健康課（大和保健福祉センターやまつつじ） ☎88-4511

### ●母子1か月健診費用の助成

産後1か月のお母さんと赤ちゃんの健診にかかる費用を、8,000円を上限に助成します。

対象者：郡上市に住所のあるお母さんと赤ちゃん

必要書類：領収書、診療明細書、母子健康手帳の写し、申請書

問い合わせ：健康福祉部 健康課（大和保健福祉センターやまつつじ） ☎88-4511

### ●赤ちゃん訪問

赤ちゃんが生まれてから生後2か月頃までのご家庭に、保健師または助産師が訪問し、お母さんと一緒に、体重測定や発育状態など、赤ちゃんの成長ぶりを確認します。また日頃の育児生活で心配なことや、これから受ける健診や予防接種についての説明も行います。

※ 予約制ですので、事前に保健師または助産師から、訪問日時を連絡します。（無料）

対象者：新生児・乳児・産婦

場所：各ご家庭

## ② After childbirth (Parturient women, newborns and infants)

### ●Subsidies for the hearing screening test for newborns

Early diagnosis of hearing impairment is important to provide adequate care. Gujo city will pay part of the costs for the hearing screening test to secure growth and development of your babies and support child rearing.

Subsidies: 3,000 yen

Who for: Newborns

Where to go to apply:

\*Subsidies are only applicable for the hearing screen test performed by automatic ABR test.

When the test is conducted at medical institutions in the city (Gujo City Hospital)	When the test is conducted at medical institutions outside the city
①. Submit the application form to the Gynecology and Obstetrics Ward after the childbirth ②. Pay the balance between the actual cost and the subsidies at the hospital cashier.	① Pay all the actual test cost at the hospital cashier. ② Submit the application form at the City office to receive the subsidies.

Please bring: Application form, receipt, maternity and child health handbook, results of the hearing screening test, bank book to confirm your account number to receive the subsidies, seal (Hanko)

Contact: The Health and Welfare Section of the Health and Welfare Department in Gujo City Office (Yamato Healthcare and Welfare Center YAMATSUTSUJI) TEL 8 8 – 4 5 1 1

### ●Subsidies for one month postnatal health checkups for mothers and newborns

Gujo city will pay the costs for the one month postnatal health checkups for mothers and newborns up to 8,000 yen.

Who for: Mothers and Newborns who reside in Gujo City

Please bring: Receipt, detailed medical examination report, copy of maternity and child health handbook, application form

### For further information, please contact

The Health and Welfare Section of the Health and Welfare Department in Gujo City Office (Yamato Healthcare and Welfare Center YAMATSUTSUJI) TEL 8 8 – 4 5 1 1

● **Newborn visits**

The public health nurse or midwife will visit babies' homes about two months after birth, and will measure the weight, rate of growth and confirm the baby's growth and development together with the mother. The public health nurse or midwife will explain about daily care routines of your child together and also about the medical checkups and vaccinations which your child will receive from now on.

※ As this is a reservation system, the public health nurse or midwife will inform you of the visiting time in advance (free of charge) .

Who for : Newborns, infants and women in labor

Place : Individual's homes



## ●乳幼児健康診査・歯科検診

郡上市では、「3～4か月児」「9～10か月児」「1歳6か月児」「3歳児」の月年齢のお子さんのそれぞれに、「乳幼児健康診査」を行っています。これは赤ちゃんの身体測定や発育検査、育児に関する個別相談など各月齢に応じて、小児科医、保健師、栄養士などが対応し、保護者の方と一緒に成長を確認することで、お子さんの健康を守ります。

また「1歳6か月児」「2歳児」「3歳児」では、歯科検診を行います。各健診の日時については、個人通知にてお知らせしますので、指定の場所へお越しください。(無料)

## ●もぐもぐ教室 (離乳食初期)

離乳食初期の赤ちゃんを対象に、身体計測のほか、離乳食のすすめ方や試食、親子遊びの紹介、個別相談などお子さんの発育にあわせた食事について、栄養士による説明が受けられます。(無料)

対象者：5か月児 (離乳食の開始時期にあわせた月齢で参加できます)

持ち物：母子健康手帳、赤ちゃん用のすりこぎ・すりばち・スプーン、

バスタオル、タオル

場所：八幡保健福祉センター

大和保健福祉センターやまつつじ

日時：母と子のカレンダー 参照

### 語句訳

#### 離乳食

産まれてから母乳やミルクで育てきた赤ちゃんが、それ以外の食べ物を飲んだり、噛んだりする練習のための食事。



### ●Medical and Dental Checkups for Babies and Infants

Gujo City offers “Group Medical Examinations for Babies and Infants” at the ages of “3-4 months”, “9-10 months”, “1 year and 6 months” and “3 years”. The pediatrician, public health nurse and nutritionist, as well as other health professionals will assist and help with this service through individual consultation regarding childcare, body measurements and progress of growth according to each applicable age.

Your child’s health is safeguarded by checking their growth together with the parents. Dental checkups will also be conducted for babies and infants at the ages of “18 months”, “2 years” and “3 years”. Since the time of each medical checkup will be notified to you individually, please visit the designated place at the reserved time (free of charge) .

### ●MOGUMOGU clinic (the Early Stages of Weaning)

In addition to the physical measurements of your child, a nutritionist shall explain to you what meals should be given to your child, by what method weaning should take place, and the introduction of parent-and-child play in line with the development of your child through individual consultations (free of charge) .

#### Explanation of terms

##### Weaning

Practical lessons on how to introduce drinking and solid foods to babies who have been breast fed or given powdered milk

Who for : For babies in the early stages of weaning.

Babies aged: 5 months.

(Your child can participate at the ages according to when weaning started)

Please bring : Maternal and Child Health Handbook, wooden pestle, earthenware mortar, spoon, bath towel and hand towel

Place : Hachiman Healthcare and Welfare Center

Yamato Healthcare and Welfare Center YAMATSUTSUJI

Date and Time : Please refer to the calendar for mothers and children



## ●乳幼児健康相談

お子さんの成長について、保護者の方と保健師、栄養士と一緒に確認を行います。身体計測のほか、育児についての相談や栄養、離乳食、予防接種など子育て全般に関する相談を受付けます。相談は、毎月各地で行われています。お気軽にご相談ください。(無料)

対象者：乳幼児とその保護者の方

持ち物：母子健康手帳

## ●お問い合わせ先

市役所健康福祉部健康課 (大和保健福祉センターやまつつじ) TEL 88-4511



● **Infant Health Medical Checkup**

All of the above programs and public health nurses and nutritionists shall check the growth of baby. Besides physical measurements, you can receive advice about child rearing, such as nutritional benefits, weaning and vaccination, etc. Since this consultation is held at various places each month, you can attend without a reservation (free of charge)

Who for : Infants and their parental guardians

What to bring : Maternal and Child Health Handbook

● **For further information, please contact**

The Health and Welfare Section of the Health and Welfare Department in Gujo City Office  
(Yamato Healthcare and Welfare Center YAMATSUTSUJI) TEL 88-4511





## よ ぼ う せ っ し ゅ ③ 予 防 接 種

### ● 予 防 接 種

予 防 接 種 と は、ワ ク チ ン ( 病 原 体 や 毒 素 の 力 を 弱 め て つ づ っ た 薬 液 ) を 接 種 す る こ と で 免 疫 力 を つ け、病 気 に 対 す る 抵 抗 力 を つ け て 発 病 を 予 防 し た り、症 状 を 軽 く し た り す る 方 法 の こ と で す。

ご 自 分 や ご 家 族 の 健 康 の た め、ま た 他 人 に 移 さ な い こ と で 感 染 症 の 流 行 を 押 さ え、社 会 全 体 の 感 染 症 予 防 に も 役 立 ち ま す。予 防 接 種 に は、法 律 に よ り 対 象 疾 病、対 象 者 お よ び 接 種 期 間 な ど の 決 め ら れ た 「定 期 予 防 接 種」が あ り ま す。郡 上 市 で は、下 記 の よ う に 「定 期 予 防 接 種」を 実 施 し て い ま す。接 種 す る 時 期 な ど に 合 わ せ て、お 子 さ ん の 予 防 接 種 計 画 を 立 て、市 が 指 定 す る 医 療 機 関 で 予 防 接 種 を 受 け る よ う に し ま し ょ う。

対 象 者：郡 上 市 に 住 民 票 ま た は 外 国 人 登 録 の あ る 方

種 類	回 数	標 準 的 な 接 種 年 齢 ※ 標 準 的 な 接 種 間 隔	料 金
B 型 肝 炎	1 回 目	生 後 2 か 月 以 上 9 か 月 未 満	無 料
	2 回 目	1 回 目 終 了 後 2 7 日 以 上	
	3 回 目	1 回 目 終 了 後 1 3 9 日 以 上	
ヒ ブ ( H i b ) 感 染 症	初 回 1 回 目	生 後 2 か 月 以 上 7 か 月 未 満	
	初 回 2 回 目	1 歳 未 満 ※ 初 回 1 回 目 終 了 後、2 7 ～ 5 6 日 目	
	初 回 3 回 目	1 歳 未 満 ※ 初 回 2 回 目 終 了 後、2 7 ～ 5 6 日 目	
	追 加	※ 初 回 3 回 目 終 了 後、7 か 月 以 上 1 3 か 月 未 満	
小 児 肺 炎 球 菌 感 染 症	初 回 1 回 目	生 後 2 か 月 以 上 7 か 月 未 満	
	初 回 2 回 目	1 歳 未 満 ※ 初 回 1 回 目 終 了 後、2 7 日 以 上	
	初 回 3 回 目	1 歳 未 満 ※ 初 回 2 回 目 終 了 後、2 7 日 以 上	
	追 加	1 歳 以 上 1 歳 3 か 月 未 満 ※ 初 回 3 回 目 終 了 後、6 0 日 以 上	
四 種 混 合 ジ フ テ リ ア 百 日 せ き 破 傷 風 ポ リ オ	1 期 初 回 1 回 目	生 後 3 か 月 以 上 1 歳 未 満	
	1 期 初 回 2 回 目	初 回 1 回 目 終 了 後、2 0 ～ 5 6 日	
	1 期 初 回 3 回 目	初 回 2 回 目 終 了 後、2 0 ～ 5 6 日	
	1 期 追 加	※ 初 回 3 回 目 終 了 後、1 年 以 上 1 年 6 か 月 未 満	
B C G ( 結 核 )	1 回	5 か 月 以 上 8 か 月 未 満	
水 痘	1 回 目	1 歳 以 上 1 歳 3 か 月 未 満	

	2回目	※1回目終了後、6か月以上12か月未満
麻しん・ 風しん	1期	1歳以上2歳未満
	2期	5歳以上7歳未満で就学前1年間(年長児)
日本脳炎	1期 初回1回目	3歳以上4歳未満
	1期 初回2回目	※初回1回目終了後、6～28日
	1期 追加	※初回2回目終了後、おおむね1年

### ●任意予防接種の費用助成

任意予防接種費用の助成を行います。市内指定医療機関で予防接種を実施しています。接種される前に、説明書などをよく読み、理解した上で接種してください。

対象者：郡上市に住民票、または外国人登録のある方

種類	対象者	費用助成(上限額)	備考
		※1	
おたふくかぜ	1歳～3歳児	3,000円	助成は1回のみ
小児インフルエンザ	小学6年生まで	3,000円	助成は1回目接種のみ
	中学1～3年生	1,500円 (平成30年度より)	助成は1回目接種のみ

※①助成額は、平成30年度を参考にしています。(変更する場合があります)

問い合わせ：健康福祉部 健康課 (大和保健福祉センターやまつつじ) ☎88-4511



### ③ Immunization

#### ● Immunization

Immunization is a method of increasing immunity by giving the patient a vaccination (a safe reduced dose of a pathogen or toxin) which increases resistance to a disease and to reduce its symptoms.

It is beneficial for you and your family's good health, and it stops the spread of infectious disease throughout society. This involves periodical vaccinations against applicable diseases and inoculation periods and who should receive them as set by the law. Since Gujo City is conducting these periodical vaccinations, please make a vaccination plan for your child according to the inoculation schedule and visit the medical institutions Gujo City has designated for receiving vaccinations.

Who for : Gujo City residents and registered foreigners

Vaccination	Number of vaccination		Standard age and interval of vaccination	Fee
Hepatitis B	First injection		Between 2-month and 9-month old	Free
	Second injection		At interval of 27 days or more after 1 <sup>st</sup> injection	
	Third injection		At interval of 139 days or more after 1 <sup>st</sup> injection	
Hib infection	First	First administration	Between 2-month and 7-month old	
		Second administration	Under 1-year old *At interval of 27-56 days after first 1 <sup>st</sup> administration	
		Third administration	Under 1-year old *At interval of 27-56 days after first 2 <sup>nd</sup> administration	
	Booster		*At interval of 7 – 13 months after the first 3 <sup>rd</sup> administration	
Pediatric pneumococcal infection	First	First administration	Between 2-month and 7-month old	
		Second administration	Under 1-year old *At interval of 27 days or more after first 1 <sup>st</sup> administration	
		Third administration	Under 1-year old *At interval of 27 days or more after first 2 <sup>nd</sup> administration	
	Booster		Between 12 months and 15 months old *At interval of 60 days or more after the first 3 <sup>rd</sup> administration	
Diphtheria Pertussis	Phase 1	First administration	Between 3-month and 1-year old	

Tetanus Polio		Second administration	At intervals of 20-56 days after first 1 <sup>st</sup> administration
		Third administration	At intervals of 20-56 days after first 2 <sup>nd</sup> administration
		Booster	*At interval of 12 months to 18 months after the first 3 <sup>rd</sup> administration
BCG (Tuberculosis)	One administration		Between 5-month and 8-month old
Varicella (Chickenpox)	First administration		Between 12 month and 15 month old
	Second administration		*At intervals of 6 to 12 months after the 1 <sup>st</sup> administration
Measles Rubella	Phase 1		Between 1-year and 2-year old
	Phase 2		Between 5-year and 7-year old In the year before admission into elementary school (in the final year of kindergarten or nursery school)
Japanese encephalitis	Phase 1	First administration	Between 3-year and 4-year old
		Second administration	*At intervals of 6-28 days after 1 <sup>st</sup> administration
		Booster	*At intervals of 1 year after 2 <sup>nd</sup> administration

### ●Subsidies for Voluntary Vaccination

Gujo City provides subsidies for voluntary vaccination as follows. Please read the information carefully before vaccination.

Who for : Gujo City residents and registered foreigners

Vaccination	Standard age	Maximum Subsidies *1	Remarks
Mumps	Between 1-year to 3-year old	3,000 yen	Only for one administration
Infantile Influenza	Up to 6 <sup>th</sup> grade elementary school student	3,000 yen	Only for the first administration
	1 <sup>st</sup> to 3 <sup>rd</sup> year in junior high school	1,500 yen (from the fiscal 2018)	Only for the first administration

\*1 Subsidies are those paid in 2018 and subject to change.

### For further information, please contact

The Health and Welfare Section of the Health and Welfare Department in Gujo City Office  
(Yamato Healthcare and Welfare Center YAMATSUTSUJI) TEL 88-4511

## ● 予防接種の受け方

### ① 接種計画を立てる

毎年郡上市から配布される予定表をもとに、年齢と予防接種の種類を確認して、接種する計画を立てます。

### ② 医療機関に予約の連絡をする

郡上市が指定する医療機関に予防接種の予約を連絡します。

### ③ 予診票の記入

予診票は安全に予防接種を受けるための大切な情報です。責任を持って記入をしてください。

### ④ 医療機関で予防接種をする

予約した日時に医療機関で受診してください。お子さんの健康について、よく知っている保護者が連れていきましょう。

持ち物：母子健康手帳、予診票、健康保険証

## ● お問い合わせ先

市役所健康福祉部健康課（大和保健福祉センターやまつつじ） TEL 88-4511



**●How to Get Immunizations**

## ① Make a vaccination plan

Please make plans to get immunized after checking the type of vaccination required and your age according to the schedule distributed by Gujo City every year.

## ② Make a reservation with the relevant medical institutions

Please contact the medical institutions which Gujo City has designated to make a reservation for immunization

## ③ Fill in a YOSHIN-HYO (Inquiry form before consulting doctors)

Please fill in the YOSHIN-HYO carefully because it is important information for getting a safe vaccination.

## ④ The vaccination at the medical institution.

Please visit the doctor at the appointed date and time when getting the vaccination in the medical institution. Children need to be accompanied by a parent or guardian..

What to bring : Maternal and child Health Handbook,  
YOSHIN-HYO and Certificate of Health Insurance

**●For further information, please contact**

The Health and Welfare Section of the Health and Welfare Department in Gujo City Office  
(Yamato Healthcare and Welfare Center YAMATSUTSUJI) TEL 88-4511



## ＜成人の健康と介護サービス・保険について＞

郡上市に外国人登録をされている方は、ご自分の健康状態を知ることができる診断を受けることができます。みなさんが健やかで、元気に暮らせるよう受診することをおすすめします。

なお満年齢によって、内容が変わるため、受診方法やお申し込みの内容が異なります。

またあなたやあなたのご家族の方で、体の不自由な方やお年寄りの方がいる場合、金銭的・精神的・肉体的に重くのしかかってくる介護をサポートする「介護サービス」があります。詳しくは、担当課窓口までお問い合わせください。

### ① 健康診断と予防接種

#### ●生活習慣病と健康診断

生活習慣病とは、高血圧症・糖尿病・脂質異常症など、日頃の生活習慣が大きく関わっている病気の総称です。また、バランスの偏った食事や運動不足、喫煙、飲酒、ストレスなどが病気の要因とも言われています。初期の段階ではほとんど自覚症状がありません。生活習慣を改善することが発症予防や病状の悪化を防ぐ第一歩です。

健診・検診名	検査内容	対象者 ※①	料金 ※②
30歳代基本健診	問診、身体測定計測、血圧、血液検査（肝機能、脂質、腎機能、血糖、貧血）診察、尿検査、健康相談	30歳～39歳	集団（700円） 医療機関（1,000円）
特定健康診査 (医療保険者健診)	医療保険者により異なります。 なお「郡上市国民健康保険」が行う健診は、「30歳代基本健診」と同じです	40歳～74歳 ※郡上市国民健康保険に加入している方、医療保険者が発行する受診券をお持ちの方	集団（700円） 医療機関（1,000円）

※① 年齢は、当該年度の3月31日現在のものです。（年度末年齢）

※② 料金は、平成30年度を参考にしています。（変更する場合があります）

## <Adult Health and Long-Term Care Services and Insurance>

Registered foreigners in Gujo City are able to have a medical checkup to find out about the condition of their health. We recommend consulting a doctor so that all citizens can live wholesomely and cheerfully. Consultation methods and application requirements vary according to respective ages. "Nursing Care Service" to support long-term nursing care which might place financial, mental and physical heavy burdens on you or your family is available for you or your family for either an elderly person or a physically disabled person. For details, please contact the section in charge..

### ① Medical Check Up and Immunization

#### ●Lifestyle-Related Diseases and Medical Check Up

Lifestyle-related diseases are the generic name usually connected with daily living habits, such as high blood pressure, diabetes and high cholesterol levels. Unbalanced meals, lack of exercise, smoking, drinking and stress, etc. are thought to be a major factor in the causes of these diseases. There are almost no obvious symptoms. Improving daily habits is the first step in preventing the onset and worsening of a current existing illness

Name of Health Checkup and Medical Checkup	Details of Checkup	Who for ※①	Costs ※②
Basic Health Checkup for those of 30 years of age	Medical questionnaire, body measurement, blood pressure, blood test (liver fuction, lipid, kidney function, blood sugar, anemia), medical examination, urine test, health consulation	30~39-years-old	Group (700 yen) Individual (1,000 yen)
Specific Medical Checkup (Location and procedure varies according to the type of medical insurance enrolled in.)	The health check for those with "National Health Insurance of Gujo City" is the same as the "Basic Health Checkup for those of 30-years-old"	40~74-years-old ※ Members of "National Health Insurance of Gujo City". who received the checkup coupons.	Group (700 yen) Individual (1,000 yen)

①. The age is as of the following March 31 (fiscal year end).

②. For the costs we use those actually charged in 2018 as a reference and they are subject to change.



けんしん けんしんめい 健診・検診名		けん 査 内 容	たいしょうしゃ 対象者 ※①	りょう きん 料 金 ※②
すこやか <sup>けんしん</sup> 健診		30 <sup>さいだい</sup> 歳代基本健診と同じ	75 <sup>さいいじょう</sup> 歳以上	しゅうだん (420 <sup>えん</sup> ) えん 医療機関 (500 <sup>えん</sup> ) えん
い がん 胃がん けんしん 検診	い ぶ 胃部 バリウ ム <sup>けんしん</sup> 検診	もんしん、い ぶ レントゲン <sup>けんさ</sup> 検査 (バリウム <sup>ぞうえい</sup> 造影)	40 <sup>さいいじょう</sup> 歳以上	しゅうだん (500 <sup>えん</sup> ) えん 医療機関 (1,000 <sup>えん</sup> ) えん
	※③ い ない し 胃内視 鏡 <sup>けんしん</sup> 検診	もんしん、い ない し きょうけんさ い 問診、胃内視鏡検査 (胃カメラ)	50 <sup>さいいじょう</sup> 歳以上	いりょうきかん 医療機関 (1,200 <sup>えん</sup> ) えん
だいちよう <sup>けんしん</sup> 大腸がん検診		もんしん、べんせんけつけんさ (かほう) 問診、便潜血検査 (2日法)	40 <sup>さいいじょう</sup> 歳以上	しゅうだん (500 <sup>えん</sup> ) えん 医療機関 (5,000 <sup>えん</sup> ) えん 円)
けっかく がい <sup>けんしん</sup> 結核・肺がん検診 (きょうぶ) 胸部レントゲン)		もんしん、きょうぶ レントゲン <sup>けんしん</sup> 検査 けっかくけんしん (さいいじょう) 結核検診 (65歳以上)	40 <sup>さいいじょう</sup> 歳以上	むりよう 無料
かくたんさいぼうしんけんさ 喀痰細胞診検査 (はい <sup>けんしん</sup> ) 肺がん検診)		もんしん、かくたんさいぼうしんけんさ 問診、喀痰細胞診検査	50 <sup>さいいじょう</sup> 歳以上 かつ喫煙指 すう 数 600 いじょう 以上	しゅうだん (500 <sup>えん</sup> ) えん 医療機関 (500 <sup>えん</sup> ) えん 円)
しきゅう けいぶ 子宮 (頸部)		もんしん、ないしん、けいぶさいぼうしん 問診、内診、頸部細胞診	20 <sup>さいいじょう</sup> 歳以上 の女性	しゅうだん (500 <sup>えん</sup> ) えん 医療機関 (800 <sup>えん</sup> ) えん 円)
にゅう <sup>けんしん</sup> 乳がん検診		もんしん、にゅうぼう 問診、マンモグラフィー (乳房レ ントゲン <sup>けんさ</sup> 検査)	40 <sup>さいいじょう</sup> 歳以上 の女性	しゅうだん (500 <sup>えん</sup> ) えん 医療機関 (500 <sup>えん</sup> ) えん 円)

※① ねんれい、とうがいねんど、がつ にちげんざい、ねんどまつねんれい  
年齢は、当該年度の3月31日現在のものです。(年度末年齢)

※② りょうきん、へいせい、ねんど、さんごう、へんごう、ばあい  
料金は、平成30年度を参考にしています。(変更する場合があります)

※③ い、けんしん、けんしんほうほう、なか、さいいじょう、ほう  
胃がん検診は、2つの検診方法の中からいずれか1つです。(50歳以上の方)

Name of Health Checkup and Medical Checkup		Details of Checkup	Who for ※①	Costs ※②
SUKOYAKA Health Checkup		Same as the basic Health Checkup for those of 30 years of age	Those more than 75-years-old	Group(420 yen) Individual (500 yen)
Medical Checkup for Stomach Cancer ※③	Digestive tract contrast inspection using barium	Medical questionnaire, X-ray examinations of stomach (Contrast inspection using barium sulfate)	40 years old or older	Group(500 yen) Individual (1,000 yen)
	Gastrofiberscopy	Medical questionnaire, gastrofiberscopy (gastrocamera)	50 years old or older	Individual (1,200 yen)
Large intestine cancer examination		Medical questionnaire, Fecal occult-blood testing (Two days method)	40 years old or older	Group (500 yen) Individual (500 yen)
Medical Checkup for Tuberculosis and Lung Cancer (Chest X-ray)		Medical questionnaireChest X-ray, Tuberculosis examination (65 years old or older)	40 years old or older	Free of charge
Sputum cytodiagnosis (Medical Checkup for Lung Cancer)		Medical questionnaireSputum cell medical checkup Sputum cytodiagnosis	50 years old or older and with smoking index higher than 600 50-years-old	Group(500 yen)
Medical Checkup for Uterine Cancer (cervical area)		Medical questionnaire, pelvic examination, Cervix uterus cytodiagnosis	Women aged 20 years or older	Group (500 yen) Individual (800 yen)
Medical Checkup for Breast Cancer		Medical questionnaire,Mammography (Breast X-ray) (X-ray Examinations of breast)	Women aged 40 years or older	Group (500 yen) Individual (500 yen) (500 yen)

①. The age is as of the following March 31 (fiscal year end).

②. For the costs we use those actually charged in 2018 as a reference and they are subject to change.

③. Either one of the tests is available for stomach cancer test (for those aged 50 or older)

けんしん けんしんめい 健診・検診名	けん さ ない よう 検 査 内 容	たいしょうしゃ 対象者 ※①	りょう きん 料 金 ※②
ぎふ・さわやか口腔 けんしん 検診	は しにく けんしん くち はたら 歯や歯肉の健診、お口の働きの けんさ 検査、ブラッシング指導	さいいじょう 75歳以上 (健診受診日時点)	200円
こつ そ 骨粗しょう症検診	もんしん 骨みつどそくてい 問診、骨密度測定	40・45歳、 50・55歳、 60・65歳、 70歳の女性	しゅうだん 集団 (500円)
かんえん けんしん 肝炎ウイルス検診	がたかんえん けんさ B型肝炎ウイルス検査、 がたかんえん けんさ C型肝炎ウイルス検査	さいいじょう 40歳以上 ※③	むりょう 無料
し しゅうびょうけんしん 歯周病検診	もんしん 問診、 は およ し しゅうそしき こうくうないけんさ 歯及び歯周組織の口腔内検査	40・50・ 60・70歳 ※④	いりょう きかん 医療機関 (500 円)

※① 年齢は、受診する日の3月31日現在のものです。(年度末年齢)

※② 料金は、平成20年度を参考にしています。(変更する場合があります)

※③肝炎ウイルス検診は、これまでに検査を受けたことがない方のみ対象です。

※④歯周病検診は、総入れ歯の方は対象になりません。



Name of Health Checkup and Medical Checkup	Details of Checkup	Who for ※①	Costs ※②
Gifu SAWAYAKA Oral Examination	Examinations of teeth, gums and oral movement Teeth brushing instructions	75 years old or older (at the time of examination)	2 0 0 Yen
Medical Checkup for Osteoporosis	Medical questionnaire, Bone density measurement	For women only : at the ages of 40,45,50,55,60, 65 and 70	Group (500 yen)
Medical Checkup for Hepatitis Virus	Hepatitis B virus and hepatitis C virus	40 years old or older ※③	Free
Periodontal Disease Examination	Medical questionnaire, oral examination of teeth and periodontal tissue	40, 50, 60 and 70 year old ※④	Individual (500 yen)

- ①. The age is as of following March 31 (fiscal year end).
- ②. For the costs we use those actually charged in 2018 as a reference and they are subject to change.
- ③. You can have the Hepatitis virus checkup only if you have never had it.
- ④. You can't have periodontal disease examination if you have a full denture.



● 予防接種

予防接種とは、感染予防、発病予防、症状の軽減、病気のまん延防止などを目的としています。

予防接種には、法律により対象疾病、対象者および接種期間などが決められた「定期予防接種」があります。郡上市では下記のように高齢者の「定期予防接種」を実施しています。市が指定する医療機関で予防接種を受けるようにしましょう。

対象者：郡上市に住み票または外国人登録があり、下記対象者に該当する方

種類	対象者	料金 ※①
インフルエンザ	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 60～64歳で一定の障がい（心臓、腎臓、呼吸器系など）及び免疫不全ウィルスでの免疫機能の障がいがある方</li> <li>● 65歳以上の方</li> </ul>	1,500円 ※②
高齢者肺炎球菌	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 65歳の方 ※③</li> <li>● 【平成26年度～平成30年度まで】 各該当年度に65・70・75・80・85・90・95・100歳となる方</li> <li>● 60～64歳で一定の障がい（心臓、腎臓、呼吸器系など）及び免疫不全ウィルスでの免疫機能の障がいがある方 ※③</li> </ul>	3,000円

※① 平成30年度を参考にしています。（変更する場合があります）

この料金は、個人で負担する金額です。（接種料金から個人負担金を差し引いた額を市が負担します）

※② 毎年1回目の予防接種のみが、定期予防接種の対象です。

※③ 既に該当ワクチンを受けたことのある方は対象外となります。

問い合わせ：健康福祉部 健康課（大和保健福祉センターやまつつじ） ☎88-4511



## ●Immunization

Immunizations are aimed at preventing infection and contracting diseases, to reduce symptoms and to prevent epidemics. For a regular vaccination, the target infectious disease, target recipients and period of administration are prescribed under the Preventive Vaccination Law. Since Gujo City is conducting the following regular vaccinations for the elderly, please get a vaccination at the medical institutions designated by the City.

Who for : Gujo City residents and registered foreigners who meets the following requirements

Vaccination	Target	Costs ※①
Influenza	<ul style="list-style-type: none"> <li>Between 60 and 64 years old, with certain disorders in heart, kidney or respiratory organs etc. or in immune systems caused by immunodeficiency virus</li> <li>65 years old or older</li> </ul>	1,500 yen ※②
Pneumococcal vaccination for the elderly	<ul style="list-style-type: none"> <li>65 years old or older ※③</li> <li>65, 70, 75, 80, 85, 90, 95 and 100 years old between April, 2014 and March 2018</li> <li>Between 60 and 64 years old, with certain disorders in heart, kidney or respiratory organs etc. or in immune systems caused by immunodeficiency virus ※③</li> </ul>	3,000 yen

※① For the costs we use those actually charged in 2018 as a reference and they are subject to change. This cost is the actual cost charged to the recipient. The balance between the actual vaccination fee and cost paid by recipient is paid by the city.

※② To be payable only for the first vaccination in a year

※③ Only those who have never had the vaccination are eligible.

## ●For further information, please contact

The Health and Welfare Section of the Health and Welfare Department in Gujo City Office  
(Yamato Healthcare and Welfare Center YAMATSUTSUJI) TEL 0575-88-4511



## ② 介護サービスと介護保険

### ●介護サービスと介護保険

65歳以上または40歳以上の特定疾病対象者の方が利用できる制度です。何らかの障がいにより一人では生活できない方や障がいを持つ家族を介護している方の負担を軽くするため、様々な「介護サービス」があり、認定を受ければ、原則自己負担10%で受けることができます。

ただし、これらのサービスを受けるためには、40歳から「介護保険料」を支払う必要があります。

### ●介護保険料の支払い方

- ① 第1号被保険者（65歳以上の方） 市役所健康福祉部高齢福祉課に支払います。
- ② 第2号被保険者（40～64歳の方） 加入している医療保険に併せて支払います。

※ 詳しくは、担当課までお問い合わせください。

### ●介護サービスの受け方

「介護サービス」を受けるには、市役所健康福祉部高齢福祉課、またはお近くの振興事務所振興課で申請手続きを行ってください。

申請後は、調査と診査が行われ、「非該当」「要支援1・2」「要介護1～5」の3つに分けられます。

**非該当者**：介護保険の対象にはなりません、介護予防事業の支援やサービスが利用できます。

**要支援1・2**：介護保険の対象者ですが、要介護状態が軽く、生活機能が改善する可能性が高い方で、介護予防サービスを利用することができます。

**要介護1～5**：日常生活で介助を必要とする度合いの高い方で、生活の維持、改善を図るためのさまざまな介護サービスを利用できます。



## ② Long-Term Care Service and Insurance

### ●Long-Term Care Service and Insurance System

Those aged 65 or older or those aged 40 or older developing specific diseases are covered with this system. There are various types of “Long-Term Care Service” available to lighten the burden of those who are unable to live by themselves due to the disorders, or for those who are nursing disable family members. Once qualified, you can receive the Long-Term care services at a cost of 10% of the original cost in principle. However, to receive any of these services you have to pay an additional premiums for Long-Term Care Insurance from the age of 40.

### ●How to pay Long-Term Care Insurance Premiums

- ① Primary insured person (Persons aged 65 or older)  
Please make payments to the Health and Welfare Section of the Health and Welfare Department of Gujo City Office.
- ② Secondary insured person (Persons aged 40-64)  
The premiums are collected together with health insurance premiums.  
※ For details, please contact the section in charge.

### ●How to receive Long-Term Care Services

To receive “Long-Term Care Services”, please apply at the Health and Welfare Section of the Health and Welfare Department of Gujo City Office or Promotion Division of Regional Promotion offices. After several interviews and investigations, the applications will be categorized into three: “Not certified”, “Support levels 1 and 2” and “Care levels 1-5”.

#### Not certified :

Those categorized in this level are not covered by the Long-Term Care Insurance but are able to use the service and get support from Preventive long-term care services.

#### Support levels 1 and 2 :

Those categorized in this level are covered by the Long-Term Care Insurance, but their conditions are not very serious with high possibility of recovery of the vital functions. Preventive long-term care service is available to use.

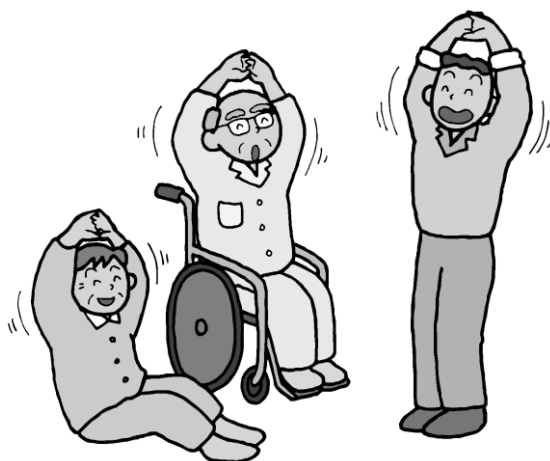
#### Care levels 1- 5 :

Those categorized in this level are persons who need constant nursing care in daily life and are able to take advantage of various long-term care services to maintain and improve their day-to-day life.





かいご (よぼう) サービスの種類		ようかいご 要介護1~5	ようしえん 要支援1・2
ざいたく 在宅サービス	つうしょかいご 通所介護 (デイサービス) つうしょ 通所リハビリテーション (デイケア)	●	かいごよぼう (介護予防 サービス)
	ほうもんかいご 訪問介護 (ホームヘルプ) ほうもんにゆうよくかいご 訪問入浴介護 ほうもん 訪問リハビリテーション ほうもんかんご 訪問看護 きょたくりどうようようかんりし 居宅療養管理指導 いししかいしやくざいしかんりえいようし ・医師、歯科医師、薬剤師、管理栄養士など ほうもんりょうようかんりしどうおこな が訪問し、療養の管理や指導を行います	●	かいごよぼう (介護予防 サービス)
	ふくしようにぐかだ 福祉用具の貸し出し (介護予防福祉用具) ふくしようにぐこうにゆうひしきゅう 福祉用具購入費の支給 じゅうたくかいしゅうひしきゅう 住宅改修費の支給	●	かいごよぼう (介護予防 サービス)
	たんきにゆうしよせいかつ 短期入所生活 (ショートステイ)	●	かいごよぼう (介護予防 サービス)
	とくていしせつにゆうきよしゃせいかつかいご 特定施設入居者生活介護 ゆうりょうろうじん ・有料老人ホームなど	●	かいごよぼう (介護予防 サービス)



### ●Varieties of Long-Term Care Service

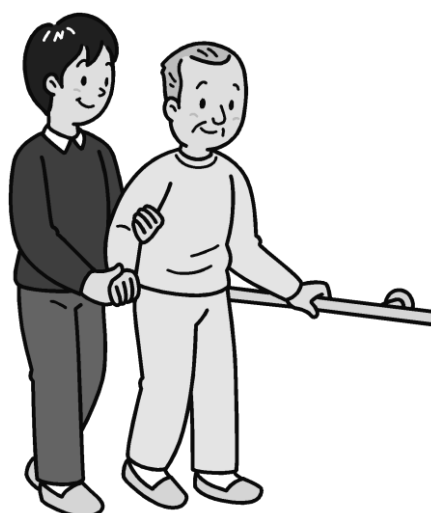
Type of (Preventive) Long-Term Care Service		Care level 1-5	Support level 1 & 2
In-home Service	Commuting long-term care (Day Service) Commuting rehabilitation service (Day Care)	●	(Preventive Long-Term Care service)
	Home-visit long-term care (domestic helper) Home-visit bathing long-term care Home-visit rehabilitation Home-visit nursing In-home long-term care support • Management and instructions for long-term care will be carried out through visits by doctors, dentists, pharmacists and administrative dieticians, etc.	●	(Preventive Long-Term Care service)
	Rental of social welfare equipment (Preventive care welfare equipment) Allowance for social welfare equipment purchases Allowance for home renovation	●	(Preventive Long-Term Care service)
	Short-stay admission service	●	(Preventive Long-Term Care service)
	Long-term care health facility services • Intensive care home for the elderly, etc.	●	(Preventive Long-Term Care service)



介護（予防）サービスの種類	要介護1～5	要支援1・2
<p>ちい きみつちやくがた 地域密着型 サービス</p>	<p>しょうきほたまきのうがたきよじゅうかいご 小規模多機能型居住介護</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>つうしょを ちゅうしん りようしゃ せんたく おう ほうもん ・通所を中心に利用者の選択に応じて、訪問や と 泊まりのサービスを ていきょう 提供します</li> </ul> <p>にんちしょうたいおうがたきようどうせいかつ かいご 認知症対応型共同生活介護（グループホーム）</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>にんちしょうこうれいしゃ ・認知症高齢者が スタッフの かいご う を受けながら きようどうせいかつ じゅうたく 共同生活する住宅です</li> </ul>	<p>かいごよぼう (介護予防 サービス)</p> <p>※ グループ ホームの 場合は、 ようしえん 要支援2の かた 方のみ</p>
<p>しせつ 施設 サービス</p>	<p>かいごろうじんふくししせつ とくべつようごろうじん 介護老人福祉施設（特別養護老人ホーム）</p> <p>かいごろうじんほけんしせつ ろうじんほけんしせつ 介護老人保健施設（老人保健施設）</p> <p>かいごりょうようがたいりょうしせつ りょうようびょうしやう 介護療養型医療施設（療養病床など）</p>	<p>●</p>

●お問い合わせ先

しやくしよけんこうふくしほこうれいふくしか  
市役所健康福祉部高齢福祉課 TEL 67-1807

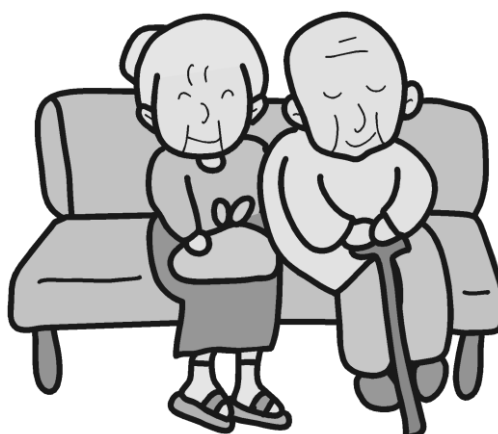


Type of (Preventive) Long-Term Care Service		Care level 1-5	Support level 1 & 2
Community-Based Services	<p>Multifunctional long-term care in small group homes</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Commuting and home-visit care services are provided according to the user's choice.</li> </ul> <p>Communal daily long-term care for dementia patients (Group homes)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Residence for elderly dementia patients to live together receiving professional nursing care.</li> </ul>	●	<p>(Preventive Long-Term Care service)</p> <p>*Group homes are available only for those certified as a Support level 2</p>
Facility Services	<p>Social welfare facility for the elderly requiring long-term care (Special nursing home for the elderly)</p> <p>Health service facility for the elderly requiring long-term care (Long-term care health facility)</p> <p>Sanatorium type healthcare facility for the elderly requiring long-term care (Long-term care beds etc.)</p>	●	

● **For further information, please contact**

The Health and Welfare Section of the Health and Welfare Department of Gujo City Office

TEL 67-1807



## ちいきほうかつしえん ③ 地域包括支援センター

### ● 地域包括支援センター

「地域包括支援センター」では、地域で暮らす高齢のみなさんが、健やかな生活ができるよう、介護や福祉、健康、医療などさまざまな支援をしています。

### ● さまざまなご相談に応じます

高齢のみなさんやそのご家族、近隣に暮らす方の介護に関する悩みや問題に応じます。また、介護の相談以外にも、健康や福祉、医療や生活に関することについて、お気軽にご相談ください。

### ● みなさんの権利を守ります

高齢のみなさんが、安心していきいきと暮らしていけるために、みなさんが持つさまざまな権利を守ります。例えば、成年後見制度（判断能力が不自由な方を保護、支援する代理人を定める公的制度）の紹介や、虐待の早期発見、消費者被害などに対応しています。

### ● 自立した生活ができるよう支援します

要介護認定で「要支援1」または「要支援2」の認定を受けられた方、または市が行う介護予防・日常生活支援総合事業の「事業対象者」となられた方について、状態にあわせたサービスの利用ができるよう支援します。

### ● お問い合わせ先

郡上市地域包括支援センター（市役所健康福祉部高齢福祉課内）TEL 67-0008



### ③ Regional Comprehensive Support Center

#### ●Regional Comprehensive Support Center

The “Regional Comprehensive Support Center” provides various support in the fields of nursing care, welfare, health and medical care so that the elderly who live in the community can maintain a healthy daily life routine.

#### ●General consultation and guidance

We offer consultation about long-term care to the elderly, their families and the neighbors. In addition, you can also consult with us about health, welfare, medical care or daily life.

#### ●Rights of All Citizens

Various rights that every person has will be maintained and upheld so that all the elderly are able to live peacefully. e.g. The Regional Comprehensive Support Center complies to the laws of Adulthood Guardianship System. A public system for designating a representative to take care of and protect people who have slight mental impairments or a reduction in the ability to make clear judgments and the early detection of mistreatment and abuse of elderly people from financial fraud.

#### ●Support to enable the elderly to live independent

We support those certified as a support level 1 or 2 or qualified to receive preventive long-term care and daily life support so that they can receive appropriate services depending on their conditions.

#### ●For further information, please contact

Regional Comprehensive Support Center

(In The Elderly Welfare Section of The Health and Welfare Department in Gujo City Office)

TEL 67-0008





はっこうび へいせい ねん がつ  
発行日／平成21年3月

かいていび へいせい ねん がつ  
改訂日／平成31年3月

へんしゅう 編集・発行／はっこう ぐじょうしこくさいこうりゅうすいしんきょうぎかい 郡上市国際交流推進協議会 ぐじょうしやくしよしちようこうしつひしよこうほうかない (郡上市役所市長公室秘書広報課内)

じゅうしょ 住所／ぐじょうしはちまんちようしまだに 郡上市八幡町島谷 ばんち 228番地

てんわ 電話／67-1121 (内線1311)

URL／<http://www.city.gujo.gifu.jp/>

※ このガイドは、ざい ぎふけんこくさいこうりゅう (財) 岐阜県国際交流センターよりの じよせい う 助成を受けています

Effective Date／Edited and issued in March, 2009

Revision Date／March, 2019

Editing & Publication／ Gujo International Communications Association Secretary

(Secretary, Public Relations Section, Mayor's Office, Gujo City Office)

Address／Shimadani 228, Hachiman-cho, Gujo City, Gifu Pref.

Phone／67-1121 (extension 1313)

URL／<http://www.city.gujo.gifu.jp/>

※ This guide is subsidized by The Gifu International Center.