

SAPPORO



りょういく てちょう も かた
療育手帳をお持ちの方のための

2021

さっぽろ市 福祉ふくし ガイド



この福祉ガイドは、2021年9月15日につくられました。

令和3年4月時点の情報も掲載しているため、今後、制度や機構などが一部変更になる場合もありますので、くわしくはかならず担当課にご確認くださいませようお願いします。

《発行》札幌市保健福祉局障がい保健福祉部障がい福祉課

〒060-8611 札幌市中央区北1条西2丁目 **でんわ** 211-2936 **ファックス** 218-5181

ホームページ <http://www.city.sapporo.jp/shogaifukushi/>

3 ページから
相談(そうだん)



7 ページから
福祉(ふくし)



17 ページから
生活(せいかつ)



29 ページから
交通(こうつう)



34 ページから
医療(いりょう)



35 ページから
仕事(しごと)





療育手帳を持っていることで 受けられる制度やサービスがあります。

このガイドは、療育手帳をお持ちの、知的障がいのある方が利用できる制度をかんたんに紹介したものです。このガイドを活用することで、知的障がいのある方と、そのご家族がひつようとするたくさんの制度を利用していただけることを期待しています。

わかりにくいところがありましたら、お気軽に担当課へおたずねください。

※平成28年度から手帳のデザインが変わりました。

わすれないで!

療育手帳の更新手続きについて

療育手帳の「判定の記録」のページにある「次の判定年月」に更新手続きをしてください。更新手続きのしかたは、ガイド2ページの「療育手帳の手続きのしかた」と同じです。

「判定の記録」のページ見本→

判定の記録	障害の程度(総合判定)		合併障害 (身体障害 級)
	B-	判定年月日	
		次の判定年月	
		判定機関	札幌市児童相談所
障害の程度(総合判定)		合併障害 (身体障害 級)	
B	判定年月日	平成25年5月10日	
	次の判定年月	平成30年5月	
	判定機関	札幌市知的障害者更生相談所	

手帳の中に書かれている「住所」「氏名」が変わったときは…

すぐに、お住まいの区の保健福祉課まで届け出てください(うら表紙に一覧があります)。

たとえば
こんなとき



引っ越し



結婚

《札幌市からのお知らせ》～知的障がいがある方のアンケート調査～

札幌市では、知的障がいのある方が地域で安心して生活できるようにするため、知的障がい者見守り事業をおこなっており、年に1回、見守りがひつような知的障がいがある方を確認するためのアンケート調査をおこなっています。

【次のすべてに当てはまる方がアンケート調査の対象となります】

- 4月1日の時点で18歳以上であり、療育手帳を持っている方
- 生活保護を受けていない方
- 障がい者交通費助成を受けていない方
- 介護保険の認定を受けていない方
- 障がい福祉サービスを受けていない方

調査の対象となる方には、9月中旬以降にアンケートをお送りしますので、アンケートが届きましたら、質問に回答し、同封されている返信用封筒でお住まいの区の区役所に送り返してください。

また、障がい者交通費助成や障がい福祉サービスを受けたいとお考えの方はお住まいの区の区役所にご相談ください。

《このガイドのマークのみかた》



療育手帳の区分をあらわしています。

左のマークは療育手帳の「3つの区分」をあらわしています。

○…「この制度やサービスを利用できる」

△…「条件によっては利用できないことがある」

×…「この区分では利用できません」



療育手帳の「3つの区分」について

療育手帳には、知的障がいの程度によって **A**、**B**、**B-** の「3つの区分」があります。区分によって、受けられる制度やサービスが変わりますので注意しましょう。また、札幌市以外の療育手帳をお持ちの方は、区分のあらわし方がちがう場合がありますので、その手帳を発行した市町村までお問合せください。

◎自分の区分を確認しましょう！

療育手帳の「判定の記録」のページにある区分のうち、「判定年月日」がいちばんあたらしいものが、あなたの区分です。

「判定の記録」のページ見本→

判 定 の 記 録	障害の程度 (総合判定)	合併障害 (身体障害 級)	
	B-	判定年月日	平成20年5月22日
		次の判定年月	平成25年5月
		判定機関	札幌市児童相談所
	障害の程度 (総合判定)	合併障害 (身体障害 級)	
	B	判定年月日	平成25年5月10日
		次の判定年月	平成30年5月
		判定機関	札幌市知的障害者更生相談所



療育手帳の手続きのしかた

① 事前に予約申込みをして、知的障がいの判定機関に行き、判定を受けてください。

18歳未満の方

予約申込み 札幌市児童相談所
中央区北7条西26丁目
札幌市児童福祉総合センター内
でんわ 622-8630

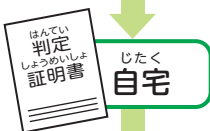
判定機関 札幌市児童相談所

18歳以上の方

予約申込み お住まいの区の保健福祉課
(うら表紙に一覧があります。)

申請手続きと同時に予約申込みをします

判定機関 札幌市知的障害者更生相談所(まあち)



② 判定証明書が自宅に届きます。

③ 判定証明書、印鑑、顔写真を持ってお住まいの区の保健福祉課で申請手続きをします。

※顔写真は新規と再交付の時のみ。

お住まいの区の保健福祉課



② 判定書が直接区に送付されます。

③ 区の担当者から連絡がきたら、印鑑、顔写真を持ってお住まいの区の保健福祉課で手続きをします。

※顔写真は新規と再交付の時のみ。

お住まいの区の保健福祉課

【顔写真について】 サイズは、たて4センチ、よこ3センチです。ぼうし・サングラスなどは身につけないで、1年以内に撮影したものを1枚用意してください。



このページから

相談 (そうだん)



障がいのある方のための相談窓口

● 障がい者相談支援事業 A B B- C

《こんなご相談をお受けします》

- 障がいのある方や、そのご家族からのさまざまな相談
- 福祉サービスの情報提供や利用の支援
- 一般住宅の賃貸契約をしたい方への支援 など

ちいき せいかつ しえん 地域生活支援センターさっぽろ	ちゅうおうく おおどおりにし ちようめ うえすと かい 中央区大通西19丁目WEST19 5階	でんわ 622-1118
そうだんしつ 相談室ぼぽ	ちゅうおうくみなみ じようにし ちようめ やまほな ごう 中央区南11条西12丁目2-25ロイトン山鼻801号	でんわ 522-4112
そうだんしつ 相談室ぼらりす	きたく きた じようにし ちようめ うめのき 北区北21条西5丁目1-32梅ノ木ビル202	でんわ 757-1871
そうだんしつ 相談室つぼみ	きたく きた じようにし ちようめ 北区北26条西3丁目1-10-2	でんわ 299-7246
しょう そうだん 障がい相談という	きたく きた じようにし ちようめ 北区北10条西2丁目9-1-201	でんわ 776-6109
そうだんしつ 相談室セーボネス	ひがしく きた じようひがし ちようめ ごう 東区北41条東15丁目3-18アズブライト503号	でんわ 748-3119
そうだんしつ 相談室あさかげ	ひがしく きた じようひがし ちようめ 東区北33条東14丁目5-1	でんわ 733-3808
そうだんしつ 相談室あゆみ	しろいしく かわきた ばんち 白石区川北2254番地1	でんわ 350-8755
そうだんしつ 相談室きよサポ	しろいしく なんごうどおり ちようめみなみ おおきど かい 白石区南郷通14丁目南4-8キャッスル大木戸1階	でんわ 860-1750
そうだんしつ 相談室ますとびいー	あつべつく かみのつぼろ じよう ちようめ 厚別区上野幌3条4丁目1-12	でんわ 299-3856
そうだんしつ 相談室きらら	とよひらく つきさむひがし じよう ちようめ すりー ごう 豊平区月寒東5条17丁目10-20ルミエールⅢ102号	でんわ 854-4400
そうだんしつ 相談室みなみ	とよひらく なか しま じよう ちようめ 豊平区中の島2条1丁目2-26-201	でんわ 825-1373
そうだん しえん じぎょうしょ 相談支援事業所ノック	きよたく しんえい じよう ちようめ しんえい かい 清田区真栄1条2丁目1-28真栄ビル1階	でんわ 378-4244
そうだんしつ 相談室ほくほく	みなみく すみかわ じよう ちようめ かい 南区澄川3条1丁目5-3センタービル1階	でんわ 807-9746
そうだん ほっと相談センター	みなみく かわぞえ じよう ちようめ 南区川治2条2丁目5-37	でんわ 572-2220
そうだんしつ 相談室すきっぷ	にしく にしまち きた ちようめ にしまち きた 西区西町北20丁目2-21アイビル西町北	でんわ 676-0101
そうだんしつ 相談室ぼれぼれ	にしく にしまち きた ちようめ 西区西町北7丁目1-20カトリアハイム102	でんわ 215-4234
そうだんしつ 相談室こころていね	ていねく まえだ じよう ちようめ ていね もり 手稲区前田2条10丁目1-7手稲つむぎの杜	でんわ 685-2861
そうだんしつ 相談室あすか	ていねく ていね ほんちよう じよう ちようめ 手稲区手稲本町2条4丁目4-8-105	でんわ 685-8332

●日常生活自立支援事業 **A △ B △ B- △**

《こんなご相談をお受けします》 ※自分で判断することがむずかしい方のための支援なので、契約能力などの審査があります。

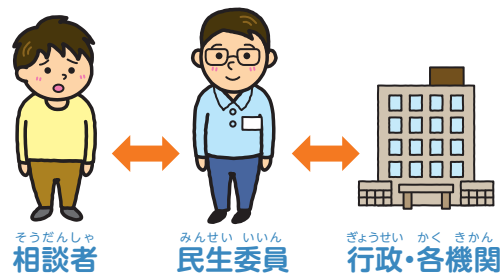
●福祉サービスの利用の支援

●自分でお金の管理ができない方への日常的な金銭管理サービス など

ちゅうおうく 中央区に お住まいの方は	ちゅうおうく しゃかい ふくし きょうぎかい 中央区 社会福祉協議会	ちゅうおうくみなみ じょうにし ちやうめ ちゅうおうくみん 中央区南2条西10丁目中央区民センター1階 ※令和3年1月より仮庁舎へ移転(中央区大通西2丁目)	でんわ 281-6113
きたく 北区に お住まいの方は	きたく しゃかい ふくし きょうぎかい 北区 社会福祉協議会	きたく きた じょうにし ちやうめ きたくやくしよ かい 北区北24条西6丁目北区役所1階	でんわ 757-2482
ひがしく 東区に お住まいの方は	ひがしく しゃかい ふくし きょうぎかい 東区 社会福祉協議会	ひがしく きた じょうひがし ちやうめ ひがしくみん かい 東区北11条東7丁目東区民センター1階	でんわ 741-6440
しろしく 白石区に お住まいの方は	しろしく しゃかい ふくし きょうぎかい 白石区 社会福祉協議会	しろしく なんごうどおり ちやうめみなみ しろしく ふくごうちやうしや かい 白石区南郷通1丁目南8-1 白石区複合庁舎1階	でんわ 861-3700
あつべつく 厚別区に お住まいの方は	あつべつく しゃかい ふくし きょうぎかい 厚別区 社会福祉協議会	あつべつく あつべつちゆうおう じょう ちやうめ あつべつくみん かい 厚別区厚別中央1条5丁目厚別区民センター1階	でんわ 895-2483
とよひらく 豊平区に お住まいの方は	とよひらく しゃかい ふくし きょうぎかい 豊平区 社会福祉協議会	とよひらく ひらぎし じょう ちやうめ とよひらくみん かい 豊平区平岸6条10丁目豊平区民センター1階	でんわ 815-2940
きよたく 清田区に お住まいの方は	きよたく しゃかい ふくし きょうぎかい 清田区 社会福祉協議会	きよたく ひらおか じょう ちやうめ きよたく そうごうちやうしや かい 清田区平岡1条1丁目清田区総合庁舎3階	でんわ 889-2491
みなみく 南区に お住まいの方は	みなみく しゃかい ふくし きょうぎかい 南区 社会福祉協議会	みなみく まこまない さいわいまち ちやうめ みなみくやくしよ かい 南区真駒内幸町2丁目南区役所3階	でんわ 582-2415
にしく 西区に お住まいの方は	にしく しゃかい ふくし きょうぎかい 西区 社会福祉協議会	にしく ことに じょう ちやうめ にしくやくしよ かい 西区琴似2条7丁目西区役所1階	でんわ 641-6996
ていねく 手稲区に お住まいの方は	ていねく しゃかい ふくし きょうぎかい 手稲区 社会福祉協議会	ていねく まえだ じょう ちやうめ ていねく くみん かい 手稲区前田1条11丁目手稲区民センター1階	でんわ 681-2644

●民生委員・児童委員 **A ○ B ○ B- ○**

民生委員は、障がいのある方の福祉について相談にのったり、区の保健福祉部や児童相談所などと連絡をとりあうことで、行政や各機関と、障がいのある方をつなぐ役割をします。



※ 窓口は、各区役所の保健福祉課になります。
くわしくは、お住まいの区の保健福祉課まで(うら表紙に一覧があります)。

●相談員 **A ○ B ○ B- ○**

相談員が、障がいのある方や、そのご家族からのさまざまな相談を受けます。障がいのある方について市民に理解してもらうための活動もしています。

※地域の障がいのある方や、その保護者が相談員をしています。

※ 相談者のプライバシーはかならず守りますので、お気軽にご相談ください。
くわしくは、お住まいの区の保健福祉課まで(うら表紙に一覧があります)。

成年後見制度についての相談

- 障がいのため、財産管理や、福祉サービスの利用契約などに関するをお願いしたい

こんなときは…

成年後見制度について相談することができます



不動産や預貯金などの財産、福祉サービスや施設への入所などの契約、親がのこした遺産についてなど、大切な判断が自分でできないときに、損をしたり、だまされたりしないように保護し、さまざまな支援をするのが成年後見制度です。

※ くわしくは、高齢者・障がい者生活あんしん支援センターまで。
中央区大通西19丁目 札幌市社会福祉総合センター3階 **でんわ 632-7355**

障がい者虐待についての相談

- 日常的に虐待を受けている
- 知り合いが虐待を受けているかもしれない…

こんなときは…

少しでもうたがわしいと思ったら、すぐ「札幌市障がい者虐待相談窓口」に教えてください！



このような行為は虐待になります！

- 暴力をふるう ● 大声でどなる ● 熱湯をかける (飲ませる) ● 食べ物ではないものを食べさせる
- 閉じ込める (監禁) ● 脅迫する ● 悪口 ● わざと無視・放置する ● 食事をあたえない
- わいせつな行為 (裸を見せる、裸の写真やビデオをとる、理由なく体にさわる、性行為を強要する)
- 賃金を払わない ● お金をうばう ● 勝手に現金を引き出す など

※ 《札幌市障がい者虐待相談窓口》【受付時間 9時～19時】(土・日曜・祝祭日・年末年始は休み)
中央区大通西19丁目 札幌市社会福祉総合センター3階
でんわ 632-7021 ファックス 613-5486 メール gyakutai@sapporo-shakyo.or.jp

【夜間・休日の緊急連絡先】 **でんわ 080-5723-0200** ※ 身体、いのちに危険がある場合は、110番または119番に通報してください。

消費者トラブルの相談

- 訪問販売で、強引にひつようのないものを買わされた
- けいたいでんわに、身に覚えのないお金を請求するメールがとどいた
- アパートを退去したのに、大家さんが敷金を返してくれない

こんなときは…

消費者センターの相談員が、適切なアドバイスや解決のお手伝いをします



札幌市消費者センターでは、悪質商法や契約に関するトラブルなどについて苦情を聞いて、解決のお手伝いをします。でんわでも、来所でも無料で相談できます。「困ったな」「おかしいな」と思ったら、お気軽に相談してください。

※
くわしくは、札幌市消費者センター消費生活相談室まで。
【受付時間 9時～16時30分 ※でんわ相談は午後7時まで】(土・日曜・祝祭日・年末年始は休み)
北区北8条西3丁目 札幌エルプラザ2階 **でんわ 728-2121**

こまった
ときの

札幌市障がい者あんしん相談(無料)

札幌市に住んでいる障がいのある方、家族または関係者であれば
どなたでも利用できます。

《こんなことでお困りではありませんか?》

家族や親族のことで悩んでいる／隣人や知人との人間関係がうまくいかない
職場や施設の人間関係で悩んでいる／職場の雇用条件や勤務条件で困っている
いじめ、差別をうけている／お金のトラブル／福祉サービスでわからないことがある
その他、さまざまなご相談をお受けします

弁護士による法律相談もあります(事前予約制)／月に1回 第2水曜日の午後～

※ご相談は、でんわ・ファックス・メール・来所と、あなたに合った方法でお気軽にご利用ください。

※

でんわ 633-1313 **ファックス 633-3887**

メール soudan@sapporo-shakyo.or.jp

《札幌市 障がい者あんしん相談窓口》

中央区大通西19丁目1-1 札幌市社会福祉総合センター3階
(札幌市社会福祉協議会 高齢者・障がい者生活あんしん支援センター内)

【受付時間 9時～17時】
土・日曜・祝日・年末年始は休み
※留守番でんわ・ファックス・メールは
24時間受付
※来所相談はでんわ予約をお願いして
います



このページから

福祉 (ふくし)



こんなときは…

お困りのときのために、
さまざまなサービスがあります。

サービスの内容は9~13ページ

利用したいサービスが見つかったら、まずは、相談からはじめてみましょう。
サービスによって手続きがちがう場合がありますが、相談のときに教えてもらえます。
くわしくは、お住まいの区の保健福祉課まで(うら表紙に一覧があります)。

《サービス利用までのながれ》

1 相談・申込み

お住まいの区の保健福祉課、またはお近くの相談支援事業所に相談します。
利用したいサービスが決まったら、区の保健福祉課に申込みをします。



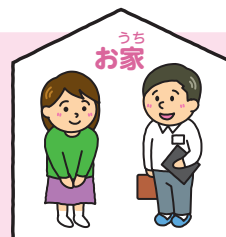
2 利用計画案の作成依頼

相談支援事業所に依頼して、あなたがどうしたいか、生活で困っていることなどをもとに、サービスの「利用計画案」を作ってもらいます。
(利用計画案は自分で作ることもできます。)



3 調査・認定

区の調査員が、お家に行って、今の暮らしなどについて質問をします。
この調査結果などをもとに、「障害支援区分」が認定されます。



「障害支援区分」
について

どのくらいのサービスがひつようかをあらわす6段階の区分(区分1~6)です。
※区分がなくても利用できるサービスがあります。まずは相談してください。

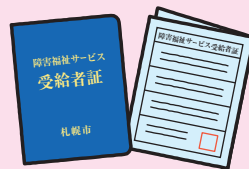
4 利用計画案の提出

相談支援事業所、または自分が作った「利用計画案」を区の保健福祉課に提出します。

次のページ 5 にすすみます。

5 受給者証の発行

利用できるサービスなどが書かれた、受給者証が届きます。



6 事業所と契約

あなたが気に入った、サービス事業所を選んでください。
受給者証を事業所に見せて、サービス利用の契約をします。

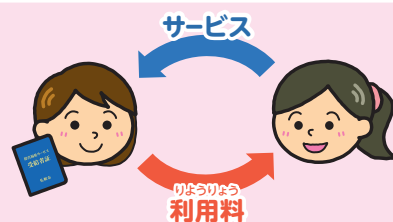
ねが
お願いします



サービス事業所は、区の保健福祉課や相談支援事業所で教えてくれます。

7 サービスの利用

契約にもとづいて、サービスを利用します。
サービスを利用したら、事業所に利用料を支払います。



《利用料はどれくらいかかるの…?》

利用料は、ひと月の上限が決まっているので、安心してサービスを利用することができます。収入が少ないときや、生活保護を受けているときは、利用料が0円になります。

あんしん
安心!



- 利用者が負担する金額は、市民税の課税状況などで変わります。
- 受けるサービスによっては、利用料の他に食費・水道光熱費などがかることがあります。
- 施設ではなく、お家で生活している方の場合は下の表の金額になります。

市民税の課税状況など		負担額の上限 / 月額
生活保護世帯		0円 (負担なし)
市民税非課税世帯		
市民税課税世帯	所得割16万円未満 (18歳未満は28万円未満)	9,300円 (18歳未満は4,600円)
	上記以外の方	37,200円

いろいろなサービスの利用料を支払った場合は、払い戻されることがあります。
(高額障害福祉サービス等給付費)



¥

サービスを利用したときの負担額の合計が基準額より多い場合は、多かった分が払い戻されます。また、一定の要件を満たす65歳以上の方は、介護保険サービスの利用料が払い戻されることがあります。

サービスを利用したときには、かならず「領収書」を受け取り、大切に保管しておくようにしましょう。

しよくじ ふろ み まわ てつだ
食事やお風呂など身の回りのお手伝いがひつようなときは

● 在宅介護 A △ B △ B- △

ホームヘルパーがお家に行き、食事やお風呂、トイレなどの身体介護や、調理・掃除など家事のお手伝いをします。



《こんな方が利用できます》

- * 障害支援区分が1以上の方
- * 障がいのある18歳未満の児童

● 重度訪問介護 A △ B △ B- △

ホームヘルパーがお家に行き、食事やお風呂、トイレなどの身体介護や、調理・掃除など家事のお手伝いの他、外出時の介護など総合的な支援や、入院中のコミュニケーション支援をします。



《こんな方が利用できます》

- * 強度の行動障がいがある、障害支援区分が4以上の方
- * 入院中のコミュニケーション支援は、障害支援区分が6の方

● 重度障害者等包括支援 A △ B △ B- △

寝たきりの状態にあるなど、とくに介護のひつようがある方のために、ホームヘルパーがお家に行き、さまざまな支援をします。



《こんな方が利用できます》

- * 障害支援区分が6の方または、障がいのある18歳未満の児童のうち、①または、②の方
- ① 四肢麻痺等があり寝たきりで、最重度の知的障がいのある方
- ② 強度の行動障がいがある、知的障がいまたは、精神障がいのある方

● 短期入所(ショートステイ) A △ B △ B- △

お家で介護をしてくれている人が病気になってしまった時などは、一時的に、夜間もふくめ、施設や事業所がかわりにひつような支援をします。



《こんな方が利用できます》

- * 障害支援区分が1以上の方
- * 障がいのある18歳未満の児童

おひとりで出かけることがむずかしいときは

● 行動援護 A △ B △ B- △

行動するときに自分で判断するのがむずかしい方が、行動するときに危険がないよう、ひつような支援をします。



《こんな方が利用できます》

- * 強度の行動障がいがある、障害支援区分が3以上の方
- * 強度の行動障がいがある、18歳未満の児童

● 移動支援 A △ B △ B- △

外出や移動が困難な方に対し、社会生活上ひつような外出および余暇活動や社会参加のための外出支援をします。



《こんな方が利用できます》

- * 外出や移動が困難な障がいのある方
- * 外出や移動が困難な障がいのある18歳未満の児童

入院中のコミュニケーションがうまくいかないときは

● 入院時コミュニケーション支援 A △ B △ B- △

ホームヘルパーが、病院の方とのコミュニケーションをお手伝いします。



《こんな方が利用できます》

- * 強度の行動障がいがある、障害支援区分が4以上の方

昼間にさまざまな訓練などを受けたいときは

● 生活介護 A △ B △ B- △

つねに介護がひつような方に、昼間、お風呂やトイレ、食事などの介護や、その他生活にかかわる相談および支援などをします。また、創作的活動や生産活動の機会をつくるなどの支援をします。

※ 35ページの「仕事をするための支援」のサービスもご利用できます。

《こんな方が利用できます》

- * 障害支援区分が3以上の方 (50歳以上の方は区分2以上)



● 自立訓練(生活訓練) A △ B △ B- △

自分のちからで地域で生活できるよう一定の期間、訓練をしたり、相談や援助などの支援をします。

《こんな方が利用できます》
 *施設・病院から退所・退院、特別支援学校を卒業、または継続した通院により障がいの状態が安定した方



施設や病院を出て、地域で生活したいときは

● 地域移行支援 A △ B △ B- △

障害者支援施設や精神科病院、矯正施設などから退所・退院して地域で生活をする方に、住む場所の手続きなど、さまざまな支援をします。

《こんな方が利用できます》
 *障害者支援施設や児童福祉施設に入所している方
 *精神科病院に入院している精神障がいのある方
 *刑務所などに入所している方で、保護観察所から特別な支援が必要だと判断された方



● 地域定着支援 A △ B △ B- △

ひとりぐらしをする方などに、いつも連絡がとれるようにして、緊急時の相談や支援をします。

《こんな方が利用できます》
 *施設・病院から退所・退院して、ひとりぐらしをする方
 *家族との同居から、ひとりぐらしをする方
 *地域生活が不安定な方



● 自立生活援助 A △ B △ B- △

ひとりぐらしを始めた方などの居宅を定期的に訪問し、家事や体調管理などの相談や助言などの支援をします。

《こんな方が利用できます》
 *施設・病院などから退所・退院して、ひとりぐらしをする方
 *同居する家族の障がいや病気などにより、家族による支援が見込めない方



お家で生活することがむずかしいときは

●施設入所支援 | | | | | | | |---|---|---|---|----|---| | A | △ | B | △ | B- | △ | |---|---|---|---|----|---|

施設に入所する方に、おもに夜間と休日のお風呂やトイレ、食事の介護、その他生活にかかわるさまざまな支援をします。



《こんな方が利用できます》

* 昼間、生活介護を利用する方(障害支援区分が4以上/50歳以上の方は区分3以上)

* 昼間、自立訓練(機能訓練・生活訓練)または、就労移行支援を利用する方

●共同生活援助(グループホーム) | | | | | | | |---|---|---|---|----|---| | A | △ | B | △ | B- | △ | |---|---|---|---|----|---|

夜間および休日、グループホームで共同生活をする方に、相談、お風呂やトイレ、食事の介護、洗濯や掃除などの家事、その他生活にかかわる支援をします。



《こんな方が利用できます》

* 障がいのある方

(ただし、お風呂やトイレ、食事の介護がひつような方は障害支援区分1以上)

●宿泊型自立訓練 | | | | | | | |---|---|---|---|----|---| | A | △ | B | △ | B- | △ | |---|---|---|---|----|---|

自分のちからで地域で生活できるよう一定の期間、生活する部屋やその他の設備を用意して、寝泊まりをしながら家事訓練や、相談やその他生活にかかわるさまざまな支援をします。



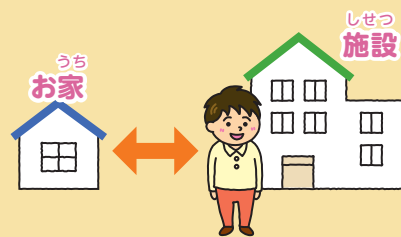
《こんな方が利用できます》

* 昼間、一般就労や障害福祉サービスを利用している方で、地域で生活するための訓練や支援がひつような方

自分に合った施設を利用しましょう!

● 障がい者通所施設(生活介護・自立訓練(生活訓練))

お家から施設にかよって、おもに昼間、さまざまな活動をしたり支援を受けることができます。リハビリや作業、地域交流など、支援の内容は施設によって変わります。



● 障がい者入所施設(施設入所支援)

お家を出て、施設の中で生活をしながらさまざまな支援を受けられます。障がいの重い方や、お家から施設にかようことがむずかしい方が利用できます。



● 共同生活住居(グループホーム)

まだひとりぐらしは不安があるという方などが、一定の支援を受けながら、集団で生活をする場所です。障がい者施設ではなく、地域の中のアパート・マンション・一戸建てなどを利用してあります。ひとりぼっちになることを防いだり、共同生活によって障がいが安定したりします。



福祉用具がひつような方への支援

● 日常生活用具 A △ B × B- ×

障がいによる生活での困難を補助するための用具で、一般的に普及していない用具を給付します。

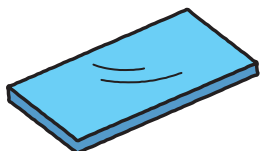
《こんな方が制度を利用できます》

* 児童相談所、または、知的障害者更生相談所によって、障がいの程度が「重度」または「最重度」と判定された方

対象となる日常生活用具の種類

※年齢または世帯構成により、もらえない場合があります。

● 特殊マット



床ずれの防止、または失禁などによる汚れなどを防止するためのマット(寝具)にビニールなどの加工をしたものです。

● 頭部保護帽



転んだり、ほっさなどで倒れたときに、頭の部分を守るための帽子です。

● 特殊便器


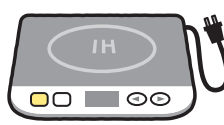


温水・温風を出すことのできる機能があり、便器の取り替えに住宅改修のひつようがないもの。

● 火災警報器



室内の火災を、けむり、または熱で感知して、音や光で知らせ、屋外にも警報ブザーで知らせることができるもの。
※世帯構成の条件あり

<p>● 自動消火器</p>  <p>室内温度の異常上昇や、炎の接触で、自動的に消火液を噴射して、初期火災を消すことができるもの。 ※世帯構成の条件あり</p>	<p>● 電磁調理器</p>  <p>知的障がいや視覚障がいのある方が、あんぜんでかんたんに使うことができるもの。 ※18歳以上</p>
--	---

知的障がいにくわえて、肢体不自由などの身体障がいもある方

上記の日常生活用具の他にも、肢体・体幹機能や、排便・排尿機能などの障がいを補助する、さまざまな種目があります。給付できる用具については、お住まいの区の保健福祉課に確認してください。

《**制度利用者の負担の割合**》※市民税の課税金額が条件をこえる場合は、制度を利用できません。

生活保護世帯	0円(負担なし)
市民税非課税世帯	
市民税課税世帯	利用額の1割(負担額の上限 37,200円/月額)

給付の申請には、札幌市の委託業者の見積書など、ひつような書類があります。くわしくは、お住まいの区の保健福祉課まで(うら表紙に一覧があります)。

● **福祉用具展示ホール**

だれもが安心して快適に暮らせるために、福祉用具・介護用品などの展示や情報提供をしています。展示品は、実際にさわったり、試してみることができます。また、毎月第2土曜日(8月を除く)は福祉用具や介護・健康に関するセミナーを開催しています。

● **福祉用具リサイクル**

不要になった福祉用具をゆずりたい方、ひつようとしている方の情報を登録して、条件が合った方にはおたがいの住所・お名前をお知らせし、当事者同士で話を進めます。
※肌に直接ふれるもの(ポータブルトイレ、尿器、オムツなど)は1度も使っていないものに限りです。

利用は無料です ただし、運搬や修理などにかかるお金は、ゆずってもらう方の負担となります。

くわしくは、札幌市社会福祉協議会 福祉用具展示ホールまで。
【展示利用時間】月～金曜日は9時～17時、第2土曜日は9時～12時まで
※土曜日(第2土曜日をのぞく)、日曜・祝日、年末年始は休み
中央区大通西19丁目 札幌市社会福祉総合センター4階 **でんわ 614-3345** (内線 426)

その他のサービス

● **日中一時支援** A ○ B ○ B- ○

昼間、介護者が、さまざまな理由で介護ができない時には、一時的に事業所がかわりに見守り、活動の場の提供や、さまざまな支援をします。



《こんな方が利用できます》

* 昼間、介護者がいないため、一時的に見守りなどの支援がひとつよとなる知的障がいのある方

※ 補助基準の1割にあたる金額、および食費・光熱水費・教材費などの料金がかかります。くわしくは、各日中一時支援事業所まで。

● **紙おむつの支給** A △ B × B- × ※3歳以上

在宅で重度の障がいがあり、つねに紙おむつを使用している方に、月に1回6,500円以内の紙おむつを自宅に配達します。グループホームや福祉ホームを利用されている方は、契約内容によって、支給対象外となる場合があります。



※ 生活保護を受けている方以外は利用額の1割が負担となります。くわしくは、お住まいの区の保健福祉課まで(うら表紙に一覧があります)。

知的障がいのあるお子様へのさまざまな訓練



● **障害児入所支援** A △ B △ B- △ ※18歳未満

● **福祉型障害児入所施設** … 児童相談所で入所が適当と判断したお子様

施設に入所し、日常生活の指導や、知識技能の学習活動を行います。

● **医療型障害児入所施設・指定医療機関** … 児童相談所で入所が適当と判断したお子様

施設に入所し、日常生活の指導や、知識技能の学習活動および治療などをします。

※ 利用者が負担する金額は、市民税の課税状況などで変わります。

利用者が負担する金額を少なくするために、減免などの制度もあります。

くわしくは、札幌市児童相談所まで。

中央区北7条西26丁目 札幌市児童福祉総合センター内 **でんわ 622-8630**

● 児童発達支援 … 就学していないお子様へのサービス

にちじょう せいかつ きほんてき どうさ しどう しゅうだん せいかつ てきおう くんれん
日常生活における基本的な動作の指導、集団生活への適応訓練などをします。

● 医療型児童発達支援 … 就学していない肢体不自由のあるお子様へのサービス

にちじょう せいかつ きほんてき どうさ しどう りがく りょうほう きのう くんれん
日常生活における基本的な動作の指導、理学療法などの機能訓練などをします。

● 放課後等デイサービス … 就学しているお子様へのサービス

せいかつ のうりよく こうじょう くんれん ちいき こうりゅう そくしん しえん
生活能力の向上のためにひつような訓練、地域との交流促進のための支援などをします。

● 保育所等訪問支援 … 保育所・幼稚園・小学校などに通うお子様へのサービス

せんもん しょくいん ほいくしょ ほうもん しゅうだんせいかつ くんれん じょうげん
専門職員が保育所などを訪問し、集団生活にひつような訓練やスタッフへの助言などをします。

● 居宅訪問型児童発達支援 … 外出することが困難なお子様へのサービス

きょたく ほうもん にちじょう せいかつ きほんてき どうさ しどう しゅうだん せいかつ てきおう くんれん
居宅を訪問し、日常生活における基本的な動作の指導、集団生活への適応訓練などをします。

りょうしゃ ふたん きんがく しみんぜい かぜい じょうきょう か
利用者が負担する金額は、市民税の課税状況などで変わります。

市民税の課税状況など		負担額の上限／月額
生活保護世帯		0円 (負担なし)
市民税非課税世帯		
市民税課税世帯	所得割28万円未満	4,600円
	上記以外の方	37,200円



てつづ そうだん しえん じぎょうしょ つく りょう けいかく あん じぶん つく
手続きには、相談支援事業所が作る利用計画案がひつようとなります。(自分で作ることもできます。)くわしくは、お住まいの区の保健福祉課まで(うら表紙に一覧があります)。

いろいろなサービスの利用料を支払った場合は、払い戻されることがあります。
(高額障害児通所給付費・高額障害児入所給付費)



サービスを利用したときの負担額の合計が基準額より多い場合は、多かった分が払い戻されます。

サービスを利用したときには、かならず「領収書」を受け取り、大切に保管しておくようにしましょう。

このページから

生活 (せいかつ)



年金について A △ B △ B- △ ※20歳以上

障がいのある方で、一定の条件に当てはまる20歳以上の方は「障害基礎年金」を受け取ることができます。くわしくは、お住まいの区の保険年金課までご相談ください。

※20歳前から障がいがある方は、以下のながれと一部ちがいます。くわしくは、お住まいの区の保険年金課までご相談ください。

《障害基礎年金申請の手続きのながれ》

① 「障害基礎年金の書類」をもらう

療育手帳を持って、お住まいの区の保険年金課に行き、「障害基礎年金の書類」をもらってください。



② 申立書を書く

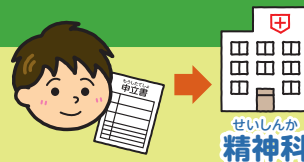
「障害基礎年金の書類」のうち、「申立書」に記入します。書き方が分からない場合は、病院のケースワーカーの方などに相談しましょう。



「申立書」の病名と障がい発生日はここでは記入せずに、③で、医師に診断書を書いてもらってから同じ内容を記入しましょう。

③ 診断書を書いてもらう

精神科の医師に予約をして「年金の診断書」を書いてもらいます。そのとき、自分で記入した「申立書」を持って行ってください。



「年金の診断書」の有効期限は3か月です。書いてもらったら、3か月以内にその他のひつような書類をそろえて提出しましょう。

④ 書類をそろえて提出する

「申立書」、「年金の診断書」が用意できたら、「障害基礎年金の書類」にしたがって、その他のひつような書類をそろえます。用意した書類はまとめて、お住まいの区の保険年金課に提出します。



⑤ 書類審査

提出した書類は、国の機関で年金がもらえるか審査します。提出から3か月くらいで結果のお知らせがきます。



各種手当について

障がいのある方の経済的な援助として、各種手当の支給をします。ただし、所得や施設入所などの条件により支給できない場合があります。

●障害児福祉手当 | | | | | | | |---|---|---|---|----|---| | A | △ | B | △ | B- | △ | |---|---|---|---|----|---| ※20歳未満

重度の障がいがあり、日常生活でつねに介護がひつような20歳未満の児童に支給します。

●特別障害者手当 | | | | | | | |---|---|---|---|----|---| | A | △ | B | △ | B- | △ | |---|---|---|---|----|---| ※20歳以上

とくに重度の障がいがあり、日常生活でつねにとくべつの介護がひつような20歳以上の方に支給します。

●福祉手当(経過措置分) | | | | | | | |---|---|---|---|----|---| | A | △ | B | △ | B- | △ | |---|---|---|---|----|---| ※20歳以上

昭和61年3月末に従前の福祉手当を支給されていた20歳以上の方で、昭和61年4月1日から「特別障害者手当」または「障害基礎年金」のどちらも受け取ることができない方に支給します。
※現在、あらたなお申込みは受付けておりません。

●特別児童扶養手当 | | | | | | | |---|---|---|---|----|---| | A | △ | B | △ | B- | △ | |---|---|---|---|----|---| ※20歳未満

重度または中度の障がいのある、20歳未満の児童を養育する方に支給します。

●外国人障害者福祉手当 | | | | | | | |---|---|---|---|----|---| | A | △ | B | × | B- | × | |---|---|---|---|----|---|

重度の障がいのある外国人の方(帰化者をふくむ)で、制度による条件のため公的年金を受けとることができない方に支給します。

※ 各種手当の、支給される金額や、くわしい条件などについては、お住まいの区の保健福祉課まで(うら表紙に一覧があります)。

でんわ番号を調べたいとき、無料で教えてもらえます

●NTT番号案内サービス(ふれあい案内) | | | | | | | |---|---|---|---|----|---| | A | ○ | B | ○ | B- | ○ | |---|---|---|---|----|---|

あらかじめNTTに申込みをすることで、でんわ番号案内の利用が無料になります。



※ くわしくは、NTT東日本 ふれあい案内事務担当まで。フリーダイヤル(無料)です。
午前9時～午後5時(土・日・祝日、年末年始12/29～1/3は休み)

でんわ 0120-104-174

札幌市にあるさまざまな施設の 利用料金を割引します



●市内文化・体育施設の利用料減免 **A ○ B ○ B- ○**

札幌市にある文化施設や体育施設などを、無料または割引料金で利用できます。
割引の内容については、施設によってちがいますので、直接施設に確認してください。
※一緒に利用する介護者の方も割引になることがあります。

文化施設とは、こういう場所のことです

- 映画館 ●ロープウェイ・展望台 ●公園 ●遊園地 ●動物園 ●水族館 ●美術館
- 博物館 ●科学館

など

体育施設とは、こういう場所のことです

- 体育館 ●運動公園 ●プール ●パークゴルフ場 ●スケート場 ●ボウリング場

など

障がい者のスポーツ大会に参加できます

●札幌市障がい者スポーツ大会(すずらんピック) **A ○ B ○ B- ○** ※13歳以上

障がいのある方が、体力の向上やスポーツの楽しさを体験するとともに、市民の方と交流を深めます(※参加料は無料です)。

参加できるスポーツ種目

卓球	知的／身体／精神障がいのある方
陸上競技	知的／身体障がいのある方
水泳	
フライングディスク	知的障がいのある方
ボウリング	
バスケットボール	



※大会への参加申込書は、各区役所保健福祉課または札幌市身体障害者福祉センターで配布しています。くわしくは、札幌市障がい者スポーツ協会まで。

西区二十四軒2条6丁目 **でんわ 612-1184**

郵便局で利用できるサービス

●心身障がい者用ゆうメール A ○ B × B- ×

重度の知的障がいのある方は、図書館の本の貸出または返却のゆうメール運賃が割安になります。くわしくは、お近くの図書館にお問い合わせください。

本のおもさ	料金
～150グラム	92円
～250グラム	110円
～500グラム	150円
～1キログラム	180円
～2キログラム	230円
～3キログラム	310円



●青い鳥郵便はがき A ○ B × B- ×

療育手帳の区分が「A」の方は、ひとりにつき、通常郵便はがきを20枚無料でもらえます。療育手帳を持って、お近くの郵便局でお申込みください(代理の方による申込みもできます)。



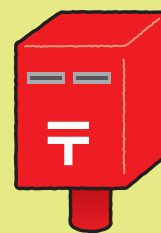
ちかくに郵便局がない方は、郵送でもお申込みできます

まず紙に「青い鳥郵便葉書配付申込書」と書いてください。さらに、下記①～④の内容を書いて、お近くの郵便局へ郵送してください。

- ① 手帳の種類…「療育手帳」と書いてください。
- ② 自分の手帳番号
- ③ 区分…「A」と書いてください。
- ④ 自分の住所と名前
- ⑤ 希望するハガキ種類(無地・インクジェット紙など)

青い鳥郵便葉書配付 申込書

- ①療育手帳
- ②手帳番号0000000
- ③区分A
- ④住所・名前



ゆうそく 郵送

※ 受付期間は、例年4月1日から同年5月末日までです(※この期間以外は無料で受け取れません)。くわしくは、郵便局まで。

ごみステーションにごみ出しができない方への支援



● さわやか収集 A △ B △ B- △

介護保険サービスや障害福祉サービスを利用している方で、ごみステーションにごみ出しができない方は、清掃事務所の職員がお家に行ってごみを収集します。

《以下の条件を満たす方が利用できます》

* 家庭から出るごみを自分で出したり、大型ごみを家の中から運び出すことが困難で、親族や近隣住民、地域ボランティアなどによる支援がうけられず、次の①から③のどれかに当てはまる方

- ① 介護保険の要介護2以上、または障害福祉サービスの障害支援区分3以上
- ② 介護保険の事業対象者、要支援1・2または要介護1か、障害福祉サービスの障害支援区分1・2で、本人または世帯内のどなたかお一人以上がホームヘルプサービスを利用していること
- ③ 障害福祉サービスの同行援護を利用していること

※なお、2人以上世帯の場合は、満15歳に到達した日以後最初の3月31日までの者およびホームヘルプサービスを利用している18歳未満の者を除く世帯員全員が要件に該当することがひつようです。

さわやか収集の支援内容

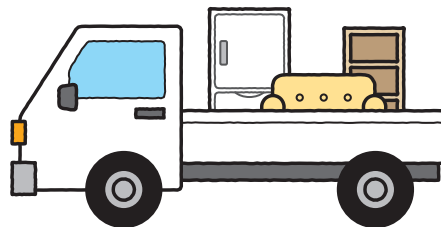
● 生活ごみ(燃やせるごみ、燃やせないごみ、びん・缶・ペットボトル、雑がみなど)

週に1回、玄関先などから収集します。
(共同住宅は上の方の階も収集します。)



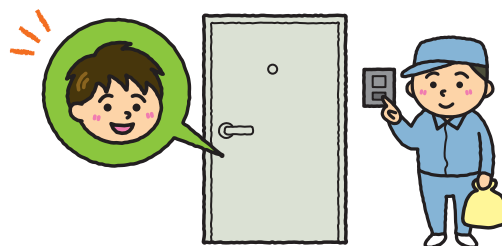
● 大型ごみ

家の中から運び出して収集します。(1回の収集につき3点まで。)



● 安否確認

希望する方には、無事かどうかを確認するため、ごみを収集するときに毎回声をかけます。



お住まいの区の清掃事務所《連絡先一覧》

ちゅうおうく す かた 中央区にお住まいの方は	ちゅうおう せいそう じむしょ 【中央清掃事務所】	でんわ 581-1153
きたく す かた 北区にお住まいの方は	きた せいそう じむしょ 【北清掃事務所】	でんわ 772-5353
ひがしく す かた 東区にお住まいの方は	ひがし せいそう じむしょ 【東清掃事務所】	でんわ 781-6653
しろいしく あつべつく す かた 白石区・厚別区にお住まいの方は	しろいし せいそう じむしょ 【白石清掃事務所】	でんわ 876-1753
とよひらく きやたく みなみく す かた 豊平区・清田区・南区にお住まいの方は	とよひら みなみ せいそう じむしょ 【豊平・南清掃事務所】	でんわ 583-8613
にしく ていねく す かた 西区・手稲区にお住まいの方は	にし せいそう じむしょ 【西清掃事務所】	でんわ 664-0053

※ くわしくは、お住まいの地区の清掃事務所へ相談してください。
 【各清掃事務所 受付時間 8時～16時30分 ※祝・休日は15時30分まで】(土・日曜は休み)

※ 「大型ごみ」のお申込みは、大型ごみ収集センターまで。
 【受付時間 9時～16時30分】(年末年始は休み) でんわ 281-8153

けいたいでんわの基本使用料などの割引

● けいたいでんわの基本使用料等割引 **A ○ B ○ B- ○**

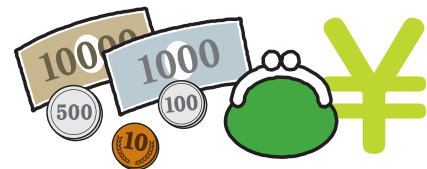


割引の内容については、各けいたいでんわ会社によってちがいますので、
 直接各けいたいでんわ会社に確認してください。

けいたいでんわの使いすぎに注意しましょう

けいたいでんわでの通話やメール、インターネットを使いすぎると、たくさん
 請求がきて料金が支払えなくなってしまうです。
 ご利用のけいたいでんわショップに相談をしながら自分に合ったプランで
 契約し、使いすぎに注意しましょう。





税金について

●税金の減免など



税金とは、国や都道府県、市町村が、そこに住む人たちが快適、安全に暮らせるように、国民から集めるお金のことです。

障がいのある方で一定の条件に当てはまる方は、申告・申請により税金が減免されることなどがあります。税の控除・減免額などについては、条件により変わります。

こんなとき、税金の額が少なくなることはありません

住民税

- 本人や同一生計配偶者、または扶養親族に障がいがある場合
- 障がいのある方で、前年の合計所得金額が135万円以下の場合

固定資産税

- 障がいのある方が住む、新築された日から10年以上経過した家で、令和4年3月31日までに、一定の条件に当てはまるバリアフリー改修工事をした場合

※ くわしくは、担当の市税事務所にたずねてください。担当の市税事務所の連絡先がわからない場合は、札幌市コールセンター（**でんわ 222-4894**）まで。

個人事業税

- 障がいのある方で、事業主控除をする前の所得金額が310万円以下の場合
- 視覚に重度の障がいのある方で、あんま・はりなどの事業をする場合

※ くわしくは、北海道札幌道税事務所税務管理部まで。 **でんわ 281-7811**

関税

- 身体に障がいのある方のために製作された器具などの輸入
- 社会福祉施設に寄贈される物品の輸入

※ くわしくは、函館税関 札幌税関支署まで。 **でんわ 231-1443**

こんなとき、税金の額が少なくなることがあります

所得税

- 本人や同一生計配偶者、または扶養親族に障がいがある場合
- 障がいのある方が住む家で、一定の条件に当てはまるバリアフリー改修工事を含む増改築工事をした場合

相続税

- 障がいのある法定相続人が、相続または遺贈により財産を取得した場合

贈与税

- 障がいのある方が、特定障害者扶養信託契約により信託財産を受けとる場合

くわしくは、担当の税務署におたずねください。担当の税務署の連絡先が

※ わからない場合は、札幌市コールセンター（**でんわ 222-4894**）まで。

なお、税務署におかけいただいたでんわは、自動音声によりご案内しております。

軽自動車税

- 一定の範囲の障がいのある方、またはその方と生計を同じくする方が所有する軽自動車
- 構造上、障がいのある方のためのものと認められる軽自動車

※ くわしくは、中央市税事務所まで。

でんわ 211-3076

自動車税（環境性能割・種別割）・軽自動車税環境性能割

- 一定の範囲の障がいのある方、またはその方と生計を同じくする方が所有する自動車
- 構造上、障がいのある方のためのものと認められる自動車

※ 申請期限があります。くわしくは、北海道札幌道税事務所自動車税部まで。**でんわ 746-1190**

他の貸付制度が利用できない方に、資金の貸付をします



●生活福祉資金の貸し付け



他の貸付制度が利用できない低所得世帯、障がい者世帯、高齢者世帯に資金の貸付と、ひつような相談・支援をします。経済的な自立や社会への参加、安定した生活ができるようになることを目的としています。

《貸付ができる資金の種類とその目的》

1 総合支援資金…生活支援費／住宅入居費／一時生活再建費

失業など、日常生活全般に困難を抱えている方が、生活を立て直すためにひつような経費



1 くわしくは、札幌市社会福祉協議会まで。

中央区大通西19丁目 **でんわ 614-0169**

2-① 福祉資金…福祉費

以下のような目的による、生活をするうえで、一時的にひつような経費

- 生業(お金を得るための仕事)を営むため
 - 技能習得(および、その期間中の生計維持)
 - 住宅の増改築や補修
 - 福祉用具の購入
 - 障がい者用自動車の購入
 - けがや病気の療養(および、その療養期間中の生計維持)
 - 介護サービスや障がい者サービスを受けるため(および、その期間中の生計維持)
 - 地震・台風・火事などの災害に遭い、生活を立て直すため
 - 冠婚葬祭(成人式、結婚式、お葬式、法事など)
 - 住居の移転
 - 就職や技能習得の準備
- など

2-② 福祉資金…緊急小口資金

緊急かつ一時的に、世帯の生計維持が困難となる場合にひつような経費

3 教育支援資金…教育支援費／就学支度費

扶養をしている児童の教育や、学校への就学のためにひつような経費

※ 各資金によって貸付限度額、据置期間、返済期間、および貸付利率が変わります。
くわしくは、お住まいの区の社会福祉協議会まで(右ページに一覧があります)。

各資金の貸付には審査がひつようとなります。緊急かつ一時的に生活困難となった理由が、定められた「貸付対象理由」に当てはまる場合に貸付できます。

お住まいの区社会福祉協議会《連絡先一覧》

<p>中央区にお住まいの方は</p>	<p>【社会福祉法人札幌市社会福祉協議会】 中央区大通西19丁目札幌市社会福祉総合センター内</p> <p>【中央区社会福祉協議会】 中央区南2条西10丁目中央区民センター1階</p>	<p>でんわ 614-0169</p> <p>でんわ 281-6113</p>
<p>北区にお住まいの方は</p>	<p>【北区社会福祉協議会】 北区北24条西6丁目北区役所1階</p>	<p>でんわ 757-2482</p>
<p>東区にお住まいの方は</p>	<p>【東区社会福祉協議会】 東区北11条東7丁目東区民センター1階</p>	<p>でんわ 741-6440</p>
<p>白石区にお住まいの方は</p>	<p>【白石区社会福祉協議会】 白石区南郷通1丁目南8-1 白石区複合庁舎1階</p>	<p>でんわ 861-3700</p>
<p>厚別区にお住まいの方は</p>	<p>【厚別区社会福祉協議会】 厚別区厚別中央1条5丁目厚別区民センター1階</p>	<p>でんわ 895-2483</p>
<p>豊平区にお住まいの方は</p>	<p>【豊平区社会福祉協議会】 豊平区平岸6条10丁目豊平区民センター1階</p>	<p>でんわ 815-2940</p>
<p>清田区にお住まいの方は</p>	<p>【清田区社会福祉協議会】 清田区平岡1条1丁目清田区総合庁舎3階</p>	<p>でんわ 889-2491</p>
<p>南区にお住まいの方は</p>	<p>【南区社会福祉協議会】 南区真駒内幸町2丁目南区役所3階</p>	<p>でんわ 582-2415</p>
<p>西区にお住まいの方は</p>	<p>【西区社会福祉協議会】 西区琴似2条7丁目西区役所1階</p>	<p>でんわ 641-6996</p>
<p>手稲区にお住まいの方は</p>	<p>【手稲区社会福祉協議会】 手稲区前田1条11丁目手稲区民センター1階</p>	<p>でんわ 681-2644</p>

NHK放送受信料について



●NHK放送受信料の減免

以下の条件に当てはまる方は、NHK放送受信料が、無料または半額になります。

●知的障がい者の方がいる世帯で、世帯構成員全員が市民税非課税の場合。

無料

ひつようなもの

- 印鑑
- 療育手帳または知的障がいの判定書
- 世帯構成員の全員の市・道民税証明

※「課税証明書」は、お住まいの区の保健福祉課で専用の申請書を受け取ってから、各区役所の「戸籍住民課」へおこしいただくと無料で発行いたします。

●重度の知的障がいと判定された方が、世帯主でNHK放送受信契約者の場合。

半額

ひつようなもの

- 印鑑
- 療育手帳または知的障がいの判定書

《手続きのしかた》



① お住まいの区の保健福祉課にひつようなものを持っていき、申請書に記入して証明を受けます。

② 証明を受けた申請書を、NHKに提出(郵送)します。

③ NHKから家に「受理通知書」が届いたら完了です。大切に保管しましょう。

※【NHKへのお問合せ】 ※12月30日午後5時～1月3日はご利用いただけません。

でんわ 0570-077077 (ナビダイヤル:有料)

《受付時間》午前9時～午後8時(土・日・祝日も受付)

IPでんわ・光でんわ・マイラインなどを利用してナビダイヤルが繋がらない場合は
でんわ 050-3786-5003 (有料) 《受付時間》午前9時～午後8時(土・日・祝日も受付)

ファックス 045-522-3044

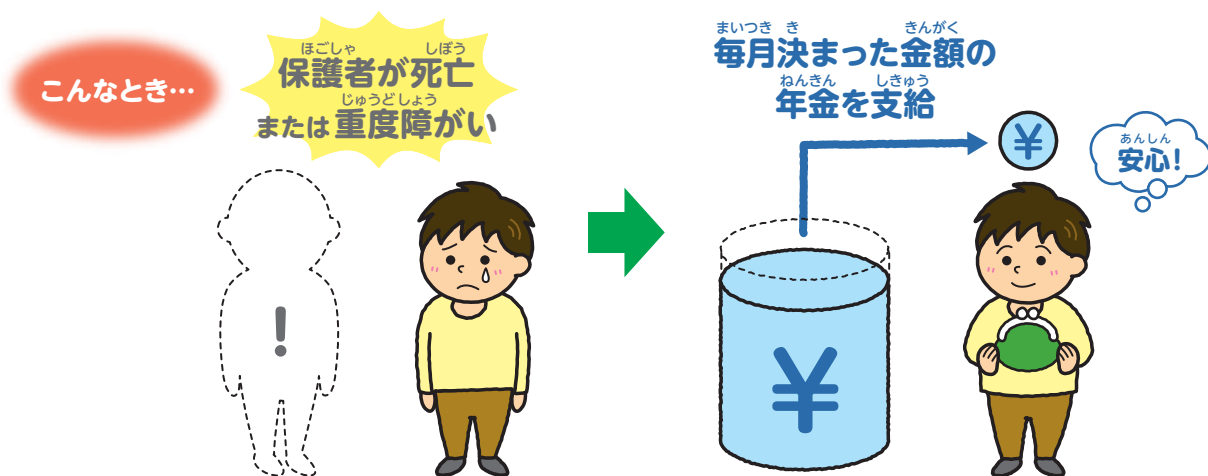
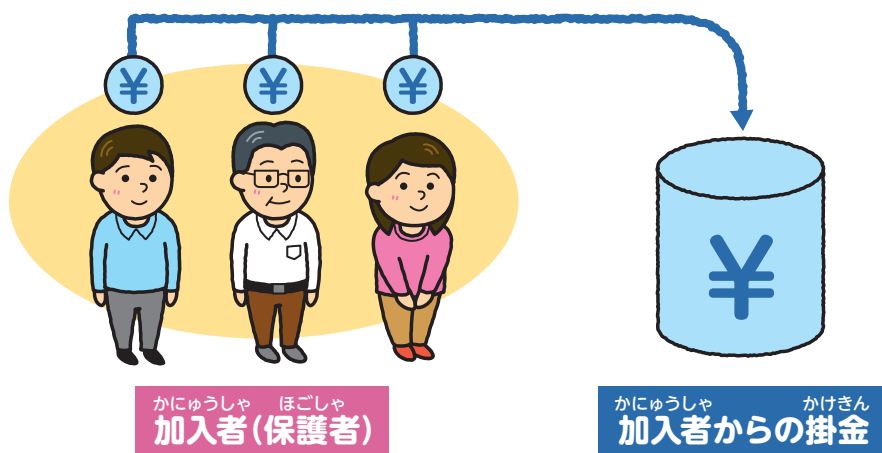
返事をおくるため、ご自分の名前、住所、でんわ番号、ファックス番号などを正しく記入してください。

障がいのある方の保護者向け任意加入共済制度について

●心身障害者扶養共済制度 A △ B △ B- △

障がいのある方(お子様)を扶養している保護者が、障がいのある方の将来のために、ご希望により加入できる制度です。

加入者(保護者)が生存中に毎月掛金を納めることで、保護者が死亡または重度障がいとなったとき、扶養している障がいのある方(お子様)に終身一定額の年金を支給します。



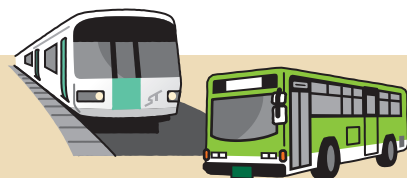
《以下の条件を満たす方が加入できます》

- *障がいのある方(お子様)を扶養している保護者(配偶者・父母・兄弟姉妹など)
- *札幌市内に住所があること
- *加入する年度の4月1日の時点で65歳未満であること
- *生命保険に加入できる健康状態であること



毎月納める掛金の金額は、加入時の保護者の年齢により変わります。また、掛金の支払いがむずかしい場合は、掛金の減額または免除をおこなっています。

くわしくは、お住まいの区の保健福祉課まで(うら表紙に一覧があります)。



このページから

交通 (こうつう)

《 まずは療育手帳を確認しましょう 》

チェック!



交通料金の割引には、療育手帳の「旅客鉄道株式会社旅客運賃減額」の欄に「第1種」「第2種」の記載がひつようです。

区分 **A** の方は ➡ 「第1種」

区分 **B** と **B-** の方は ➡ 「第2種」

おもな交通事業者の割引



交通料金の内容	「第1種」の方	「第1種」の介護者	「第2種」の方	「第2種」の介護者
【バス運賃】 ジェイ・アール北海道バス 中央バス 夕鉄バス	5割引	5割引	5割引	—
じょうてつバス ばんけいバス	5割引	5割引	5割引	5割引
【バス定期券】 ジェイ・アール北海道バス	介護者と一緒にいるときのみ 3割引	3割引	—	小学生以下の方が介護者と一緒にいるときのみ 3割引
中央バス (中学生以上) 夕鉄バス (中学生以上)	3割引	3割引	3割引	—
じょうてつバス (中学生以上) ばんけいバス	3割引	3割引	3割引	3割引
【札幌市営交通運賃】 地下鉄 路面電車	5割引	5割引	5割引	5割引
【札幌市営交通定期券】 地下鉄 路面電車	5割引	5割引	5割引	5割引
船舶運賃 (利用前に確認)	5割引になる場合があります	5割引になる場合があります	5割引になる場合があります	—

※介護者とは障がいのある方と一緒に交通機関に乗車する方のことをいいます。

JRの運賃の割引

● JR旅客運賃割引



JR各駅の窓口にて、療育手帳を提示して乗車券を買うと、運賃が5割引になります。また、条件によって、一緒にいる介護者の方も運賃が5割引になります。

普通乗車券	本人	介護者
【第1種】の方がひとりで乗車し、片道の距離が100キロを超える場合	5割引	—
【第1種】の方が、介護者の方と一緒に乗車する場合	5割引	5割引
【第2種】の方がひとりで乗車し、片道の距離が100キロを超える場合	5割引	—

回数券・急行券(特別急行券をのぞく)	本人	介護者
【第1種】の方が、介護者の方と一緒に乗車する場合	5割引	5割引

定期乗車券	本人	介護者
【第1種】の方が、介護者の方と一緒に乗車する場合	5割引	5割引
【第2種】で12歳未満の方が、介護者と一緒に乗車する場合	5割引 つうがくていき (通学定期)	5割引

※小児定期は、割引を適用できません。
 ※介護者の方の定期は「通勤定期」のみ割引となります。

【第1種】の方が、介護者の方と一緒に乗車する場合、「普通乗車券」については、券売機で「小児券(半額)」を買ってから、改札にて療育手帳を提示することでも利用できます。
 (※片道の距離が100キロまでの区間にかぎります。)



● 被救護者旅客運賃割引



JRから指定を受けている施設などに入所されている方は、帰省・通院・入退院のために利用するJRの運賃が5割引になります。
 (※帰省・通院・入退院などの時、そのつど施設長から「割引証」をもらい、JRで乗車券を買う時に提出してください。また乗車する際には、施設から発行された「旅行証明書」を携帯してください。)



※ くわしくは、ご利用になるJRの駅の窓口まで。

飛行機の運賃(国内線)の割引

● 航空旅客運賃割引 **A ○ B ○ B- ○**

航空券販売窓口で療育手帳を提示して航空券を買うと、本人や介護者の運賃が割引になる場合があります。

各航空会社によって取りあつかいがちがいますので、直接各航空会社に確認してください。



※療育手帳に、割引運賃の適用対象者であることの証明印がひつようになりますので、お住まいの区の保健福祉課で証明印をもらってください。

自動車を利用するときの支援

● 有料道路障害者割引 **A ○ B × B- ×**

重度の知的障がいのある方が、その親族、または本人を日常的に介護している方が運転する自動車に乗って有料道路を利用する場合、通行料金が正規料金の5割引になります。



※療育手帳に、割引の対象者であることの証明シールがひつようになりますので、お住まいの区の保健福祉課まで、療育手帳、車検証(本人、親族または介護者名義)をお持ちください。ETCの場合は本人名義のETCカードとETCセットアップ証明書もひつようです。

※ 自動車の形状や、用途により制限があります。くわしい条件や、通行料金の支払い方法などについては、ネクスコ東日本、または、お住まいの区の保健福祉課まで(うら表紙に一覧があります)。

● 駐車禁止除外指定車の標章 **A ○ B × B- ×**

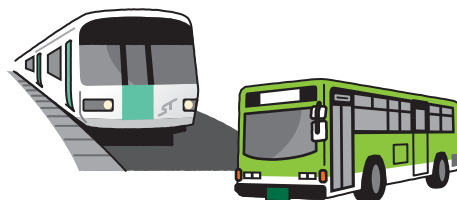
重度の知的障がいのある方は、その介護者の申請により、公安委員会から「駐車禁止・時間制限駐車区間除外指定車」の標章の交付を受けることができます。お住まいの住所を管轄する警察署で、申請の手続きをしてください。

標章があっても駐車できない場所があります!

標章の交付を受けた車両であっても、交差点のそばなど、法律で禁止された場所には駐車できません。重度の障がいのある方への大切な支援です。ルールとマナーを守って利用しましょう。



※ 標章の正しい使い方や、くわしい申請手続きの方法などについては、事前に警察本部交通規制課に確認してください。中央区北2条西7丁目 **でんわ 251-0110**



さまざまな交通費の助成について

● 交通費助成 **A** ○ **B** ○ **B-X**

積極的に社会に参加してもらうことを目的として、交通費の一部を助成しています。

《 区分 **A** の方への助成 》

助成の種類(どれかひとつ)	内容
① 福祉乗車証(福祉パス)	市内の地下鉄、路面電車、ジェイ・アール北海道バス、じょうてつバス、中央バス、夕鉄バス、ばんけいバスを無料で利用できます。
② 福祉タクシー利用券	年最大39,000円分(500円券78枚)
③ 福祉自動車燃料助成券	年最大30,000円分(1,000円券30枚)

《 区分 **B** の方への助成 》

助成の種類(どれかひとつ)	内容
① サピカへのチャージ/回数券(夕鉄バス・ばんけいバス)	年最大48,000円分
② 福祉タクシー利用券	年最大13,000円分(500円券26枚)
③ 福祉自動車燃料助成券	年最大10,000円分(1,000円券10枚)

交通費助成の手続にひつようなもの



- 手続には、療育手帳がひつようです。
- すでに福祉乗車証を利用している方は、現在お使いの福祉乗車証がひつようです。
- 「サピカへのチャージ」を選ぶ方は、自分の福祉割引サピカがひつようです。
- 「福祉自動車燃料助成券」を選ぶ方は、車検証(写しでもよい)がひつようです。
- 本人のかわりに代理人が手続をする場合には、その方のお名前の確認ができるものがひつようです。

※「サピカへのチャージ」を選んだ方は、2回目以降の手続をする時に、区役所に登録したサピカがひつようになりますので、大切に保管しておくようにしましょう。

※ くわしくは、お住まいの区の保健福祉課まで(うら表紙に一覧があります)。

● **通所交通費助成** A △ B ○ B- ○

定期的に施設に通所する方へ、交通費の一部を助成します。

《こんな方が利用できます》

●札幌市内に住んでいて、住民登録をしている方

●区分が「A」の方については、JR鉄道を利用して通所する方か、交通費の助成で「福祉乗車証」を選んでいて札幌市外にある施設に通所する方のみ利用できます。

●生活保護法により、移送費を受けることができる方は利用できません。

助成の対象となる施設の種類の種類（※場所が札幌市外の施設も対象となります）

- 生活介護 ●自立訓練（機能訓練、生活訓練）
- 就労移行支援 ●就労継続支援（A型、B型）
- 地域活動支援センター（就労者支援型・相談支援併設型をのぞく） ●地域共同作業所

助成の対象となる交通機関

- 地下鉄 ●路面電車 ●ジェイ・アール北海道バス ●中央バス ●じょうてつバス
- 夕鉄バス ●ばんけいバス ●JR鉄道

助成される交通費の内容について

- 施設を通じて、月ごとに助成します。
- 1日あたりの助成額は、1日にかかる運賃（交通事業者による割引後の料金）に助成率をかけた金額です。

助成率について

- 利用する交通機関に、JR鉄道が含まれない場合⇒25パーセント
（ただし、月の通所日数が20日を超える場合、20日を超えた分については、50パーセント）
- 利用する交通機関に、JR鉄道が含まれる場合⇒50パーセント

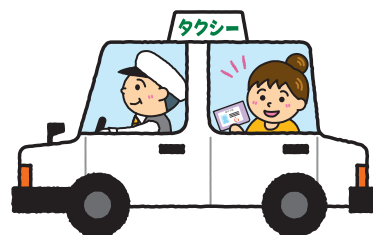
※くわしくは、市役所3階の障がい福祉課まで

中央区北1条西2丁目 **でんわ 211-2936**

タクシーの利用料金について

●タクシー料金の福祉割引制度 A ○ B ○ B- ○

タクシーに乗る時、療育手帳を見せると、利用料金が1割引になります。割引後の料金の、10円未満の単位は切り下げになります。



タクシー会社によっては、手帳種別・手帳番号などを書きうつさせてもらう場合があります。

※くわしくは、札幌ハイヤー協会業務課まで

中央区南8条西15丁目 **でんわ 561-1171**

このページから

医療 (いりょう)



医療費の支援や歯の治療・健康相談について

● 重度心身障がい者医療費助成 | | | | | | | |---|---|---|---|----|---| | A | ○ | B | X | B- | X | |---|---|---|---|----|---|

重度の障がいのある方の医療費を助成します。利用するには、「重度心身障がい者医療費受給者証」がひとつようとなりますので、お住まいの区の保健福祉課で、交付の手続きをしてください。

● 自立支援医療費 | | | | | | | |---|---|---|---|----|---| | A | ○ | B | ○ | B- | ○ | |---|---|---|---|----|---|

精神疾患があり、通院による精神医療を継続するひとつようがある方の医療費の一部を助成します。利用するには、「自立支援医療受給者証」がひとつようとなりますので、診断書などを用意し、お住まいの区の保健福祉課で交付の手続きをしてください。

※ くわしくは、お住まいの区の保健福祉課まで(うら表紙に一覧があります)。

● 後期高齢者医療制度 | | | | | | | |---|---|---|---|----|---| | A | ○ | B | X | B- | X | |---|---|---|---|----|---| ※65歳以上

区分「A」の方のみ、申請することで、65歳から加入することができる健康保険制度です。病院にかかるときの自己負担の割合は1割です(所得の多い方は3割の負担になります)。まずは、療育手帳を持って、お住まいの区の保険年金課で相談してください。

※ くわしくは、お住まいの区の保険年金課まで(うら表紙に一覧があります)。

● 障がい者歯科診療 | | | | | | | |---|---|---|---|----|---| | A | ○ | B | ○ | B- | ○ | |---|---|---|---|----|---|

札幌歯科医師会 口腔医療センター障がい者歯科診療部では、障がいのある方の歯の治療をおこなっています。また、障がいのある方の歯の治療ができる市内の歯科医院の情報を教えてください。

※ くわしくは、札幌歯科医師会 口腔医療センター障がい者歯科診療部まで(日曜日・祝日は休み)。

※ かならず事前に予約をしてください

中央区南7条西10丁目 **でんわ** 512-9497

● 訪問指導 | | | | | | | |---|---|---|---|----|---| | A | △ | B | △ | B- | △ | |---|---|---|---|----|---|

障がいなどのため、家で療養している方のために、保健師、管理栄養士、歯科衛生士、理学療法士などが、障がいのある方の家に直接行って、健康をたもつための相談などを受けます。

《受けられる相談内容の種類》

- 生活習慣病予防・介護予防にかんする保健指導
- 家庭における療養方法
- 介護方法 ● 保健福祉サービス

※ くわしくは、お住まいの区の保健福祉課まで(うら表紙に一覧があります)。

このページから

仕事 (しごと)



仕事をするための支援

● **就労継続支援 (A型)** **A** **△** **B** **△** **B-** **△** ※原則65歳未満

雇用契約をむすんで、仕事や生産活動などの機会を提供したり、仕事にひつような知識や能力を高めるための訓練や支援をします。

● **就労継続支援 (B型)** **A** **△** **B** **△** **B-** **△**

雇用契約はむすばないで、仕事や生産活動などの機会を提供したり、仕事にひつような知識や能力を高めるための訓練や支援をします。

● **就労移行支援** **A** **△** **B** **△** **B-** **△** ※原則65歳未満

生産活動、職場体験などの機会を提供したり、仕事にひつような知識や能力を高める訓練など、本人に合った仕事ができるように支援をします。仕事をはじめた後にも、ひつような相談や支援をします。

※ これらの支援は、最終的に一般企業などの雇用への移行を目指すものです。ひつような手続きは、7ページを見てください。

仕事をはじめた後の支援

● **就労定着支援** **A** **△** **B** **△** **B-** **△**

生活介護、自立訓練、就労移行支援、就労継続支援 (A型・B型) の利用をした後に、仕事をはじめた方に対し、仕事を継続的に進めるよう、生活面の相談、助言などの支援をします。

※ ひつような手続きは、7ページを見てください。

仕事にかんするなやみや相談、情報提供について

● **障がい者就業・生活相談支援事業** **A** **○** **B** **○** **B-** **○**

就職がむずかしい、職場になじめないなど、仕事にかかわるさまざまな相談や支援をします。

※ くわしくは、各窓口で電話でお問合せください

【就業・生活応援プラザとねっと】(中央区・西区・南区・手稲区を担当) 中央区北1条西20丁目1-1 ラントレポ-601号 **でんわ** 640-2777

【就業・生活相談室からびな】(北区・東区を担当) 北区北17条西4丁目2-28 藤井ビル北17条I 301号室 **でんわ** 768-7880

【就業・生活相談室テラス】(白石区・豊平区・厚別区・清田区を担当) 豊平区豊平8条11丁目2-18 …… **でんわ** 598-9394

【就業・生活相談室しんさっぽろ】(白石区・豊平区・厚別区・清田区を担当) 厚別区厚別中央3条3丁目3-33 システムコート新札幌106号室 …… **でんわ** 887-7075

【札幌障がい者就業・生活支援センターたすく】 北区北7条西1丁目1-18 丸増ビル301号 …… **でんわ** 728-2000

就職のためのさまざまな訓練や支援

●ハローワークにおける支援 A △ B △ B- △

職業相談・ 職業紹介	障がいのある方で、就職活動をおこなう方に、よりていねいな職業相談と職業紹介をおこなっています。
公共職業訓練	就職しやすいように、ひつような技術の修得を目的として訓練をします。 おもに「北海道障害者職業能力開発校」でおこなっています。



くわしくは、お近くの各公共職業安定所まで

- 【札幌公共職業安定所】 中央区南10条西14丁目 でんわ **562-0101** (代表)
- 【札幌東公共職業安定所】 豊平区月寒東1条3丁目 でんわ **853-0101** (代表)
- 【札幌北公共職業安定所】 東区北16条東4丁目 でんわ **743-8609** (代表)
- 【北海道障害者職業能力開発校】 砂川市焼山60 でんわ **0120-52-2774**

公共職業安定所などと連携しながら、企業での就職に向けた相談や支援をおこなっています。

2、**3**の利用を希望する場合もまずは**1** 職業相談・職業評価をおこないます。

1 職業相談・ 職業評価	就職の希望などを聞いた上で、障がい状況をふまえて職業能力や適性などを評価し、就職して職場で長く働けるように、支援内容・方法について一人ひとりにあわせた支援計画(職業リハビリテーション計画)を作ります。
2 職業準備支援	<p>① センター内での作業支援</p> 軽作業やかんたんな事務作業などを体験し、就職を目指すための体力や集中力、正確さなどを高めます。また、自分に合った仕事や働き方を支援者と一緒に考えます。 <p>② 職業準備講習カリキュラム</p> 職場でのマナーやコミュニケーション、履歴書の書き方や面接の受け方などの講座で、就職活動や職業に関する知識を学びます。
3 ジョブコーチ 支援事業	就職するときや、職場でむずかしいことがあるときに、長く働くことができるように、ジョブコーチが職場に行き、障がいのある方と企業に支援をします。



利用は無料(療育手帳のない方も利用できます)。相談は予約制なので、事前に連絡してください。

くわしくは、北海道障害者職業センターまで。

北区北24条西5丁目札幌サンプラザ5階 でんわ **747-8231**



さいがい そな 災害の備え

1 ひごろ そな 日頃の備え

- ヘルプカードを
つく
作りましょう。



- 気持ちが落ち着くものや手帳や薬を準備して
おきましょう。



- 避難する場所を
かぞく
家族で決めて
おきましょう。



- 札幌市の防災アプリ「そなえ」を利用しましょう。



iPhone
はこちら



Android
はこちら



2 さいがい お 災害が起きたら

自宅にいるときは → 家族と一緒に行動しましょう。

学校や事業所や会社にいるときは → 担当の人と一緒に行動しましょう。



かんせんしょう そな 感染症の備え

1 かんせんしょう よぼう 感染症の予防

《手洗いを毎回する》

石けんと流水で手を洗う、またはアルコール手指消毒剤を使って手や指の消毒をおこない、手をきれいにしましょう。

《次のタイミングで手を洗うようにしましょう》

- 自宅に帰ってきたとき
- せきやくしゃみ、鼻をかんだとき
- ご飯を食べるとき(食べる前と食べた後)
- 外にあるものを触ったとき



《せきエチケット》

- せきやくしゃみの^{しょうじょう}症状があるときはマスクを^つ着けましょう。
- マスクがない場合は、せきやくしゃみをするときはティッシュなどで^{くち はな}口と鼻をおさえましょう。使い終わったティッシュはすぐに^{ぼこ}ゴミ箱に^す捨てましょう。
- ティッシュなどがない場合は、^{ばあい}手ではなく^て袖や^{そで}上着の^{うわぎ}内側で^{うちがわ}口や^{くち はな}鼻をおさえましょう。



2 異変を感じたとき

^{つき}次のような^{しょうじょう}症状があったらすぐに^{でんわ}電話などで^{そうだん}相談するようにしましょう。いつからか、どこへ行ったかなどをメモしておきましょう。

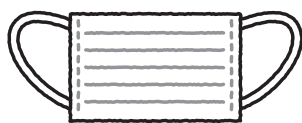
相談・受診の目安

- ^{いきぐる}息苦しさや^{つよ}強い^{こうねつ}だるさ、^{しょうじょう}高熱などの^{ばあい}症状がある場合
- ^{はつねつ}発熱や^{かる}せきなど^{かぜ}軽い^{しょうじょう}風邪の^{つづ}症状が続く場合（^{ばあい}症状が4日以上^{しょうじょう}続く場合、^{おも}強い^{ばあい}症状と思う場合には^{そつだん}すぐに相談してください）

3 日頃の備え

衛生用品の確保

^{しょうどくえき}マスク、^{てぶくろ}消毒液、^{たいおんけい}ゴム手袋、^{たいおんけい}体温計などはそろえておくようにしましょう。



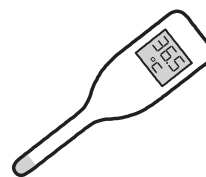
マスク



^{しょうどくえき}消毒液



^{てぶくろ}ゴム手袋



^{たいおんけい}体温計

家族との話し合い

- ^{たいちょう}体調に^{いへん}異変を感じたときなど何かあった^{なに}ときの^{ふだん}ために^{はな}普段から^あ話し合っておくようにしましょう
- ^{しんさつ}診察に^{そな}備えてメモをしておきましょう

各関係機関への連絡先の把握

^{たいちょう}体調に^{いへん}異変を感じたときなどに^{そな}備えて^{かんけい}関係機関の^{きかん}連絡先を^{れんらくさき}把握して^{はあく}おき、^{れんらく}すぐに^{れんらく}連絡できるように^{そな}しておきましょう。

お住まいの区に
しるしをつけて
おきましょう。

お住まいの区の区役所《連絡先一覧》

	ちゅうおうく かた 中央区の方	【でんわ】231-2400 【ファックス】231-2346	ちゅうおうくみなみ じょうにし ちようめ 〒060-8612 中央区南3条西11丁目 【耳に障がいのある方専用ファックス】281-2900
	きたく かた 北区の方	【でんわ】757-2400 【ファックス】736-5378	きたく きた じょうにし ちようめ 〒001-8612 北区北24条西6丁目 【耳に障がいのある方専用ファックス】707-2900
	ひがしく かた 東区の方	【でんわ】741-2400 【ファックス】711-2900	ひがしく きた じょうひがし ちようめ 〒065-8612 東区北11条東7丁目 【耳に障がいのある方専用ファックス】711-2900
	しろいしく かた 白石区の方	【でんわ】861-2400 【ファックス】861-2608	しろいしく なんごうどおり ちようめみなみ 〒003-8612 白石区南郷通1丁目南8-1 【耳に障がいのある方専用ファックス】862-2900
	あつべつく かた 厚別区の方	【でんわ】895-2400 【ファックス】896-0930	あつべつく あつべつちゅうおう じょう ちようめ 〒004-8612 厚別区厚別中央1条5丁目 【耳に障がいのある方専用ファックス】892-2900
	とよひらく かた 豊平区の方	【でんわ】822-2400 【ファックス】833-4096	とよひらく ひらぎし じょう ちようめ 〒062-8612 豊平区平岸6条10丁目 【耳に障がいのある方専用ファックス】841-2900
	きよたく かた 清田区の方	【でんわ】889-2400 【ファックス】889-2703	きよたく ひらおか じょう ちようめ 〒004-8613 清田区平岡1条1丁目 【耳に障がいのある方専用ファックス】889-2404
	みなみく かた 南区の方	【でんわ】582-2400 【ファックス】584-9008	みなみく まこまない さいわいまち ちようめ 〒005-8612 南区真駒内幸町2丁目 【耳に障がいのある方専用ファックス】584-2900
	にしく かた 西区の方	【でんわ】641-2400 【ファックス】641-0372	にしく ことに じょう ちようめ 〒063-8612 西区琴似2条7丁目 【耳に障がいのある方専用ファックス】631-2900
	ていねく かた 手稲区の方	【でんわ】681-2400 【ファックス】694-0530	ていねく まえだ じょう ちようめ 〒006-8612 手稲区前田1条11丁目 【耳に障がいのある方専用ファックス】681-2900

わからないことがあったら、まずは、相談してみましよう！

- ① あなたがお住まいの区の区役所に連絡し、相談内容をつたえましょう。
- ② 担当の課の人につながり、あなたの相談にこたえてくれます。
- ③ ひつように応じて、来所してもらい直接相談にのったり、ひつような手続きをします。



福祉ガイドの
〇〇について
ききたいの
ですが…

ほけんふくしか
保健福祉課

どんなことで
ごま
お困りですか？



ほけんふくしか
保健福祉課



環境に優しいインキを使用しています。



さっぽろ市
01-F04-21-824
R3-1-85



療育手帳をお持ちの方のための

2021

さっぽろ市 福祉ガイド わたしの手引き

わたし	なまえ	でんわ
保護者・後見人	なまえ	でんわ
住んでいる区	区	区役所 だんわ

大切な連絡先

通っている事業所	でんわ

相談する



- 療育手帳のこと 1~2 ページ
- 受給者証のこと 7~8 ページ 福祉(ふくし)
- 利用計画相談のこと 7~8 ページ 福祉(ふくし)
- 年金のこと 17 ページ 生活(せいかつ)
- その他の相談 3~6 ページ 相談(そうだん)

暮らす・住む



- 家事や身の回りを手伝ってほしい 9 ページ 福祉(ふくし)
- 住むところをさがす 11~13 ページ 福祉(ふくし)
- けいたいでんわの割引 22 ページ 生活(せいかつ)

出かける



- 出かけるときに手伝ってほしい 10 ページ 福祉(ふくし)
- 体育館や映画館などの割引 19 ページ 生活(せいかつ)
- スポーツ大会に参加する 19 ページ 生活(せいかつ)
- 交通料金の割引 29~33 ページ 交通(こうつう)

通う・働く



- 訓練を受ける 10~11、13 ページ 福祉(ふくし)
- 日中まいにち通う 35 ページ 仕事(しごと)
- 働いていてなやみがあるとき 35 ページ 仕事(しごと)
- 働くところをさがす 36 ページ 仕事(しごと)

病院



- 病院にかかるときの医療費の支援 34 ページ 医療(いりょう)
- 歯の治療について 34 ページ 医療(いりょう)
- 健康をたもつための相談 34 ページ 医療(いりょう)

災害の備え

- ヘルプカードを作りましょう。
- 気持ちが落ち着くものや手帳や薬を準備しておきましょう。
- 避難する場所を家族で決めておきましょう。
- 札幌市の防災アプリ「そなえ」を利用しましょう。



感染症の備え

- 石けんと流水で手を洗う、またはアルコール手指消毒剤を使って手や指の消毒をおこない、手をきれいにしましょう。
- 体調に異変を感じたときには、診察に備えて症状や時間経過をメモしたり、病院や保健センターなどにすぐ連絡できるようにしておきましょう。

こまったときは 札幌市障がい者あんしん相談(無料)

でんわ 633-1313 ファックス 633-3887

メール soudan@sapporo-shakyo.or.jp

【受付時間】9時~17時 ※留守番でんわ・ファックス・メールは24時間受付

くわしくは、福祉ガイドをご覧ください 6 ページ 相談(そうだん)