



日常生活において、あなたが不安に 感じていることは何ですか？



- ☐ 老後（退職後）の生活維持への不安
- ☐ 自分や配偶者の健康や病気のこと
- ☐ 親や兄弟などの世話をすることになったときのこと
- ☐ 医療・介護の費用のこと

- ☐ 一人暮らしになったときのこと
- ☐ 自分や配偶者が介護の必要な状態になること
- ☐ 家族のこと
- ☐ 不安はない



不安に感じているのは、あなただけではありません

令和7年度市民対象アンケート調査によると、健康や病気のこと、介護などについて不安を抱えている人が多いという結果でした。

第1位 自分や配偶者の健康や病気のこと

- 第2位 自分や配偶者が介護の必要な状態になること
- 第3位 老後（退職後）の生活維持への不安
- 第4位 医療・介護の費用のこと



健康づくりや
介護については

高齢者の総合相談窓口
地域包括支援センターにご相談ください

栗野地区以外 担当

あいあい

な に な に

22-7272

【住所】敦賀市東洋町4番1号
敦賀市福祉総合センター
「あいあいプラザ」内

栗野地区 担当

なごみ

な ご み

21-7530

【住所】敦賀市公文名1号6番
つるが生協在宅総合センター
「和」内

市内全域 担当

長 寿

は い は い

22-8181

【住所】敦賀市中央町2丁目1番1号
敦賀市役所 長寿健康課 内

※担当の地域包括支援センターが不明の場合は、地域包括支援センター「長寿」へご連絡ください。

在宅医療・在宅介護情報誌

「支えあい」 ～つるがで暮らそう～

■ 敦賀市 長寿健康課で配布しています ■ 市ホームページよりご覧いただけます

過去に発行したものもご覧いただけます！

敦賀市 支えあい

検索



Vol.19

2025年
10月発行

在宅介護

Q & A

Q 介護サービスを受けるにはどうしたらいいの？

- A** まずは「要介護認定の申請」が必要です。
敦賀市長寿健康課（22-8180）や担当地区の地域包括支援センターにご相談ください。
また、居宅介護支援事業所（ケアマネジャー）にも相談できます。



Q サービスを利用したときの費用はどれくらい？

- A** 原則として利用料の1～3割を支払います。
自己負担が重くなったときや、所得の低い方には負担を軽減するしくみもあります。

Q 介護する配偶者等の家族の負担が気になります。

- A** 介護保険や福祉のサービスなどを上手く利用し、介護負担を軽減しましょう。
不安や悩みは抱え込まず、担当のケアマネジャーや地域包括支援センターへご相談ください。



Q まだまだ元気だけど今から準備できることは？

- A** 今の身体の状態や、自分が望む医療・介護の情報をまとめることができる「あんしん連携ファイル」を記入し、いざという時のために、ご自身の思いを整理しておきましょう。

「あんしん連携ファイル」について
市ホームページで詳しく説明しています。→



※「あんしん連携ファイル」は 市役所長寿健康課 にて無料配布しています