

家族の介護をしているときに、 こんな悩みはありませんか？

正直、もう腰が限界。でもこれ以上
どう楽に動かせるのかわからない…

自分の受診や検診に行く時間がない…
私が倒れたら、誰が見てくれるの？

毎日の排せつ介助。
独学でやっているけど、
本当にこれで
合ってる？

たまには美容院に行って
気分転換したいけど、
1人にするのは
不安…



あなたの介護を応援します。

宇部市家族介護支援事業
試行実施

個別講座

看護師、リハビリテーション
専門職、介護福祉士が家庭を
訪問し、今よりも負担の少ない
介護方法を提案します。

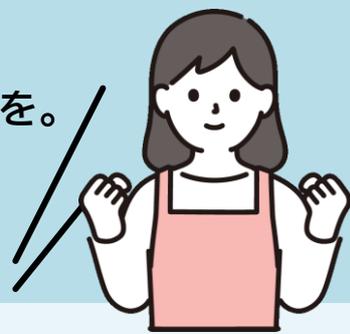
安心・付き添い

ご家族に代わりホームヘルパー
が自宅で見守りを行い、必要な
外出の時間をプロの技術で
サポートします。



介護の不安を技術で解決！
気軽に相談して、
もっとラクに、
楽しい毎日を。

今日は、
あなた自身のケアを。
留守は任せて、
いってらっしゃい。



個別講座

安心・付き添い

先着
10人

先着
20人

- 対象 介護が必要な高齢者※を自宅で介護している同居家族
※ 要支援・要介護認定のある高齢者(認定がなくても同様の状態の場合も含む)
- 利用 市が発行する利用券を使用。

■ サポート内容

看護師、リハビリテーション専門職、
介護福祉士が、現在の介護方法や介護に
関する不安な点を聞き取り、
今よりも負担の少ない
介護方法を提案します。



- ・移動、移乗、体位交換
- ・食事、排せつ、保清、更衣介助

■ 利用券について

- ・1人3枚配付されます。
- ・1枚で1時間利用できます。
(30分単位でも利用可)

初回
無料

2回目、3回目は
1割自己負担
(700円/時間)

■ サポート内容

ご家族に代わりホームヘルパーが自宅で
見守りを行い、ご自身の受診や美容院な
ど、必要な外出の時間をプロの技術で
サポートします。

- ・高齢者の家庭内での見守り、話し相手
- ・通院時病院内での付き添い
- ・介護者の相談、話し相手



■ 利用券について

- ・1人6枚配付されます。
- ・1枚で1時間利用できます。

利用
無料

連続最大4枚まで使用で
きます。
(1回最大4時間利用可)

【 利用の流れ 】

- ① 電話または二次元コードから申込み。
- ② 家族介護者が、市へ利用申請書を提出。
- ③ 利用券と実施事業所一覧が自宅に届く。
- ④ 家族介護者から実施事業所に希望するサービスを連絡。

二次元コード



利用期間 利用券交付から令和8年9月30日(水)まで