

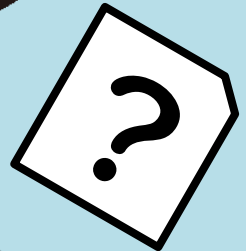
# 家族の介護をしているときに、 こんな悩みはありませんか？

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

申込期間: 令和8年4月1日(水)~8月31日(月)

先着順

### 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

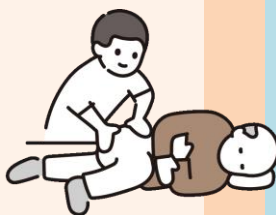
先着  
10人

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