

# 伴走支援対象事業所

## 募集のご案内

介護・障がい福祉現場での生産性向上の取組とは、業務内容の見直しや介護テクノロジー等の活用により、業務の改善や効率化を進める事で、  
職員の業務負担の軽減・ケアの質向上を目的としています。  
この取組について、**無料で専門家が伴走的に支援**を行います。

介護サービス事業所 15件

障害福祉サービス事業所 3件

を上限に長野県内に所在する事業所を募集します。



- 生産性向上に関する委員会ってどうやっていくの？
  - 現場の課題が有りすぎて困っている！
  - 介護ロボットを導入予定だけど、この機種でいいのかな？
  - 生産性向上に関する取組み方、これで合ってるのかな？
- 生産性向上の取組は**始める事がまず大きな一歩**です。  
ぜひ**相談センター**をご利用ください。

※応募に関しては伴走支援募集要項をご覧ください。

### ■問合せ先■

長野県介護・障がい福祉生産性向上総合相談センター  
(介護労働安定センター内併設) TEL:026-232-0898



長野県介護・障がい福祉生産性向上総合相談センター  
伴走支援対象事業所募集要項

## 1 目的

介護テクノロジー等を活用し、業務内容の見直し・改善や効率化を進めることにより、職員の業務負担の軽減を図るとともに、業務の改善や効率化により生み出された時間を利用者の直接的なケアに充てることで、介護及び障害福祉サービスの質の向上や職員のモチベーションアップにつなげていくことを目的とする。

## 2 支援の実施

生産性向上に取り組む事業所に対して、厚生労働省が提示する「介護サービス事業における生産性向上に資するガイドライン」に基づき、専門家が伴走して取組を支援する。

## 3 支援対象事業所

- ①長野県内に所在する介護サービス事業所または障害福祉サービス事業所。
- ②支援プログラム全ての回に生産性向上に関する委員会の責任者および施設経営者にあたる者2名で参加できる事業所。
- ③翌年以降に本事業において行われる普及啓発活動（長野県介護現場革新会議、研修会での事例発表、施設見学等）に協力できる事業所。

## 4 募集数

介護サービス事業所 15 件、障害福祉サービス事業所 3 件

## 5 伴走支援実施期間

選定の日から令和9年2月28日まで

## 6 支援プログラム

- ① 5月25日または26日開催の県内事業所向けビギナーズセミナーに参加
  - ② 7月開催予定の集合型支援第1回に参加（事前課題あり）
  - ③ 専門家が事業所を訪問、またはWEB等で取組に関する支援を実施
  - ④ 1月開催予定の集合型支援第2回に参加
- ※③の支援回数はおおよそ3回/事業所とする。  
※すべての回で原則同一の方が参加。  
※集合型支援は会場研修となります。

## 7 応募方法

(公財) 介護労働安定センター長野支部ホームページ上の申込フォーム

[https://event.kaigo-center.or.jp/events/view/4518?event\\_id=4518&usage\\_timestamp\\_from=2026%2F05%2F30+00%3A00&usage\\_timestamp\\_to=2026%2F05%2F30+23%3A30](https://event.kaigo-center.or.jp/events/view/4518?event_id=4518&usage_timestamp_from=2026%2F05%2F30+00%3A00&usage_timestamp_to=2026%2F05%2F30+23%3A30)

からお申込みいただくか、5月開催のビギナーズセミナーに参加の上、会場にてお申込書をご提出ください。

## 8 選考方法

支援事業所については、長野県と当センターにおいて審査を実施し決定いたします。選考結果については全ての応募者にメールにて通知いたします。

選考スケジュール 令和8年5月29日(金) 応募締め切り

令和8年6月15日(月)頃 選考通知

## 9 問合せ先

長野県介護・障がい福祉生産性向上総合相談センター

(介護労働安定センター長野支部内併設)

〒380-0836 長野県長野市南県町 1082 ND南県町ビル 5階

T E L : 026-232-0898

問合せフォーム : <https://www.kaigo-center.or.jp/contact/?t=nagano>

—令和8年度 長野県介護生産性向上推進総合事業—  
介護・障がい福祉現場での生産性向上ビギナーズセミナー

# 「何から始める？」がわかる！ 介護の生産性向上セミナー

～ 基本の進め方

+ AI で課題の因果関係図をその場で作成！～

■ 日時：令和8年5月25日（月）13：30～15：30  
（JA 長野県ビル12階B会議室 長野市大字南長野北石堂町1177-3）

令和8年5月26日（火）13：30～15：30  
（松本市勤労者福祉センター3-3会議室 松本市中央4丁目7-26）

※上記日程のいずれにも参加できない方を対象に、後日研修内容の録画配信を行います。  
（申込者に視聴用URLをお伝えいたします。）

■ 講師： True North 代表 那須 智樹 氏



東京大学大学院を卒業後、NITデータ経営研究所や株式会社Giver Linkの最高執行責任者を経て、現在のTrue North代表となる。

前職では、介護事業所向けのICTの比較検討サービスを運営し、累計3,500件程のICT導入相談事例を元にして、介護事業所向けのセミナー等での情報発信を行っていた。

直近では、秋田県、高知県等の計8つの県にて、生産性向上に関する研修会・オンライン相談・伴走支援を実施し、業務改善につながる情報発信・支援活動を行っている。

■ 参加対象者：長野県内の介護サービス事業所  
・ 障害福祉サービス事業所

**参加費無料!**

■ 申込み方法：以下の申込みフォームからお申込みいただくか、裏面の申込書をFAXにて送信してください。



長野会場申込



松本会場申込



後日配信申込



## 長野県介護分野の職員の賃上げ等支援事業補助金交付要綱

## (趣旨)

第1 この要綱は、介護分野の人材不足が厳しい状況にあるため、他職種と遜色のない処遇改善に向けて、必要な対応を行うこととされている令和8年度介護報酬改定の時期を待たず、人材流出を防ぐための緊急的対応として、賃上げ・職場環境改善の支援を行うことを目的とし、予算の範囲内において、長野県介護分野の職員の賃上げ等支援を実施することについて、補助金等交付規則（昭和34年長野県規則9号。以下「規則」という。）に定めのあるもののほか、必要な事項を定めるものとする。

## (交付の対象者)

第2 この補助金の交付の対象者は、「令和7年度介護分野の職員の賃上げ・職場環境改善支援事業実施要綱（令和7年12月25日付け老発1225第3号厚生労働省老健局長通知）」（以下、「国実施要綱」という。）の4（1）の対象事業所を運営する者（以下、「事業者」という。）とする。

## (交付の対象事業)

第3 この補助金の交付の対象となる事業は、国実施要綱に基づき実施される事業とする。

## (補助金額の算定方法)

第4 この補助金の交付額（以下、「補助金額」という。）は、国実施要綱5の規定に基づき、算定した額とする。

## (交付の条件)

第5 次の各号に掲げる事項は、補助金の交付の条件とする。

- (1) 補助事業の内容の変更（交付決定額の減額変更を生じさせるものを除く。）をしようとするときは、知事の承認を受けなければならないこと。
- (2) 補助事業を中止し、又は廃止する場合は、知事の承認を受けなければならないこと。
- (3) 補助事業に係る収入及び支出を明らかにした帳簿を備えるとともに、当該収入及び支出について証拠書類を整理し、当該帳簿及び証拠書類を補助金の額の確定の日（補助事業の中止又は廃止の承認を受けた場合は、その承認を受けた日）の属する年度の終了後5年間保管しなければならないこと。
- (4) この補助金の交付と対象経費を重複して、他の補助金等の交付を受けてはならないこと。

(申請書の様式、関係書類及び提出期限)

第6 規則第3条に規定する申請書及び関係書類(以下、「申請書等」という。)は、次の各号に掲げるとおりとする。

- (1) 長野県介護分野の職員の賃上げ等支援事業補助金交付申請書(様式第1号)
- (2) 長野県介護分野の職員の賃上げ等支援事業補助金計画書(国実施要綱別紙様式2-1、別紙様式2-2、別紙様式2-3及び別紙様式2-4)
- (3) その他知事が必要と認める書類

2 前項の書類の提出期限は、別に定めるものとする。

3 事業者は、第1項の申請書を提出するに当たって、補助金に係る消費税仕入控除税額(補助対象経費に含まれる消費税及び地方消費税に相当する額のうち、消費税法(昭和63年法律第108号)に規定する仕入れに係る消費税額として控除できる部分の金額と当該金額に地方税法(昭和25年法律第226号)に規定する地方消費税率を乗じて得た金額との合計額に補助率を乗じて得た金額をいう。以下同じ。)があり、かつ、その金額が明らかな場合には、これを減額して申請するものとする。ただし、申請時において補助金に係る消費税仕入控除税額が明らかでない場合にあっては、この限りでない。この場合において、事業者は、第11第1項又は第2項の規定による報告をするものとする。

(交付の決定等)

第7 知事は、申請書等を受理した場合は、その内容を審査し、補助金を交付すべきものと認めるときは、補助対象事業者を国民健康保険団体連合会(「介護給付費及び公費負担医療等に関する費用の請求に関する省令」(平成12年厚生労働省令第20号)第1条第3項に規定され、市町村から委託を受けた審査支払機関。以下、「国保連」という。)に通知する。

2 国保連は、前項の報告のあった補助対象事業者について、第4に基づき補助金額を算定し、別に定める日までに当該額を知事に報告する。

3 知事は、前項の報告を受けたときは、当該額を交付申請額とみなし、速やかに交付決定のうえ、補助対象事業者に通知するものとする。

(変更承認の申請等)

第8 第5の規定による変更等の承認申請は、次の各号に掲げる区分に従い、当該各号に定める書類を提出して行うものとする。

- (1) 補助事業の内容の変更をしようとするとき 長野県介護分野の職員の賃上げ等支援事業補助金変更交付申請書(様式第2号)
- (2) 補助事業を中止し、又は廃止しようとするとき 長野県介護分野の職員の賃上げ

等支援事業補助金中止（廃止）承認申請書（様式第3号）

（交付申請の取下げ）

第9 規則第7条の規定による申請の取下げは、長野県介護分野の職員の賃上げ等支援事業補助金交付申請取下書（様式第4号）を、本補助金の交付決定の通知を受けた日から起算して15日以内に知事に提出して行うものとする。

（実績報告書の様式、関係書類及び提出期限）

第10 規則第12条第1項前段に規定する実績報告書及び関係書類は、次の各号に掲げるとおりとする。

- (1) 長野県介護分野の職員の賃上げ等支援事業補助金実績報告書（様式第5号）
- (2) 長野県介護分野の職員の賃上げ等支援事業補助金実績報告書（国実施要綱別紙様式3-1及び別紙様式3-2）
- (3) その他知事が必要と認める書類

2 前項の書類の提出期限は、令和8年12月31日（補助事業の中止又は廃止の承認を受けたときは、当該承認通知書を受理した日から起算して30日を経過した日）とする。

（補助金の交付請求）

第11 補助金の交付の決定を受けた者が、補助金の交付（概算払を含む。）を請求しようとするときは、長野県介護分野の職員の賃上げ等支援事業補助金精算（概算）払請求書（様式第6号）を知事に提出するものとする。

- 2 知事は、前項の規定による請求があった場合において、その内容を審査し、適当と認めるときは、交付決定額の範囲内において、補助金の概算払をすることができる。
- 3 前項の規定により補助金の概算払を受けている場合において、概算払を受けた額が規則第13条の規定により確定した補助金の額を超えるときは、その差額を返還しなければならない。

（消費税仕入控除税額の報告）

第12 第6第3項ただし書により交付の申請をした事業者は、実績報告書を提出するに当たって、補助金に係る消費税仕入控除税額が明らかである場合には、これを補助金額から減額して報告するものとする。

2 第6第3項ただし書により交付の申請をした事業者は、第1項の実績報告書を提出した後において、補助金に係る消費税仕入控除税額が確定した場合には、その金額（前項の規定により減額した場合にあっては、その金額が減じた額を上回る部分の金額）を消費税仕入控除税額報告書（様式第7号）により速やかに知事に報告するとともに

に、知事による返還命令を受けてこれを返還するものとする。

また、補助金に係る消費税仕入控除税額が明らかにならない場合又はない場合であっても、その状況等について、規則第 13 条第 1 項の補助事業の額の確定のあった日の翌年 6 月 15 日までに、同様式により知事に報告するものとする。

(特別事情届出書)

第 13 申請者は、事業の継続を図るために、職員の賃金水準（処遇改善加算による賃金改善分を除く。）を引き下げた上で賃金改善を行う場合には、事前に特別な事情に係る届出書（国実施要綱別紙様式 5）を知事に提出すること。

(雑則)

第 14 この要綱に定めるもののほか、補助金の交付に関し必要な事項は、別に定める。

附 則

この要綱は、令和 8 年度の補助金に適用する。

## 特定入所者介護（予防）サービス費（負担限度額）について（令和8年7月まで）

### 制度

介護保険施設に入所したり、短期入所（ショートステイ）サービスを利用したりした時は、サービス利用料（1割～3割負担）のほかに、「食費」・「居住費（滞在費）」が自己負担となります。介護保険課に申請し、決定された負担限度額認定証を提示することで、「食費」・「居住費（滞在費）」が、軽減後の料金（下表）でご利用いただけます。

### 対象となるサービス

- ・介護老人福祉施設（特別養護老人ホーム）
- ・介護老人保健施設
- ・介護医療院
- ・地域密着型介護老人福祉施設入所者生活介護（小規模特別養護老人ホーム）
- ・（介護予防）短期入所生活介護（ショートステイ）
- ・（介護予防）短期入所療養介護（ショートステイ）

### 対象条件

軽減を受けられるのは、次の3つの全てに該当する人です。

- 1 本人及び同一世帯の人全てが市町村民税非課税者であること
- 2 本人の配偶者（別世帯も含む）が市町村民税非課税者であること
- 3 預貯金額が年金収入額等に応じて、下表の金額（配偶者がいる場合は、1,000万円を上乗せした金額）以下であること

利用者負担段階	審査要件		食費の負担 限度額 (日額)	居住費の負担限度額（日額）			
	年金収入額等 ※1	預貯金額 (配偶者含む) ※2		ユニット型 個室	ユニット型 個室の 多床室	従来型個室	多床室
第1段階	————— (生活保護受給者)		300円 【300円】	880円	550円	550円 (380円)	0円
第2段階	80.9万円以下 の場合	650万円以下 (1,650万円以下)	390円 【600円】	880円	550円	550円 (480円)	430円
第3段階①	80.9万円を超え 120万円以下 の場合	550万円以下 (1,550万円以下)	650円 【1,000円】	1,370円	1,370円	1,370円 (880円)	430円
第3段階②	120万円を 超える場合	500万円以下 (1,500万円以下)	1,360円 【1,300円】	1,370円	1,370円	1,370円 (880円)	430円

（ ）内は介護老人福祉施設・短期入所生活介護を利用した場合の負担限度額です

【 】内は短期入所生活介護・短期入所療養介護を利用した場合の負担限度額です

※1 年金収入額等＝課税年金収入額＋非課税年金収入額＋合計所得金額（年金の所得金額を除く）

※2 40～64歳は年金収入額等に関わらず、預貯金額は単身1,000万円以下（配偶者がいる場合は両方で2,000万円以下）であることが要件になります。

※3 対象条件1、2、3の全てに該当しない場合、食費、居住費は、上記の金額以上の料金となります。料金の詳細については各施設へお問い合わせください。

裏面もあります

以下の申請に必要なものを確認の上、市役所介護保険課宛に郵送又は市役所介護保険課（第二庁舎1階）及び各支所窓口に提出で申請してください。

なお、返信用封筒を同封していますので、基本的に郵送にてお手続きいただきますよう、御協力をお願いいたします。

### 申請に必要なもの

#### 1 長野市介護保険負担限度額認定申請書

記入をお願いします（裏面の同意書の記入、捺印もお願いします）。

#### 2 預貯金額等の分かるもの

（例 普通預金・定期預金の通帳等の写し、有価証券等の写し）

- ・口座情報が分かるページ（金融機関名、支店名、口座名義人が記載されているページ）
- ・申請日から直近2ヶ月以内の最終残高が分かるページ

（申請日から直近2ヶ月分の履歴及び最新の記帳がされているか確認してください）

※配偶者（別世帯も含む）がいる場合は、配偶者の通帳の写しも必要です。

問い合わせ先

〒380-8512 長野市大字鶴賀緑町 1613 番地

長野市役所保健福祉部介護保険課

TEL 026-224-7871

## 特定入所者介護（予防）サービス費（負担限度額）について(令和8年8月～)

### 制度

介護保険施設に入所したり、短期入所（ショートステイ）サービスを利用したりした時は、サービス利用料（1割～3割負担）のほかに、「食費」・「居住費（滞在費）」が自己負担となります。介護保険課に申請し、決定された負担限度額認定証を提示することで、「食費」・「居住費（滞在費）」が、軽減後の料金（裏面）でご利用いただけます。

### 対象となるサービス

- ・介護老人福祉施設（特別養護老人ホーム）
- ・介護老人保健施設
- ・介護医療院
- ・地域密着型介護老人福祉施設入所者生活介護（小規模特別養護老人ホーム）
- ・（介護予防）短期入所生活介護（ショートステイ）
- ・（介護予防）短期入所療養介護（ショートステイ）

### 対象条件

軽減を受けられるのは、次の3つの全てに該当する人です。

- 1 本人及び同一世帯の人全てが市町村民税非課税者であること
- 2 本人の配偶者（別世帯も含む）が市町村民税非課税者であること
- 3 預貯金額が年金収入額等に応じて、下表の金額（配偶者がいる場合は、1,000万円を上乗せした金額）以下であること

条件に該当される方は下記の申請に必要なものをご用意いただき、市役所介護保険課宛に郵送又は市役所介護保険課（第二庁舎1階）及び各支所窓口に提出してご申請ください。

なお、返信用封筒を同封していますので、基本的に郵送にてお手続きいただきますよう、御協力をお願いいたします。

### 申請に必要なもの

#### 1 長野市介護保険負担限度額認定申請書

記入をお願いします（裏面の同意書の記入、捺印もお願いします）。

#### 2 預貯金額等の分かるもの

（例 普通預金・定期預金の通帳等の写し、有価証券等の写し）

- ・口座情報が分かるページ（金融機関名、支店名、口座名義人が記載されているページ）
- ・申請日から直近2ヶ月以内の最終残高が分かるページ

（申請日から直近2ヶ月分の履歴及び最新の記帳がされているか確認してください）

※配偶者（別世帯も含む）がいる場合は、配偶者の通帳の写しも必要です。

< 軽減後の自己負担額(食費・居住費)>

利用者負担段階	審査要件	
	年金収入額等※1	預貯金額合計(配偶者も含む)※2
第1段階	生活保護の受給者	
	老齢福祉年金受給者	1,000万円以下(2,000万円以下)
第2段階	82.65万円以下の場合	650万円以下(1,650万円以下)
第3段階①	82.65万円を超え120万円以下の場合	550万円以下(1,550万円以下)
第3段階②	120万円を超える場合	500万円以下(1,500万円以下)
第4段階	上記以外の人※3	

利用者負担段階	食費の負担限度額(日額)	居住費の負担限度額(日額)						
		ユニット型個室	ユニット型個室的多床室	従来型個室		多床室Ⅰ	多床室Ⅱ	多床室Ⅲ
				特養等	老健・医療院等	特養等	老健・医療院 (室料を徴収する場合)	老健・医療院 (室料を徴収しない場合)
第1段階	300円【300円】	880円	550円	380円	550円	0円	0円	0円
第2段階	390円【600円】	880円	550円	480円	550円	430円	430円	430円
第3段階①	680円【1,030円】	1,370円	1,370円	880円	1,370円	430円	430円	430円
第3段階②	1,420円【1,360円】	1,470円	1,470円	980円	1,470円	530円	530円	430円
第4段階	負担限度額なし							

【 】内は短期入所生活介護・短期入所療養介護を利用した場合の負担限度額です

- ※1 年金収入額等＝課税年金収入額＋非課税年金収入額＋合計所得金額(年金の所得金額を除く)
- ※2 40～64歳は年金収入額等に関わらず、預貯金額は単身1,000万円以下(配偶者がいる場合は両方で2,000万円以下)であることが要件になります。
- ※3 対象条件1、2、3の全てに該当しない場合、食費、居住費は、上記の金額以上の料金となります。料金の詳細については各施設へお問い合わせください。

問い合わせ先  
 〒380-8512 長野市大字鶴賀緑町1613番地  
 長野市役所保健福祉部介護保険課  
 TEL 026-224-7871

日本ALS協会長野県支部

# 令和8年度総会 & 春の交流会のご案内

- 日時 令和8年6月13日（土） 12時30分～16時 受付12時～
- 場所 麻績村地域交流センター3階ホール
- 参加費 会員：無料 非会員：100円（オンライン参加は無料）

## I 総会 12：30～13：00

支部長挨拶 来賓挨拶 議事提案 採決

書面表決について規約（第13条）通り、特にお申し出がない場合は、総会運営上（定足数）の都合により、議長に表決を委任されたものとして扱わせていただきます。

## II ALSコミュニケーションの極意を考える 13：10～14：40

- ハイテクコミュニケーションツールの説明  
日本ALS協会長野県支部副支部長 中川真人氏
- ローテクコミュニケーションツールの説明  
日本ALS協会長野県支部運営委員 太田貴文氏  
赤沼さち子氏
- 展示機器の説明 (株)麻屋家具製作所  
(株)クレアクト
- 展示機器の体験

**休憩 14：40～15：00**

## III 交流会 15：00～16：00

令和8年6/6（土）までに下記のQRコードか添付の参加申込書をFAX・メールでお送りください。当日総会に出席される会員の方は、同封の議案書（支部だよりNo44に掲載されている）をご持参ください。総会に欠席される会員の方は下記QRコードか支部だよりの裏表紙にある用紙で書面表決をお願いいたします。

開催1週間前にオンライン参加の方も含め、念のため全員にzoomのURLを送りますので必ずメールアドレスをご記入ください。

2050ゼロカーボンに向けたアクションとしてペットボトル等削減のため、飲み物は各自持参・ごみの持ち帰りにご協力ください。

<お問合せ・お申込み>

日本ALS協会長野県支部 事務局 原山  
TEL:026-263-6335 FAX:026-243-8820  
akane\_harayama@tetote7107.org

総会欠席者用書面表決  
QRコード



参加申し込み  
QRコード



募集期間 R8年5/20～6/20

定員 5名 \*受講の可否は後日連絡いたします。

長野県認可

喀痰吸引等研修事業

令和8年度

## 第3号 喀痰吸引等研修（基本研修）

## 開催のお知らせ（第1回）

◆2012（平成24）年4月から「社会福祉士及び介護福祉士法」（1987年法律第30号）の一部改正により、介護福祉士及び一定の研修を受けた介護職員等は、医療や看護との連携による安全確保が図られていること等、一定の条件のもとで「たんの吸引等」の行為を実施できることになりました。

◆日本ALS協会長野県支部は長野県の患者団体として初めて令和4年に研修機関の認可を受けました。

◆当支部主催の本研修会は、主に難病患者や重度障害児者等に対して、安全かつ適切に喀痰吸引等を実施できる介護職員等を養成することを目的として、研修会を実施いたします。

## 【研修日・会場】

（1日目）＜講義＞ 2026年7月12日（日）13:00～16:40  
長野市ふれあい福祉センター 5階（長野市大字鶴賀緑町1714-5）またはZoom視聴

\*Zoom 配信ありますがWi-Fi環境が不安定、スマホだけでパソコンがない方は会場で受講してください。

（2日目）＜演習・講義・試験＞ 2026年7月25日（土）13:00～17:00  
北部スポーツ・レクリエーションパーク 管理棟 会議室（長野市三才1981-1）

【受講料】 20,000円  
※別途教材費 2,000円（送料込み）（「喀痰吸引等研修テキスト」厚生労働省版）

【カリキュラム】 別紙1 参照

## 申込方法：

FAX または Eメール（ファイル添付）のいずれかの方法で受講申込書（様式1）をお送りください。「日本ALS協会長野県支部 研修担当」宛

<FAX: 026-243-8820> <E-mail: als.naganoken@gmail.com>

☆「受講申込書」は長野県支部ホームページよりダウンロード可

☆「実地研修」は、基本研修修了後に対象利用者宅にて指導看護師のもと実施

別表2 参照 ※別途実地研修費 3,000円

☆ 感染状況の拡大等、研修会開催が困難と判断した際は延期の場合もありますので、ご了承の上お申し込みください。

お問い合わせ

日本ALS協会長野県支部（原山）

TEL 026-263-6335 FAX 026-243-8820

E-mail: als.naganoken@gmail.com

## 大型連休はロードサービスの トラブルにご注意！

### <事例>

車で旅行中にタイヤがパンクしたので、ネットで検索した「基本料金2,280円～」と表示のあったサイトからロードサービスを申し込んだ。到着したロードサービス事業者には「見積もりだと8万円」と言われ高額だと思ったが仕方なく支払った。しかし、走行中に違和感があったのでガソリンスタンドで点検してもらうと、「タイヤのサイズが合っていない、費用も高額だ」と言われた。



(消費者庁イラスト集より)

## 【トラブルにならないためのポイント】

### 👉 自動車が故障したら、まず保険会社へ問い合わせましょう。

自動車保険にはロードサービスが付帯していることが多くあります。故障したことに焦ってネットで検索した事業者に依頼するのではなく、自分が契約中の保険会社に相談しましょう。また、トラブルに備えるため、日頃から契約内容を確認し、連絡先を控えておく心安いです。

### 👉 サイト上の表示価格を信用しない。

ネットの検索結果で上位に表示された事業者だからと安易に信用することは危険です。「基本料金〇〇円」「△△円～」等と表示されていても、故障状況や周りの環境等によって費用は様々です。依頼する前に「どのような作業になるか」「状況によってはどの程度費用がかかるのか」等を必ず確認しましょう。

### 👉 請求額に納得できないときは説明を求めましょう。

「事前の説明と異なり作業後の請求が高額だった」「修理できていなかった」等、納得できない場合は、後日納得した金額で支払う意思を示しつつその場での支払いは断りましょう。

困った時は、長野市消費生活センター(026-224-5777)または  
消費者ホットライン「188」へご相談ください。

(188は土日祝でも10:00~16:00の間はご相談できます。)

令和8年度 生活知識講座

参加費無料

# 高齢者の消費者トラブルを未然防止するために?



令和8年

## 5月22日(金)

時間

PM1:30~PM3:30

受付開始 PM1:15~

定員 先着80人

## 受付期間

5月1日(金)~5月15日(金)

## アクセス

できるだけ、公共交通機関をご利用ください。

(最寄りバス停:昭和通り駅 停下車徒歩1分)

(最寄り地下鉄:長野電鉄市役所前駅徒歩5分)

お車の場合は、トイゴパーキングをご利用ください。

一部料金を補助しますので、会場受付に駐車券をお持ちください。

## 講座会場

場所 長野市生涯学習センター  
4階 会議室2

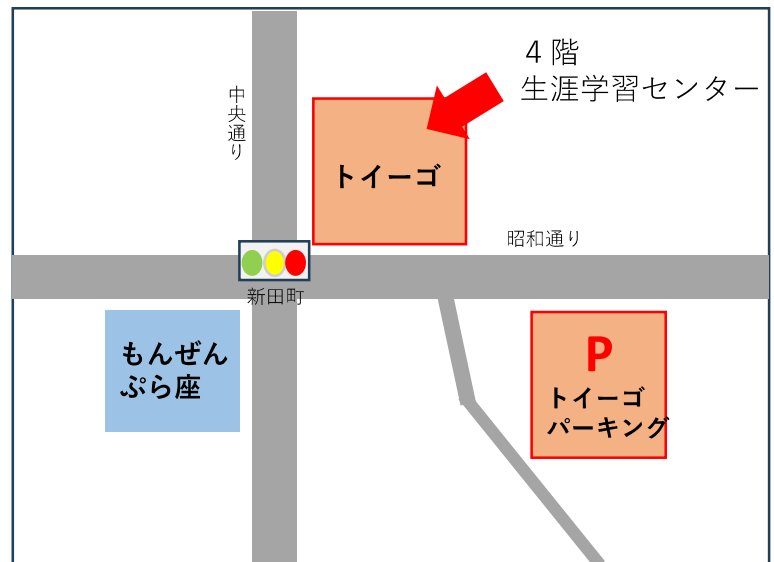
講師 廣重 美希 先生  
(一般社団法人消費者力開発協会)

## 申込方法

ながの電子申請サービス

「令和8年度長野市生活知識講座参加申込フォーム」からお申し込みください。

スマートフォンはこちらから →



または、直接下記連絡先までお申し込みください。

◎お申し込み・お問い合わせ先◎

### 長野市消費生活センター(026-224-5777)

## FEEL NAGANO, BE NATURAL

この街で、わたしらしく生きる。長野市

長野県認知症ケア専門士会主催令和8年度 第一回研修会

専門士単位 3単位

# 「脳科学でわかる、ご本人の思いと接し方」

～脳のしくみから「その人らしさ」を理解する～

講 師 恩蔵 絢子(おんぞう あやこ)氏 (脳科学者)

人間の「感情」や「自意識」のメカニズムを専門とする研究者

アルツハイマー型認知症の実母を通して、脳の研究を重ねていた。

代表的な著書として「脳科学者の母が、認知症になる」2023年にはNHKスペシャルで「認知症の母と脳科学者の私」としての特集が生まれ、多くの視聴者の共感を得ている。

開催日時 2026年5月30日 土曜日 13:00～ 16:15 (受付12:30～)

会 場 長野市 リサイクルプラザ 1階多目的ホール(長野市松岡2-26-7)

募集定員 70名

受講は、長野県認知症ケア専門士が優先となりますが、どなたでも受講可能です。多くの皆様のご参加をお待ちしています。

参加費 長野県認知症ケア専門士会会員	1,000円
非会員・一般	3,000円

申し込み方法

下記のQRコードかFax

2026年5月20日までにお申し込みください

\*この研修は長野県介護支援専門員の法定研修となります。

お問い合わせ

長野県認知症ケア専門士会 事務局(合同会社はやしや内) 小林

電話:026-276-6232

HP:<https://www.nagano-ninchi.jimdofree.com>

お申し込みはこちらから



長野県認知症ケア専門士会主催 令和8年度 第一回研修会

# 「脳科学でわかる、ご本人の思いと接し方」 研修会参加申込書

下記をご記入の上 Fax にてお申し込みください

## Fax 026-214-9991

1:お名前

2:お名前のフリガナ

3:当日の連絡先

4:どちらかお選びください

- 長野県認知症ケア専門士会 会員(日本認知症ケア会員とは別となります。)
- 非会員・一般

5:認知症ケア専門士 研修受講単位証明書

- 希望する
- 希望しない

6:主任介護支援専門員法定研修 受講証明書

- 希望する
- 希望しない

申し込みは2026年5月20日迄です。