

	サービス名	内 容	利用できる方	申込・問合せ先
介護予防教室	高齢者筋力向上トレーニング	転倒骨折を予防するための教室です。健康運動機器（マシン）を使い、下肢の筋力低下を防止します。	特定高齢者（お達者問診票を実施して決定します）	保健福祉グループ
	かまど塾	南部ふれあいプラザを会場に、栄養状態が偏り、体重が減ってしまった方や、固い物が食べにくくなった方などを対象に、介護が必要な状態とならないよう栄養チェック、調理会、健康体操などをおこないます。		
	ぴんしゃん塾	足腰が弱ってきたと感じている方や、つまづきやすくなった方などを対象に介護が必要な状態とならないよう体操やストレッチなどをおこないます。		
	お達者健康教室	老人憩いの家を会場に、「10年後も元気で自立した生活を送るにはどうしたらよいか」「健康づくりのために何をしたらよいか」などのお話や血圧測定をおこないます。	おおむね60歳以上の方	
	お元気かい	宅老所で血圧測定や健康相談、簡単なレクリエーションをおこないます。		
	元気はつらつ教室	全世代楽習館を会場に、介護が必要な状態にならず、できるだけ健康でいきいきとした老後を送ることができるよう、効果的な運動プログラムを実施して転倒骨折の予防を図ります。	65歳以上の方	
生きがい活動	いきいき銭湯開放事業	65歳以上の方にお風呂を無料開放しています。 松の湯…毎週火・水・土曜日 午前10時30分～午後4時 ケアハウス高浜安立…毎週日曜日 午前7時～正午	ひとりで入浴できる65歳以上の方	保健福祉グループ
	いきいきクラブ活動	おおむね60歳以上の方が地域ごとに組織し、自主的に活動する会員制の団体です。教養講座の開催、健康増進事業、社会奉仕事業、友愛活動など幅広い活動をおこなっています。	おおむね60歳以上の方	
	老人憩いの家	仲間づくりや楽しく憩える場所を提供するため、市内8ヶ所に老人憩いの家などを設置しています。		



いきいき銭湯開放事業
ケアハウス高浜安立展望浴場



高齢者筋力向上トレーニング



全世代楽習館



ものづくり工房「あかおにどん」もの作り体験

高齢者在宅福祉 サービスのご案内

市内にお住まいの高齢者を対象にした在宅福祉サービスを紹介いたします。お気軽にご相談ください。

申込・問合せ・相談先

- ・いきいき広場総合窓口 ☎52-9610
- ・いきいき広場内保健福祉グループ ☎52-9871
介護保険グループ
- ・社会福祉協議会 ☎52-2002
- ・市役所生活安全グループ ☎52-1111
(内線332)
- ・シルバー人材センター ☎52-5081

いきいき広場の利用時間

総合的福祉相談窓口 (地域包括支援センター)	平日	午前8時30分～午後7時
	土・日曜日、祝日	午前8時30分～午後5時15分
市役所出張所	平日	午前8時30分～午後9時
	土・日曜日、祝日	午前8時30分～午後5時15分
健康づくり、生涯学習 (マシンスタジオなど)	平日	午前10時～午後9時
	土・日曜日、祝日	午前10時～午後5時
社会福祉協議会	平日、土・日曜日、祝日	午前8時30分～午後5時15分

※年末年始（12月29日から1月3日）を除く毎日利用できます。



	サービス名	内 容	利用できる方	申込・問合せ先
介護予防拠点施設	宅老所	家庭に近い雰囲気の中で、お話などをしながら、自由に交流していただきます。市内に5ヶ所あり、喫茶コーナーや入浴施設があるなど、それぞれに特色があります。	おおむね65歳以上で、何らかの援助サービスが必要な方	保健福祉グループ
	ものづくり工房「あかおにどん」	自由工作コーナー等があり、交流しながらものづくり体験が楽しめます。作る際には必要に応じてお手伝いをします。	どなたでも利用できます	
	IT工房「くりっく」	パソコンのちょっとした操作から応用の使い方まで、わからないところを気軽に聞きながら交流できます。		
	サロン赤鯨	高浜の郷土を説明したり、聞いたりしながら、人との交流が楽しめます。		
	全世代楽習館	認知症予防講座としてそば打ちなどの講座を開講しています。		