

高齢者在宅福祉サービスのご案内

| | 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 | 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 | 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られている方や、つまず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 | 「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」などのお話を、老人憩いの家を会場に行っています。 | | |
| | 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。 | | |
| 生きがい活動 | 元気はつらつ教室 | 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 | 保健福祉グループ |
| | 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 | |
| | 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、友愛訪問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。 | おおむね60歳以上の方 | |
| | ふれあい福祉農園 | 生きがいと健康増進の機会をつくり、園児とのふれあいを高め、また世代間交流の場として畑で野菜などの作物を作り収穫後園児と会食します。 | | |
| シルバー人材センター | 技能や経験を活かしながら働くことを通して、生きがいのある生活を送っていただくお手伝いをしています。 | シルバー人材センター | | |
| ひとり暮らし高齢者・高齢者世帯向けサービス | 独居高齢者などの見守り | 定期的な訪問し、安否の確認をおこないます。見守り推進委員は、シルバー人材センター会員のボランティアがおこないます。 | 見守りが必要な方 | 保健福祉グループ |
| | 配食サービス | 選択メニュー方式により、毎日夕食を届けます。 配食サービス 300円 見守り配食サービス 400円 | 身体的に調理が困難な方など | 社会福祉協議会 保健福祉グループ |
| | 軽度生活援助 | 散歩、買い物、寝具類の日干し、身の回りの整理整頓などの日常生活を支援します。1回あたり1時間相当で月10回まで。 個人負担1回あたり200円 | 要介護などの状態ではない方 | 地域包括支援センター 保健福祉グループ |

◆申込・問合せ・相談先

- 地域包括支援センター ☎52-9610
- いきいき広場内保健福祉グループ
介護保険グループ ☎52-9871
- 社会福祉協議会 ☎52-2002
- 市役所生活安全グループ ☎52-1111
(内線322)
- シルバー人材センター ☎52-5081

いきいき広場の利用時間

| | | |
|---------------------------|-------------|-----------------|
| 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）を除いて、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、お話をしながら、自由に交流していただけます。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」 | 自由工作コーナーなどがあり、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。 | | |
| | サロン赤窯 | 高浜の郷土を説明したり、聞いたりしながら交流が楽しめます。 | | |
| | 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。 | | |



▲ものづくり工房「あかおにどん」



▲サロン赤窯



▲全世代楽習館

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。