

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ご紹介します。お気軽
にご相談ください。

	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	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 口体操などを行います。		
	びんしゃん塾	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行います。		
	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、老人憩の家を会場に行ってい ます。	おおむね60歳以上の方	
	お元気かい	在宅所で血圧測定や健康相談、簡単な レクリエーションを行います。	65歳以上の方	
	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。		
歯っする教室	口腔機能の大切さや義歯の手入れの仕 方などをお話するとともに、お口の 体操を行います。			
生 き が い 活 動	パワーアップ高取 教室	音楽に合わせて、健康グッズ（あいば う）を使用し、ストレッチや筋力アッ プの体操を行います。	年齢を問いません	
	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 い活動を行っています。	おおむね60歳以上の方	

相談・申込・問合せ先

- ・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301)
- ・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。



▲いきいき広場

	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。		



▲全世代楽習館



▲サロン赤窯



▲ものづくり工房「あかおにどん」