

つちうら **シニア** 応援隊



高齢者の方やそのご家族の方向けのサービスや相談先などをご紹介します

● 応援メニューその1 ● 活用しませんか？

65歳以上の「ひとり暮らしの方」などが利用できるサービス

見守りキーホルダー配布 関高齡福祉課

緊急時に備えて、身元確認を行えるキーホルダーを配布(無料)

緊急通報システム 関高齡福祉課

固定電話に接続し、急病などの緊急時に通報できる装置を設置(利用料は所得に応じて異なる)

愛の定期便 関社会福祉協議会

週2回乳製品などを配達し、安否確認する(無料)

救急医療情報キット配布 関高齡福祉課

緊急連絡先などの情報を専用容器に入れ、冷蔵庫に保管し、救急に備える(無料)

配食サービス 関高齡福祉課

食事の調達が困難な方などに食事を配達し、安否確認する(利用料：1食400円)

ふれあい電話訪問サービス 関社会福祉協議会

月2回ボランティアが電話で安否確認する

65歳以上の「ねたきり・認知症で在宅の方」などが利用できるサービス

寝具洗濯・乾燥・消毒サービス 関高齡福祉課

ねたきりまたは認知症(おおむね要介護3以上)のため寝具の衛生管理が困難な方に年4回まで実施

ねたきり老人等福祉手当 関高齡福祉課

ねたきりまたは認知症状態(おおむね要介護4・5程度)にある方に、手当を支給

訪問理美容サービス 関高齡福祉課

ねたきり状態(おおむね要介護3以上)の方が自宅で受けた理美容サービスの料金を一部助成(助成額：1回につき3000円、年2回まで)

65歳以上の方が利用できるその他のサービス

のりあいタクシー土浦の年会費助成 関高齡福祉課

市内全域を運行している「のりあいタクシー土浦」の年会費を一部助成

日常生活用具給付 関高齡福祉課

市民税非課税世帯にシルバーカーなどを給付(用具に応じて給付要件あり)

自転車用ヘルメット購入費の一部補助 関生活安全課

安全基準を満たしたヘルメットの購入費を一部補助(補助額：購入費用の2分の1、最大2000円)

補聴器購入費用の一部補助 関高齡福祉課

補助額：最大20000円、条件あり

高齢者家族支援「探索」サービス 関高齡福祉課

要介護認定を受けていて、徘徊症状がある方にGPS発信機を貸出

はり・きゅう・マッサージ施術費助成 関高齡福祉課

70歳以上の方などに費用の一部を助成(助成額：1回につき1000円、年8回まで)

いばらきシニアカード 関高齡福祉課

協賛店舗で料金割引などの特典が受けられる

スマートフォン講座・貸出 関DX推進課

講座の開催、お持ちでない方へ約1か月間の無料貸出

応援メニューその2 参加してみませんか？

生きがい対応型 デイサービス施設

☎高齢福祉課

体操、カラオケ、手芸などができます。

対象／市内在住の60歳以上の方

料金／1日100円

(活動内容により実費負担あり)

開館日時／月～土曜日(祝日を除く)

午前9時～午後5時

※わくわくサロンにいはりは午前10時～午後6時

申込方法／各施設に直接



施設名・場所	電話番号
いきいき館たいこ橋 川口一丁目3-223-2 C-204 (モール505内)	☎827-2737
悠遊庵さんぼみち 真鍋三丁目8-17	☎821-9713
ほのぼのハウス通りゃんせ 荒川沖225-4	☎842-4567
いきいきサロンかざぐるま 天川一丁目28-12	☎801-6565
ふれあいいきいきサロン神立 中神立町35-5	☎833-1377
いこいの館コスモス 右粕2965	☎804-0151
やすらぎサロンつわ 並木一丁目2-20	☎824-4572
わくわくサロンにいはり 大畑1611(旧さん・あぴお1階)	☎862-3212

シルバーリハビリ 体操教室

☎高齢福祉課

シルバーリハビリ体操とは、誰でも手軽に

取り組むことができる介護予防体操です。

申込不要ですので気軽にお越しください。

持ち物／飲み物、上履き、タオル



場所	開催日	時間
一中地区公民館	第2金曜日	10:00～11:30
二中地区公民館	第4金曜日	9:30～11:00
三中地区公民館	第2・4水曜日	13:30～15:00
四中地区公民館	第2月曜日	13:30～15:00
神立地区コミュ ニティセンター	第1・3金曜日	13:30～15:00
上大津公民館	第2水曜日	14:00～15:30
六中地区公民館	第1・3火曜日	13:30～15:00
都和公民館	第3木曜日	13:30～15:00
新治地区公民館	第2火曜日	9:30～11:30

老人福祉センター・ 新治総合福祉センター

☎高齢福祉課

娯楽室や大浴室などがあります。

開館日時／月～土曜日

(祝日、年末年始を除く)

午前9時～午後4時30分

※老人福祉センターうらはは火～日曜日(祝日、年
末年始を除く)です。

※料金など、詳しくは各施設にお問い合わせください。



施設名・場所	電話番号
老人福祉センター湖畔荘 手野町1892-1	☎828-0881
老人福祉センターつわぶき 中都町1-5428-2	☎831-4126
老人福祉センターうらは 大和町9-2 ウララ2ビル6階	☎827-0050
新治総合福祉センター 沢辺1423-1	☎862-3522

ふれあいセンターながみね

☎高齢福祉課

プールや浴室、娯楽室などがあります。

開館日時／火～日曜日(年末年始を除く)

午前9時～午後9時

場所・電話番号／中村西根2078-1 ☎830-5600

※料金など、詳しくはお問い合わせください。



認知症カフェ「ふれあい茶屋」

☎高齢福祉課

認知症やその介護についての相談や、認知

症予防の体操、ゲームなどを行っています。

※開催場所など、詳しくはホームページを

ご覧ください。



介護支援ボランティア事業

☎高齢福祉課

介護ボランティアを行い自身の介護予防を図ります。

フレイル予防啓発講座

☎高齢福祉課

心や体の機能低下を予防するための運動講座です。

介護予防健診

☎高齢福祉課

体力測定をイベントなどで実施しています。

ふれあい・いきいきサロン

☎社会福祉協議会

体操やグラウンドゴルフなど、各サロンで工夫して

活動しています。

生きがい健康づくり事業

☎社会福祉協議会

趣味などの発表会、スポーツ大会を実施しています。

地域包括支援センター・在宅介護支援センター

お住まいの地区		地域包括支援センター 介護、福祉、健康、医療など、さまざまな面から専門的な支援をする総合相談機関です。	在宅介護支援センター (地域包括支援センターブランチ) 地域の身近な相談窓口です。地域包括支援センターと連携して支援を行っています。
北部	二中	かんだつ 神立中央五丁目4-14 ☎869-7035 (医療法人社団 青洲会)	静霞園 東若松町3379 ☎822-5009
	五中		神立病院 神立中央五丁目4-14 ☎833-1025
	都和		セントラル土浦 真鍋新町12-10 ☎893-6100
	新治		憩いの里 高岡2315 ☎829-3033
南部	一中	うらら 大和町9-2 ウララ2ビル4階 ☎824-0332 (土浦市社会福祉協議会)	滝の園 穴塚1935 ☎821-3332※1
	三中		土浦協同病院 おおつ野四丁目1-1 ☎846-3743※2
	四中		もりの家 北荒川沖町8-1 ☎841-6055
	六中		飛羽ノ園 小松三丁目18-18 ☎826-3822
	六中		やすらぎの園 小岩田西二丁目1-49 ☎835-3135
開館日時	月～金曜日 午前8時30分～午後5時15分	月～金曜日 午前8時30分～午後5時15分 ※緊急時は時間外も電話で対応します。	

※1…担当地区 大町、大手町、文京町、立田町、千束町、生田町、田中町、田中一～三丁目、虫掛、穴塚、矢作、飯田、佐野子、粕毛、桜町一・二・四丁目

※2…担当地区 中央一・二丁目、東崎町、城北町、川口一・二丁目、大和町、桜町三丁目、有明町、港町一～三丁目、蓮河原町、蓮河原新町、滝田一・二丁目、湖北一・二丁目

地域ケアコーディネーター

日常で困っていることや心配なことがある場合は、お住まいの地域の中学校地区公民館にいる、地域ケアコーディネーター(社会福祉協議会職員)に相談することができます。

開館日時/火～日曜日(祝日、年末年始を除く)
午前8時30分～午後5時15分
※月曜日は、社会福祉協議会で対応します。



☎社会福祉協議会

施設名・場所	電話番号
一中地区公民館 大手町13-9	☎821-0104
二中地区公民館 木田余1675	☎824-3588
三中地区公民館 中村南四丁目8-14	☎843-1233
四中地区公民館 国分町11-5	☎824-9330
上大津公民館 手野町3252	☎828-1008
六中地区公民館 烏山二丁目2346-1	☎842-3585
都和公民館 並木五丁目4824-1	☎832-1667
新治地区公民館 藤沢982	☎862-2673

その他の相談先

成年後見センターうらら

☎社会福祉協議会

成年後見制度に関する相談など

日常生活自立支援事業

☎社会福祉協議会

認知症などの方の日常的な金銭管理などを支援

◎ 応援メニューその4 ◎ ご存じですか？

各種健康診断など

健康診査

☎国保年金課

協力医療機関または総合健診で、基本的な健診項目を無料で受けられます。

※同年度内で、医療機関健診、総合健診、人間ドック、脳ドックのいずれか1回のみです。

がん検査・その他検診

☎健康増進課

協力医療機関または総合健診で受けられます。
 がん検診…胸部(肺がん)、胃がん、大腸がん、
 前立腺がん、子宮頸がん、乳がん
 その他検診…腹部超音波、胃がんリスク、
 骨粗しょう症(70歳までの女性対象)

人間ドック・脳ドック

☎国保年金課

協力医療機関で人間ドック・脳ドック健診を受ける際の費用の一部を助成しています。

助成額/人間ドック…20000円
 脳ドック …27000円

※脳ドックの助成は3年に1回です。

歯科健康診査

☎茨城県後期高齢者医療広域連合

後期高齢者医療制度加入者で、前年度に75歳・80歳・85歳を迎えた方が無料で受けられます。

問合せ

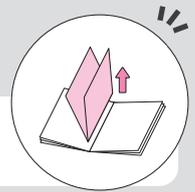
高齢福祉課(内線2479) 生活安全課(内線2298) DX推進課(内線2498)

国保年金課(国民健康保険加入者…内線2295、後期高齢者医療制度加入者…内線2406)

健康増進課(☎826-3471) 社会福祉協議会(☎821-5995)

茨城県後期高齢者医療広域連合(☎029-309-1212)

この特集は、図のように
 広報紙から外して保管
 することができます。



9月は

つちうら認知症 バリアフリー月間です

☎高齢福祉課(☎内線2500)

つちうら認知症バリアフリー宣言

「住み慣れた地域で暮らし続けていける、
 認知症バリアフリーの取組が推進されて
 いるまち つちうら」を目指しています。

市では、9月を「つちうら認知症バリアフリー月間」とし、認知症に関する正しい知識の普及・啓発に重点的に取り組んでいます。

月間中の啓発活動

- **市民講演会の開催** 「認知症の理解と援助～共生社会の実現をめざして」(講師 杉山 孝博さん)
 9月8日(日)クラフトシビックホール土浦で開催
- **つちうらオレンジライトアップ(午後5時～8時)**
 場所 うらら大屋根広場、ペDESTリアンデッキスカイリング など
- **認知症関連図書の展示**
 場所 市立図書館(アルカス土浦館) 3階
- **認知症分野における官民連携の取り組みなどについての展示**
 場所 本庁舎2階 展示スペース

土浦市よくわかる認知症ガイドブック

認知症のことや相談先などの情報をまとめて掲載しています。



認知症サポーター養成講座(90分間)

認知症について正しい理解を持ち、認知症の方などを温かく見守る「認知症サポーター」になるための講座です。

ふれあいSOSネットワーク

地域の関係機関やボランティアの協力を受けながら、行方不明になった認知症の方の早期発見・保護活動を行います。

本人・家族ミーティング

認知症の方とその家族を対象に開催し、意見交換などを行っています。

※認知症と診断された本人の参加が必須です。

認知症初期集中支援チーム

自宅に訪問し、必要に応じて関係機関と連携を図りながら、医療機関への受診や介護保険サービスの利用などの助言と支援を行います。

対象 次のすべてに該当する方

- ・40歳以上で、市内に住民登録がある
- ・在宅で生活している
- ・認知症のおそれがある、または認知症である