

令和7年度 高齢者くらしの安心ガイド

地域福祉課（高齢者の福祉相談窓口） ☎443 - 9026

保存版

ID773

記載内容は令和7年4月1日現在のものです。

申込方法など詳しくは、各担当窓口にお問い合わせください。



生きがいづくり

1

いきいき百歳体操 かみかみ百歳体操



いきいき百歳体操は、重りを手首に付けて椅子に座って行う筋力体操です。3人以上の自主グループの立ち上げ支援を行っています。
かみかみ百歳体操は、食べる力や飲み込む力を保つための体操です。椅子に座ってお口の周りや舌を動かします。



いきいき百歳体操 地域包括支援センター ☎443 - 3723
かみかみ百歳体操 健康増進課 ☎443 - 3936

2

生きがい対応型 デイサービス



65歳以上の介護保険サービスを受けていない人が、憩いや交流を目的として利用できるデイサービスです。レクリエーション活動などを行います。



生きがい対応型デイサービスセンター
（社会福祉協議会内） ☎444 - 3030
てのひら ☎442 - 9161

3

老人クラブ



“高齢者の元気は地域の元気”を合言葉に、生きがいや健康づくりのための活動をしています。入会すると、市内約230店舗の加盟店で特典が受けられるシルバーカードを交付します。老人クラブは、おおむね60歳から加入できます。



老人クラブ連合会事務局
（社会福祉協議会内） ☎443 - 3720

4

ふれあいいきいきサロン



住み慣れた地域で健康で楽しい生活を送っていただくことを目的として、仲間づくりや交流の場づくりをすすめ、孤独感の解消や閉じこもり防止など介護予防の推進を図る活動です。



社会福祉協議会 ☎444 - 3020

5

ボランティア活動センター



ボランティア活動に関心のある人、ボランティアの支援を必要とする人など、ボランティアに関する相談窓口です。



ボランティア活動センター ☎442 - 4047

6

シルバー人材センター



社会参加や生きがい、仲間づくり、健康維持などのため、センターの会員となって、長年培った豊かな経験や知識、技能などを生かしながら生き生きと働いてみませんか。

【こんな仕事をしています】

植木剪定、除草作業、施設管理、事務所や一般家庭の清掃作業など



シルバー人材センター ☎446 - 8585

7

高齢者祝福事業

88歳と100歳の高齢者、最高齢男女、最高齢夫婦に記念品を贈呈します。



地域福祉課 ☎443 - 9026

8

介護予防・生活支援サービス事業



地域の実情や生活支援ニーズに応えるため、ボランティア団体、民間事業者等の多様な担い手により、訪問・通所サービス等の生活支援サービスを提供します。

B型：住民主体による支援（通いの場）

C型：短期集中予防サービス



地域福祉課 ☎443 - 9026

9

高齢者大学「松陽学園」



講座やクラブ活動を通して仲間づくりの輪を広げ、楽しい学園生活を送りませんか。より豊かで充実した社会参加を営むことを目指します。おおむね60歳の人を対象に、例年2月から募集を開始します。



教育センター ☎448 - 4191

くらしの支援

10

高齢者福祉 タクシー料金助成



要支援・要介護の人や運転免許返納者が移動手段としてタクシーを利用する場合に、その費用の一部を助成します。（所得要件あり）

※1乗車につき最大3枚まで使用可能です。



地域福祉課 ☎443 - 9026

11

緊急通報システムの貸与



65歳以上のひとり暮らし高齢者などが、自宅で急病になった場合に、すぐ通報できるように非常用ペンダントと専用機器を貸し出します。（所得要件あり）



地域福祉課 ☎443 - 9026

12

日常生活用具の給付



65歳以上のひとり暮らし高齢者で、防火安全上注意が必要な人に、電磁調理器、屋外用火災警報器、自動消火器を給付します。（自己負担が必要となる場合あり）



地域福祉課 ☎443 - 9026

13

高齢者住宅等安心確保事業



高齢者向け住宅に生活援助員を派遣し、生活指導、相談、一時的な家事援助、緊急時の対応などのサービスを行います。



地域福祉課 ☎443 - 9026

14

じょうとんバス 75歳以上の割引



75歳以上の人は、じょうとんバス75及び有効期限内の公的証明書を運転手に提示すると、乗車運賃が半額となります。

乗車運賃 200円 → 100円

1日乗車券 300円 → 150円



都市政策課 ☎451 - 6799

15

要援護者実態調査



援護が必要な人への災害時の救助活動などに備えるため、民生委員・福祉委員などの協力を得て要援護者実態調査を行っています。



地域福祉課 ☎443 - 9026

16

個別避難計画の作成



避難支援体制づくりを推進する為、避難行動要支援者への個別避難計画の作成を進めています。



地域福祉課 ☎443 - 9026
危機管理室 ☎443 - 9008

17

ふれあい収集



ごみを排出することが困難な高齢者や障がい者を対象に、戸別に訪問してごみの収集と補助的に安否の確認を行います。



エコクリーンピアはりま ☎448 - 5220

18

住民票等お届けサービス

外出が著しく困難であり、行政窓口やコンビニへ出向くことができない人を対象に、各種証明書を自宅に配達します。（申込要）



高砂市市民サービスコーナー ☎451 - 9300

介護をしている人へ

19

家族介護用品 (紙おむつ) の支給



寝たきり（要介護認定 4 または 5）などの高齢者を在宅介護している同居家族に、紙おむつなどを支給します。
(入院は対象外、所得要件あり)



地域福祉課 ☎443 - 9026

20

家族介護支援慰労金の支給



要介護認定 3 以上で常時介護が必要な高齢者を、介護サービスを利用せずに、同居家族だけで 1 年間在宅介護をしている人に慰労金を支給します。(所得要件あり)



地域福祉課 ☎443 - 9026

21

介護者の会

介護の悩みや苦労を共有し、支え合う場です。交流や情報共有、勉強会などを開催しています。



認知症の人をささえる家族の会
若年性認知症とともに歩む
高砂市支えあう介護者の会

いるかの会 (社会福祉協議会内)
子いるかの会 (社会福祉協議会内)
すずらんの会 (健康増進課)

☎444-3020
☎444-3020
☎443-3936

いるかの会



子いるかの会



すずらんの会



22



介護マーク名札の配布

認知症や軽い介助が必要な人への介護は、他の人から見ると介護をしていることが分かりにくく、誤解や偏見を持たれることがあります。介護する人が介護中であることを周囲に理解していただくために名札を配布し、介護マークの普及を推進しています。



地域福祉課 ☎443 - 9026

認知症に関すること

23

高齢者等見守り・ SOSネットワーク事業



所在不明となるおそれのある高齢者等の氏名や身体的特徴などを事前登録し、所在不明となった場合に、関係機関や協力者に協力依頼メールを送信し、早期の発見・保護につなげます。



地域福祉課 ☎443 - 9026

24

認知症高齢者等 個人賠償責任保険事業



認知症の人が日常生活での偶然な事故により、本人や家族が法律上の損害賠償責任を負ってしまった場合に、その賠償金を保険で補償します。



地域福祉課 ☎443 - 9026

25

認知症あんしんBOOK



認知症の人やその家族が「いつ」「どこで」「どのような」医療・介護の支援が受けられるか掲載した冊子です。



地域福祉課 ☎443 - 9026

26

認知症サポーター養成講座



認知症についての基礎知識や接し方を学ぶ講座です。依頼のあったグループに講座を開催しています。



地域包括支援センター ☎443-3723

27

たかさごチームオレンジ

認知症の人やその家族を、認知症サポーターなどが地域で支援チームを作り、支援しています。



地域包括支援センター ☎443-3723

28

認知症カフェ



認知症の人やその家族、地域住民などが気軽に集い、認知症のことやその対応についてお互いの理解を深めることができるカフェです。



地域福祉課 ☎443-9026

相談先一覧

29

高齢者虐待に関する相談



通報・相談

地域福祉課 ☎443-9026
 地域包括支援センター(本部) ☎443-3723
 (いほ相談室) ☎451-6475
 介護保険課(施設での虐待に関すること) ☎443-9063

緊急通報先

110番または高砂警察署 ☎442-0110

30

成年後見制度に関する相談



認知症や障がいなどの理由により、判断能力が不十分となった人の権利を守るために、成年後見制度の利用に関する相談ができます。



成年後見支援センター
 (福祉総合相談センター内) ☎451-6478

市役所	高齢者の福祉サービス全般に関すること	地域福祉課 (高齢者福祉の相談窓口)	☎443-9026 FAX443-3144
	仕事・家計・ひきこもりなど暮らしの困りごとに関すること	地域福祉課(生活支援相談窓口)	☎441-7782 FAX443-3144
	障害者手帳などに関すること	障がい福祉課	☎443-9027 FAX443-3144
	福祉のなんでも相談	地域福祉課(生活支援相談窓口)	☎441-7782 FAX443-3144
	介護保険制度などに関すること	介護保険課(介護給付係)	☎443-9063 FAX444-2304
	要介護認定の申請に関すること	介護保険課(認定係)	☎443-9137 FAX444-2304
	後期高齢者医療制度・医療費の助成に関すること	国保年金課(医療係)	☎443-9021 FAX443-5652
	国民年金などに関すること	国保年金課(国民年金係)	☎443-9022 FAX443-5652
	健康全般に関すること	健康増進課	☎443-3936 FAX443-5991
地域包括支援センター	高砂市地域包括支援センター(認知症相談センター) 高齢者が住みなれた地域で安心して生活できるよう、相談支援を行います。専門職として保健師、社会福祉士、主任ケアマネジャーなどを配置しています。 ※ 本部では、時間外相談も行っています。(詳細はお問い合わせください)		本部 ☎443-3723 FAX443-0505
	地域の身近な高齢者の相談窓口	地域包括支援協力センター めぐみ苑	☎449-0112 FAX449-0100
		地域包括支援協力センター のじぎくの里	☎079-247-9210 FAX079-247-9209
		地域包括支援協力センター 常寿園	☎446-1181 FAX446-0181
その他	福祉全般に関すること	社会福祉協議会	☎443-3720 FAX444-4865
	成年後見制度に関すること	成年後見支援センター	☎451-6478 FAX451-6476