

高齢者の方々のための生活支援サービス・  
地域の支え合い活動ガイドブック  
(社会資源ガイド)

令和4年度版

社会福祉法人 清水町社会福祉協議会



## はじめに

団塊の世代が75歳以上となる『2025年』に向け、高齢者が住み慣れた地域で自分らしい暮らしを続けることが出来るよう、医療・介護・介護予防・住まい・生活支援が一体的に提供される体制（＝地域包括ケアシステム）を、地域の特性に応じて作り上げていく地域づくり・まちづくりが求められています。

単身や夫婦のみの高齢者世帯、認知症の高齢者が増加する中、高齢者が地域での生活を継続するためには、多様な生活支援ニーズに対応したサービスや活動が提供される体制を整備していく事が重要です。

地域包括ケアシステム構築を目指し、地域住民が主体となった生活支援・介護予防サービスの充実を図るため、平成30年度から、清水町社会福祉協議会は、町より生活支援体制整備事業を受託運営しています。具体的には『生活支援コーディネーター』の配置と『協議体』を設置し、『生活支援コーディネーター』が『協議体』のネットワークを生かしながら、地域の互助を高め、住民主体のサービスが活性化されるよう、地域全体で高齢者の生活を支える体制づくりを進めています。

## 本ガイドブックについて

生活支援コーディネーターと協議体は、高齢者向けの生活支援サービスや地域の支え合い活動に関する地域資源の調査を行い、本ガイドブックとしてまとめました。

高齢者の方々のための生活支援サービス等は、地域団体、NPO、民間企業、協同組合、ボランティア、社会福祉法人等の様々な団体が提供しています。

また、今後、このガイドブックは、生活支援コーディネーターが掲載内容の更新と新規情報の上積みを行い、高齢者の皆様が住み慣れた地域で自分らしい暮らしを続けるために、ぜひ、このガイドブックを多くの方々にご活用いただければ幸いです。

## ご利用にあたっての注意事項

掲載情報は令和5年3月時点での情報です。情報が変更となる可能性がありますので、ご利用の際は、事前にお問い合わせ先へ内容をご確認ください。

掲載内容については清水町社会福祉協議会がその内容を保証するものではありません。

利用に関して生じた事故やトラブル等に関しても、清水町社会福祉協議会は一切の責任を負いません。

# 目次

1	見守り・安否確認	
1-1	地域における見守り活動・安否確認	4
2	配食等サービス	
2-1	会食・配食ボランティア活動	7
2-2	事業所による配食サービス	8
3	生活支援サービス	
3-1	事業所による生活支援サービス（家事援助・自費ヘルパー・便利屋等）	10
3-2	車いすの貸出し	16
3-3	住民参加型福祉サービス（生活支援サービス）	17
4	交流の場・通いの場	
4-1	ふれあい・いきいきサロン	19
4-2	認知症カフェ	20
4-3	清水町福祉センター居場所づくり事業	21
4-4	地域の居場所づくり	24
4-5	シニアクラブ	27
5	介護予防教室	
5-1	介護予防教室	32
5-2	健康体操自主グループ	35
6	市町村民税非課税世帯の生活支援事業	
6-1	外出支援サービス	37
6-2	寝具類洗濯乾燥消毒サービス	38
6-3	軽度生活援助	39
6-4	火災報知器設置	40

# 見守り・安否確認

## 見守り・安否確認

高齢化が進む中、町民の約4人に1人が高齢者となりました。今後、ひとり暮らしの高齢者や高齢者のみの世帯、認知症の方がさらに増加することが見込まれています。

国の調査によると、多くの方ができる限り住み慣れた地域や自宅で暮らし続けることを望んでおり、公的サービスに限らず、さまざまなサービスの組み合わせや、地域での支え合いにより、支援する体制づくりが必要になってきます。

このような状況で、地域において高齢者の異変に気づき、命を守る仕組みとして、「見守り・安否確認」は非常に重要です。現在、地域の見守り活動は町内会をはじめ、民生委員・児童委員、ボランティア、シニアクラブ、安心地域ささえあいネットワークづくりのボランティア、民間の昼食配食サービス業者などにより行われ、高齢者の在宅生活に安心を与えています。

ここでは、地域での見守り・安否確認など支え合い活動を紹介します。

## 1-1 地域における見守り活動・安否確認

見守り活動とは、一人暮らしの方・高齢者世帯の方・認知症の方などで普段の生活に少し不安を感じる方の自宅を定期的な訪問し、声掛けや安否確認を行う活動です。

### ① 清水町生活支援サポーターささえ愛たすけあい活動

「住民参加型在宅福祉サービス事業」

清水町社協登録生活支援サポーターが高齢者の自宅を訪問し、声掛け、見守り、ささえあい活動を通じて、高齢者の安否確認、課題発見とその対応及び制度で解決できないニーズの把握等を行います。

対 象：清水町在住の一人暮らし高齢者・高齢者のみの世帯で、訪問を希望する方

内 容：声掛け・見守り訪問

費 用：15分 100円（チケット販売します）

運 営：社会福祉法人清水町社会福祉協議会

連絡先：055-981-1665

### ② 清水町シニアクラブ連合会

シニアクラブでは、同じ時代を生きてきた会員同士の心と心のつながりを基本にして訪問や見守り活動などを行っています。シニアクラブに所属する一人暮らし・虚弱な会員のお宅へ元気な会員（友愛訪問員）が訪問し、話し相手、安否確認を行い孤独感の解消を図ります。

対 象：シニアクラブ会員の一人暮らし高齢者・虚弱な高齢者

内 容：声掛け・見守り訪問

運 営：清水町シニアクラブ連合会

連絡先：055-981-1666（事務局）

- ③ 緊急通報システム設置(**介護予防・生活支援事業** 高齢者在宅福祉サービス)  
緊急時に緊急ボタンを押すと警備員がかけつけます。また、登録されたご家族や役場に緊急通報の連絡がいきます。固定電話に設置する固定型と携帯型の2種類があります。

対象：高齢者（65歳以上）のみの世帯や日中高齢者のみの世帯の方  
機器使用料：無料

利用の手順：① 地域包括支援センターへ利用申請が必要です。  
② 利用決定後、町福祉介護課から通知が届きます。

問合せ先：清水町地域包括支援センター ☎ 981-1675

※固定型については、1日1回システムが正常に作動しているか確認する時の通話料（1日10円程度）が、利用者負担となります。

#### 緊急通報システム報設置業者

事業者名	住所	電話番号
(株)トーカイ沼津支店	沼津市新沢田2-21	☎ 927-5399

令和5年3月現在

- ④ 配食サービス業者による見守り(**介護予防・生活支援事業** 高齢者在宅福祉サービス)  
\*8 ページ参照

下記業者が昼食をお届けした際、利用者の安否確認をします。

利用の手順：① 地域包括支援センターへ利用申請が必要です。  
② 利用決定後、町福祉介護課から通知が届きます。

問合せ先：清水町地域包括支援センター ☎ 981-1675

#### 配食サービス事業者

事業者名	住所	電話番号
宅配クックワンツウスリー	清水町伏見 276-1	☎ 991-7007
(株)丸食	三島市松本 128-1	☎ 982-6161
まごころ弁当三島せせらぎ店	三島市徳倉 1146-19	☎ 980-6752
(株)マルヨ	三島市二日町 633-1	☎ 975-5988
まごころ弁当三島・駿東店	清水町八幡 122	☎ 919-3727

令和5年3月現在

# 配食等サービス

## 配食等サービス

元気に生活するためには、介護が必要な状態にならないための活動＝介護予防が重要であり、「食べること」は介護予防にとって非常に大切です。食べることによって、全身の機能が使われ、体が活性化されて、生活機能が高まります。

そのためには、栄養のバランスはもちろん、適度な運動や口腔ケアもとても重要です。

ここでは、まず、地域のひとり暮らし高齢者などに対し、会食や配食を実施している地域のボランティア団体をご紹介します。

次に、食事を自宅に配達するサービスを行う民間事業所を紹介します。民間事業所のサービスでは、訪問時に安否確認や見守りを兼ねたサービスを実施している事業所が多くあります。

## 2-1 会食・配食ボランティア活動

会食・配食ボランティア活動とは、地域の一人暮らし高齢者、生活困窮世帯の方々等を対象に、日常の孤独感の解消や引きこもりの防止、食生活の改善を図るため、会食会の開催やいきいきサロン等での食事作りを行うボランティア団体の活動です。

## ① 柿田川わくわく食堂

開催日 : 2か月に1度

開催場所 : 清水町福祉センター1階食堂

対象 : 清水町在住者どなたでも

スタイル : 会食

料金 : 子ども無料・大人300円

問合せ先 : 清水町福祉センター ☎ 981-1666

## ② 柿田子ども食堂

開催日 : 月1回

開催場所 : 柿田区公民館

清水町防災センター

対象 : 子ども及び保護者

スタイル : 柿田区公民館 / 会食・テイクアウト

清水町防災センター / テイクアウトのみ

料金 : 子ども無料・大人300円

問合せ先 : 清水町福祉センター ☎ 981-1666

## ③ 給食ボランティア“さわやか”

社会福祉協議会主催のいきいきサロンにおいて、給食づくりを行っています。

問合せ先 : 清水町社会福祉協議会 ☎ 981-1665



## 2-2 事業所による配食サービス (介護予防・生活支援事業 高齢者在宅福祉サービス)

高齢者（65歳以上）のみの世帯や日中高齢者のみの世帯の方を対象に、昼食を配達し、利用者の安否確認をします。

利用対象者：概ね65歳以上の単身高齢者または、高齢者のみの世帯及びこれに準ずる世帯の高齢者であって、老衰、心身の障害及び疾病等の理由により、調理が困難な方、または、栄養バランスの取れた食事の確保が困難な方

利用者負担：普通食 1食 216円～326円  
やわらか食・消化にやさしい食 1食 487円  
やわらかムース食 1食 376円

利用限度：週5回まで

利用可能日：月曜日～金曜日（祝祭日を除く）

利用の手順：① 地域包括支援センターへ利用申請が必要です。  
② 利用決定後、町福祉介護課から通知が届きます。

問合せ先：清水町地域包括支援センター ☎ 981-1675

### 配食サービス事業者

事業者名	住所	電話番号
宅配クックワンツウスリー	清水町伏見 276-1	☎ 991-7007
(株)丸食	三島市松本 128-1	☎ 982-6161
まごころ弁当三島せせらぎ店	三島市徳倉 1146-19	☎ 980-6752
(株)マルヨ	三島市二日町 633-1	☎ 975-5988
まごころ弁当三島・駿東店	清水町八幡 122	☎ 919-3727

令和5年3月現在

# 生活支援サービス

## 生活支援サービス

心身の健康に良い生活を送るように心掛けながら、自分で必要だと思える支援・サービスを選択して利用することは、自律的に生活を管理するセルフマネジメントの力を高めることにつながります。

一人で取り組むことが難しいことについては、地域の支援やサービスを活用することも可能です。例えば、電球の交換や庭の草取りが難しいという場合には、有償サービスを活用することも一つの方法です。また、地域によっては近隣の自主的な取り組みによる支援が得られる場合もあります。

介護保険制度では、介護認定等を受けて一定の条件にあてはまれば、掃除、洗濯などの生活援助サービスを受けられる場合があります。介護認定等を受けた方であっても、介護保険による生活援助サービスに該当しない場合や、介護認定等に該当しない方は、次に紹介する生活支援サービスの利用を検討してみてもはいかがでしょうか。

3-1 事業所による生活支援サービス（家事援助・自費ヘルパー・便利屋等）

①	生活支援サービス 清水町シルバー人材センター	町内全域
<p style="text-align: center;"><b>暮らしのちょっとした困りごと シルバー人材センターがお手伝いします！</b></p> <p><b>サービス内容</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>☆ （100円）ワンコインゴミ出し／安否確認サービス</li> <li>※ 原則、1回につき2袋までとなります。（ゴミの分別はしません）</li> </ul> <p><b>対象者</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>☆ 高齢者のみの世帯、要支援・要介護のみ世帯、障害者のみの世帯</li> <li>※ 軽度生活援助事業対象者、介護予防・生活支援事業の方は、本サービスはご利用いただけません。</li> </ul> <p><b>仕事の申込手順</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>①申し込み 清水町地域包括支援センター ☎ 981-1675</li> <li>②ゴミ出し作業 シルバー人材センター ☎ 973-5949</li> <li>③ 月末終了後集金または、毎回集金</li> </ul>		
<p style="text-align: center;">申込み・お問い合わせ先 公益社団法人 清水町シルバー人材センター ☎ 973-5949</p>		

見守り・安否確認

配食等サービス

生活支援サービス

交流の場・通いの場

介護予防教室

市町村民税非課税世帯の生活支援事業

②

生活支援サービス  
ママーズ♥ライフ

静岡県東部地域

お家のことならお任せあれ！  
主婦がお手伝いします！

サービス内容

- ☆ 家事代行・付添介助
  - ・日用品、壊れた家電等の買い物
  - ・お部屋の掃除、換気扇清掃
  - ・病院・銀行等外出介助
- ☆ リフォーム
  - ・バリアフリーにしたい
  - ・安全なお風呂にしたい
  - ・トイレをもっと快適にしたい
  - ・エアコンクリーニング
- ☆ お庭・お墓の手入れ
  - ・草刈り
  - ・枝のカット
  - ・お墓の草刈り
  - ・墓石の掃除
- ☆ 断捨離・遺品整理
  - ・生活の場所を新たにす際の片付け
  - ・個人の自宅の片付け／処分
  - ・不用品の処分

費用

- ☆ 家事代行・付添介助／お庭・お墓の手入れ等は、  
(全て1時間／2,200円／1人)
- ☆ リフォーム、不用品の処分では別途料金が掛かります。




より豊かに・楽しく・快適に過ごせるためのお手伝いをしています。

申込み・お問い合わせ先

ママーズ♥ライフ ☎ 080-8870-5306

ホームページ <https://mamas-life.com/>

③	生活支援サービス ワラシナ商会	静岡県東部地域
より良い暮らしのお手伝い		 <small>プロによる安心のトータルサービス</small> <b>ワラシナ商会</b>
<b>サービス内容</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>☆ ゴミ回収・荷物の片付け <ul style="list-style-type: none"> <li>・ゴミの仕分けが難しい</li> <li>・収集場所に捨てに行けない</li> <li>・整理する時間がない</li> </ul> </li> </ul> <p>(料金の目安) …45リットル袋 770円  …約60cm×60cm×55cmの容量で 3,300円</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>☆ 暮らしのお手伝い <ul style="list-style-type: none"> <li>・お庭の草刈り…1時間 3,000円</li> <li>・家具の移動…1時間 3,000円</li> <li>・網戸の貼り換え…1時間 2,500円など</li> </ul> </li> <li>☆ 家事支援サービス…2時間 4,000円より  ※リサイクル家電、処分困難品は、別途有料となります。</li> </ul>		
<b>費用</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>☆ 要相談</li> </ul>		
申込み・お問い合わせ先 ワラシナ商会 ☎ 080-9643-1823 ホームページ <a href="https://www.warashina-shokai.com/index.html">https://www.warashina-shokai.com/index.html</a>		

見守り・安否確認

配食等サービス

生活支援サービス

交流の場・通いの場

介護予防教室

市町村民税非課税  
世帯の生活支援事業

# 生活支援サービス 地域生活のすけっと団

静岡県東部地域

④

## 生活支援に携わっている方へ

### サービス内容

- ☆ 福祉専門職（ホームヘルパー・ケアマネージャー）とともに、在宅生活をされている高齢者等の生活支援を行います。
- ☆ 一つの事業所では対応が難しい事柄は、複数の民間サービス事業者が連携しながらお手伝いします。

### 費用

- ☆ 要相談

地域生活支援のことで  
こんな **お悩み** を  
抱えていませんか？

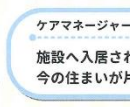
地域生活のすけっと団が  
このように **解決** します！



ホームヘルパーさんのお悩み  
利用者さんのゴミの  
お片付けまで手が回らない



ホームヘルパーさんと相談の上、定期不用品回収サービスを利用し、少しずつキレイにします！



ケアマネージャーさんのお悩み  
施設へ入居されるが  
今の住まいが片付かない



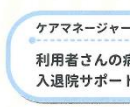
ご自宅の片付け、施設への引越、不動産の処理までトータルサポートします！



ホームヘルパーさんのお悩み  
利用者さんの公的機関への  
付き添いができない



買い物代行サービスを併用しながら、対応できることがあります！



ケアマネージャーさんのお悩み  
利用者さんの病院の  
入退院サポートができない



利用者さんご家族との連携のもと、介助サービスなどで対応します！



申込み・お問い合わせ先  
地域生活のすけっと団 ☎ 919-4265

⑤

生活支援サービス  
ワン・ツウ・スリー  
宅配クック 1・2・3 沼津三島店

静岡県東部地域

## 介護お助け便

### サービス内容

- ☆ ティッシュペーパー、トイレトペーパー、シャンプー、リンス、洗剤などの日用品や清涼飲料水、お菓子などを注文によりお届けします。
- ☆ 商品内容及び商品価格は、別途カタログがあります。
- ☆ 送料無料

配達エリア：沼津市（旧：戸田村を除く）・三島市・清水町・長泉町・函南町・伊豆の国市

**宅配クック 123 ワン・ツウ・スリー** × スマート介護

**介護お助け便**

保存版

ちょっとお節介な弁当屋の「宅配クック ワン・ツウ・スリー」が日用品のご注文も承ります。

ご注文はカンタン 送料無料!  
その場でスタッフに伝えるだけでOK!! 掲載の価格は全て税込です。

※メーカーの都合により、パッケージ・内容・容量など変わる場合があります。送料無料。掲載の価格は全て税込です。

◆お届け予定日以降の初回のお弁当お届けの際に合わせてお待ちします。

	月	火	水	木	金	土	日	月
ご注文	✎		✎		✎			
お届け予定日			📦		📦			📦

※📦このマークの商品はお届けに時間がかかる場合がございます。後日、正式なお届け日はスタッフがお知らせいたします。

申込み・お問い合わせ先

宅配クック ワン・ツウ・スリー ☎ 991-7007

ホームページ <https://www.age-age.com/p-takuhai.html>

## 生活支援サービス

⑥

## 就労継続 B 型サラダボウル

静岡県東部地域

## あなたの町の便利屋さん

## サービス内容

- ☆ 網戸の張替え ☆ちょっとした家の掃除・草刈り
- ☆ ご近所さんへ買い物代行 ☆家具の移動・修繕ほか

## 費用

- ☆ 網戸の張替え 1枚500円～
  - ☆ 買い物代行 1回500円
  - ☆ 引っ越し荷物の処分 1時間2500円～ 要相談
- その他要相談

申込み・お問い合わせ先

就労継続 B 型サラダボウル ☎ 971-2944

ホームページ <https://npo-ikigai.org/>



### 3-2 車いすの貸出し

寝たきりやけが等により移動が困難な方に、車いすを貸与することにより、福祉の向上を図ることを目的としています。

#### 対象者

- ☆ 清水町在住で車いすを必要としている方
- ☆ 介護保険等のサービスで車いすを借りることが難しい方

#### 貸出期間

- ☆ 原則2週間

#### 費用

- ☆ 無料

#### 申請場所

- ☆ 清水町地域包括支援センター ☎ 981-1675  
※車椅子借用申請が必要です。

見守り・安否確認

配食等サービス

生活支援サービス

交流の場・通いの場

介護予防教室

市町村民税非課税  
世帯の生活支援事業

## 3-3 住民参加型福祉サービス（生活支援サービス）

## 高齢者生活支援サービス

①

清水町生活支援サポーターささえ愛

町内全域

地域のボランティア（生活支援サポーター）が  
ちょっとした困りごとのお手伝いをします！

## サービス内容

- ☆ゴミ出し ☆話し相手 ☆室内の掃除 ☆手紙の代読
- ☆草取り ☆花・植木の水やり ☆洗濯干し・取込み
- ☆布団干し・取込み ☆買い物同行 ☆散歩の付き添い
- ☆電球換え ☆家具の移動

※ただし、車の運転は行いません。

## 対象者

- ☆ 65歳以上のひとり暮らし高齢者の方
- ☆ 65歳以上の高齢者世帯の方
- ☆ 社協会長が必要と認めた方

## 費用

- ☆ ゴミ出しは、1回 100円
- ☆ ゴミ出し以外の生活支援サービスは、15分 100円、  
30分 200円、60分 400円

※利用料チケットがあります。

※活動時間に制限があります。

※高齢者を支える生活支援サポーター（有償ボランティア）を  
募集しています。

申込み・お問い合わせ先

社会福祉法人 清水町社会福祉協議会 ☎ 981-1665

## 交流の場・通いの場

高齢化が進む中、これからの地域のあり方を考えるうえで「人とのつながりが続くこと」「自分の居場所や役割が地域にあること」が大切であり、また、シニア世代にその取り組みの担い手になってもらうことにより、自身の介護予防にもつながるとされています。

ここでは、「つながり」「地域の支え合い」「高齢者の健康寿命の延伸」を広げるために、地域にある交流の場・通いの場を紹介します。

### ふれあいサロン

地域住民やボランティアによる、地域の公民館や集会所などを利用して、集まって過ごす「憩いの場」です。

### 認知症カフェ（オレンジカフェ）

認知症の方とその家族、地域住民の方など、誰でも参加できる集いの場です。

### 清水町福祉センター居場所づくり

清水福祉センターで行っている居場所づくり事業を紹介します。

### 地域の居場所づくり

地域の中にある交流の場・通いの場を紹介します。

### シニアクラブ

概ね 60 歳以上の方の健康増進、会員相互の親睦及び地域福祉の推進のための活動を実施している団体で、町内の概ね区ごとにあります。

## 4-1 ふれあい・いきいきサロン

ふれあい・いきいきサロンとは、誰もが地域の中で安心して、健康に、生きがいをもって暮らしていけることを目指し、地域に住んでいる高齢者等を対象として、地域住民やボランティアにより、地域の公民館や集会所等を利用して、集まって過ごす「憩いの場」です。

**対象者**

- ☆ 概ね 60 歳以上の方

**開催日／時間**

- ☆ 不定期（社会福祉協議会へお問い合わせ下さい。）
- ☆ 午前 10 時 30 分～午後 2 時 30 分まで

**利用者料金**

- ☆ 無料

**開催場所**

- ☆ 各区公民館、福祉センターなど

**申込み・問合せ先**

- ☆ 社会福祉法人 清水町社会福祉協議会 ☎ 981-1665

## ◎ ふれあい・いきいきサロン活動紹介

上徳倉公民館での  
フラダンス  
マジック&トーク



伏見区公民館 ヨガ教室



中徳倉区公民館 防災講座

## 4-2 認知症カフェ

認知症カフェ（オレンジカフェ）とは、認知症の人やそのご家族、地域住民や医療・介護・福祉の専門職等の誰もが参加でき、情報の交換や、お互いを理解し合う、認知症の人等の支援を目的とした集いの場です。

認知症の人等が社会的に孤立することを防ぎ、住み慣れた地域でその人らしい生活を継続できるよう、オレンジカフェを通じて認知症に関する正しい理解や支援の輪が広がることが期待されています。

### 対象者

- ☆ 認知症の人やそのご家族はもちろん、ご近所の方やオレンジカフェに関心のある方、ボランティア等、どなたでも参加できます。

### カフェの内容

- ☆ お茶・コーヒー等を飲みながら、参加者同士がおしゃべり交流します。福祉サービスを利用する手続きなど、必要なことについて、相談しながらお手伝いします。

①	認知症カフェ オレンジカフェ	町内全域
<b>開催日</b> ☆ 毎月第4金曜日 午後1時30分～午後3時		
<b>会場</b> ☆ 清水町福祉センター（清水町堂庭 221-1）		
<b>参加費</b> ☆ 200円（飲料代）		
申込み・お問い合わせ先 清水町地域包括支援センター ☎ 981-1675		

見守り・安否確認

配食等サービス

生活支援サービス

交流の場・通いの場

介護予防教室

市町村民税非課税  
世帯の生活支援事業

### 4-3 清水町福祉センター居場所づくり事業

清水町福祉センターでは、下記表の楽しく過ごせる居場所づくり事業を推進しています。

家に閉じこもりがちだった方も顔なじみが増え社会的孤立が解消されます。

人とのつながりがいつの間にか薄くなり、笑うことが減ってしまった・・・と思うことがあったら、是非、参加して下さい。今まで気づかなかった自分を発見できるかもしれません。

#### 対象者

- ☆ 概ね 60 歳以上の方

#### 定員・費用等

- ☆ 居場所ごと、参加定員の有無、参加費の有無がありますので、ご確認下さい。

#### 申込み・問合せ先

- ☆ 社会福祉法人 清水町社会福祉協議会 ☎ 981-1665

#### (1) アンチエイジング体操教室

活動内容	元気にいきいきとした生活を長く続けられるよう、健康運動教室を開催し、高齢者の健康の維持・増進と仲間づくりを行います。
開催場所	清水町福祉センター 会議室①
開催頻度	週 1 回開催 (90 分程度の運動)
定員	概ね 30 名 << 申込受付期間があります。 >>
参加費	無料

#### (2) 手芸教室【新型コロナウイルス感染防止のため休止中】

活動内容	元気にいきいきとした生活を長く続けられるよう、手芸教室を開催し、高齢者の趣味づくりを行います。
開催場所	福祉センター 会議室④
開催頻度	月 1 回開催 (午後開催)
定員	概ね 15 名 << 申込受付期間があります。 >>
参加費	1 回概ね 500 円 (材料代)

## (3) カラオケの日【新型コロナウイルス感染防止のため休止中】

活動内容	カラオケを歌って、はつらつと！ 歌やおしゃべりをしながら仲間づくりをします。
開催場所	福祉センター 多目的ホール
開催頻度	月1回開催（10：00～15：00）
参加費	無料

## (4) 囲碁・将棋を楽しむ会

活動内容	囲碁、将棋を始めたい方、楽しみたい方を募集しています。囲碁・将棋を通じて楽しく仲間づくりをしませんか。
開催場所	福祉センター 会議室⑤
開催頻度	週1回開催（毎週土曜日午後開催）
参加費	無料

## (5) わくわく囲碁サロン

活動内容	囲碁を通じて、健康・生きがい・仲間づくりを行います。囲碁のルールを知らない方でも参加ができます。
開催場所	福祉センター 会議室⑤
開催頻度	毎月第1,第3火曜日開催（13：00～17：00）
参加費	無料

## (6) 健康麻雀【新型コロナウイルス感染防止のため休止中】

活動内容	麻雀を「スポーツゲーム」と位置付けて、明るく楽しく勝負を競い合うことで、高齢者の生きがい作り場を作ります。頭を使い、指先を使い、適度な会話を楽しみながらゲームを行います。
開催場所	福祉センター3階 ホワイエ
開催頻度	月2回開催（10：00～15：00）
参加費	無料

## (7) 男の料理教室【新型コロナウイルス感染防止のため休止中】

活動内容	福祉センター調理室で男性高齢者を対象に料理教室を開催します。男性も自らの健康に気を配り、元気に暮らしていけるよう、食の自立支援と仲間づくりを行います。
開催場所	福祉センター地下1階 調理室
開催頻度	月1回開催（10：00～13：30）
定員	10人 ≪申込受付期間があります。≫
参加費	1回500円（材料代）

## (8) シニアのためのらくらくパソコン教室

活動内容	シニア世代も楽しくパソコンを！ 初めてのパソコン操作からインターネット検索までを行います。
開催場所	福祉センター 会議室①
開催頻度	隔週木曜日開催（10：00～11：30）
定員	定員8名≪申込受付期間があります。≫
参加費	無料（パソコン貸出しあり）

## (9) シニアのためのスマホ教室

活動内容	シニア世代も楽しくスマホを！ スマホの基本操作を行います。
開催場所	福祉センター 会議室①
開催頻度	隔週木曜日開催（10：00～11：30）
定員	定員8名≪申込受付期間があります。≫
参加費	無料（持ち物：スマートフォン）



#### 4-4 地域の居場所づくり

地域にお住いの高齢者などが、気軽に集い無理なく楽しく通い続けられる場所を紹介します。

「仲間づくり」などを行う地域交流の場です。

①	一人暮らし高齢者の集い やまゆりの集い	町内全域
<p style="text-align: center;">一人暮らし高齢者の仲間づくり 概ね 60 歳以上の方で単身世帯の方の集いです。</p> <p><b>開催日</b> ☆ 毎月第2木曜日 午前 10 時 30 分～午後 2 時 30 分</p> <p><b>会場</b> ☆ 清水町福祉センター (清水町堂庭 221-1)</p> <p><b>内容</b> ☆ ゲーム、カラオケ他</p> <p><b>参加費</b> ☆ 無料</p>		
<p>申込み・お問い合わせ先 公益社団法人 清水町シルバー人材センター ☎ 973-5949</p>		

②	在宅で介護されている方の集まりです。 清水町在宅介護者のつどい	町内全域
<p>介護方法や認知症への対応などで悩んでいる方はご参加ください。</p> <p><b>開催日</b> ☆ 毎月第3木曜日 午後 1 時 30 分～3時まで</p> <p><b>会場</b> ☆ 清水町福祉センター (清水町堂庭 221-1)</p> <p><b>内容</b> ☆ 介護者のリフレッシュ、介護負担の軽減、参加者同士で意見交換などを行います。</p> <p><b>参加費</b> ☆ 無料</p>		
<p>申込み・お問い合わせ先 清水町地域包括支援センター ☎ 981-1675</p>		

見守り・安否確認

配食等サービス

生活支援サービス

交流の場・通いの場

介護予防教室

市町村民税非課税  
世帯の生活支援事業

見守り・安否確認

配食等サービス

生活支援サービス

交流の場・通いの場

介護予防教室

市町村民税非課税  
世帯の生活支援事業

③

体 操 教 室  
希望のわだちサロン

町内全域

体操教室では参加者を募集中です。  
皆さんの参加をお待ちしています。

- 開催日** ☆ 毎週火曜日 午後2時～3時まで  
**会 場** ☆ 希望のわだち柿田  
(清水町柿田 184-2)  
**内 容** ☆ ストレッチ体操やボール・棒体操、転倒予防  
体操など。  
**参加費** ☆ 無料  
**持ち物** ☆ 上履き（スリッパ不可）、飲み物、タオル

申込み・お問い合わせ先  
社会福祉法人 聖家族の園小規模多機能ホーム  
希望のわだち柿田 ☎ 972-8788

④

おしゃべり中徳倉

中徳倉区

中徳倉区区民交流イベント

- 開催日** ☆ 不定期  
**会 場** ☆ 中徳倉区公民館みらい  
(清水町中徳蔵 44-2)  
**内 容** ☆ 自由におしゃべりする交流の場所



主催  
中徳倉区

⑤	LET 'S SING A SONG 活き生き歌声クラブ	町内全域
<p>歌の効果はたくさんあります。 皆さんの参加をお待ちしています。</p> <p><b>開催日</b> ☆ 毎週金曜日 午後 1 時～2 時まで</p> <p><b>会 場</b> ☆ れすぱいと (清水町徳倉 1188-1)</p> <p><b>内 容</b> ☆ 筋力や脳の機能の活性化。 ☆ ストレス発散や誤嚥防止</p> <p><b>参加費</b> ☆ 500 円</p> <p><b>持ち物</b> ☆ 飲み物</p>		
<p>申込み・お問い合わせ先 デイサービス れすぱいと ☎ 934-6611</p>		

見守り・安否確認

配食等サービス

生活支援サービス

交流の場・通いの場

介護予防教室

市町村民税非課税  
世帯の生活支援事業

## 4-5 シニアクラブ

シニアクラブとは…

シニアクラブは老人福祉法に基づき、概ね60歳以上の方の健康増進、会員相互の親睦および地域福祉の推進のための事業等を実施している団体で、シニアクラブは清水町内各地区にあります。それをまとめているのが連合会です。各地区のシニアクラブは公民館、連合会は福祉センターで様々な活動を行っています。あなたも、今の元気をいつまでも続けていくために、会員になりませんか。

☆ 町内の地区単位クラブを合わせると20クラブがあり、会員は令和3年5月現在、約1,100人です。

## ☆ 各地区シニアクラブの活動

単位クラブ名	活動内容	活動日等	活動場所
玉川シニアクラブ	グラウンドゴルフを通じて、健康づくり、参加者同士がふれあい交流します。	グラウンドゴルフ…毎週月曜日・水曜日・木曜日開催 9:00～	玉川児童公園
新宿松シニアクラブ	①おしゃべり会、②清掃作業を通じて、参加者同士がふれあい交流します。	①おしゃべり会（不定期）②清掃作業	新宿区公民館
新宿竹シニアクラブ	①輪投げ、②清掃作業を通じて、健康づくり、参加者同士がふれあい交流します	①輪投げ（不定期）②清掃作業	新宿区公民館
新宿梅シニアクラブ	①グラウンドゴルフ、②輪投げ、③花の会、④神社清掃活動を通じて、健康づくり、参加者同士がふれあい交流します。	①グラウンドゴルフ…週4回 9:00～10:30②輪投げ…週4回 9:00～11:30③花の会…月2回 8:00～10:00④神社清掃活動…第1日曜日 9:00～10:00	新宿区公民館 ・区児童公園 ・地方神社
伏見シニアクラブ	①輪投げ・ペタボード、②グラウンドゴルフ、③清掃作業を通じて、健康づくり、参加者同士がふれあい交流します。	①輪投げ・ペタボード…第1・第3木曜日 13:30～②グラウンドゴルフ…水曜日 9:00～③清掃作業	伏見区公民館 ・区児童公園
八幡シニアクラブ	①パタンク、②グラウンドゴルフを通じて、健康づくり、参加者同士がふれあい交流します。	①パタンク…火曜日 9:00～11:30②グラウンドゴルフ…月曜日・水曜日・金曜日 9:00～11:30	八幡区公民館 ・区児童公園
本長沢シニアクラブ	①グラウンドゴルフ、②神社清掃を通じて、健康づくり、参加者同士がふれあい交流します。	①グラウンドゴルフ②神社清掃	本長沢区公民館 ・区児童公園 ・智方神社
長沢シニアクラブ	①シニアデーお楽しみ会、②ココトレ、③カラオケを通じて、健康づくり、参加者同士がふれあい交流します。	①シニアデーお楽しみ会…第2・第4水曜日 9:30～②ココトレ…第2・第4水曜日 9:30～③カラオケ…第4金曜日	長沢区公民館
柿田第一シニアクラブ	①にこにこサロン、②グラウンドゴルフを通じて、健康づくり、参加者同士がふれあい交流します。	①にこにこサロン…第3土曜日 9:30～②グラウンドゴルフ…第1・第2・第3火曜日、木曜日 8:30～	柿田区公民館 ・区児童公園
柿田第二シニアクラブ	①ラジオ体操、②グラウンドゴルフを通じて、健康づくり、参加者同士がふれあい交流します。	①ラジオ体操…毎日 6:30～②グラウンドゴルフ…毎週火曜日、木曜日 8:30～	柿田区公民館 ・区児童公園

柿田第三 シニアクラブ	①カラオケ、②グラウンドゴルフを通じて、健康づくり、参加者同士がふれあい交流します。	①カラオケ…毎週月曜日 9:00~12:00 ②グラウンドゴルフ…毎週火曜日・木曜日 8:30~10:30	柿田区公民館 ・区児童公園
堂庭 シニアクラブ	①グラウンドゴルフ、②花の会の活動を通じて、健康づくり、参加者同士がふれあい交流します。	①グラウンドゴルフ毎週火曜日・土曜日 9:30~11:00、終了後②花の会の活動有	堂庭区公民館 ・区児童公園
久米田 シニアクラブ	輪投げ大会、カラオケ大会、餅つき大会、子ども会との交流を行いなながら参加者同士がふれあい交流します。	輪投げ大会、カラオケ大会、餅つき大会等は不定期に開催する。	久米田区公民館
戸畑 シニアクラブ			戸畑区公民館
的場 シニアクラブ	①グラウンドゴルフ、②お茶しませんか、③絵しませんか、④先生の自宅を通じて、参加者同士がふれあい交流します。	①グラウンドゴルフ…第1・3 金曜日 9:00~②お茶しませんか…第2 木曜日 9:00~③絵しませんか…第4 金曜日 9:00~④先生の自宅	的場区公民館 ・区児童公園
湯川 シニアクラブ	①神社の清掃等を通じて、参加者同士がふれあい交流します。	①神社の清掃…	湯川区公民館 ・小河泉水神社
上徳倉 シニアクラブ	①歌謡、②輪投げ、③舞踊、④レクダンス、⑤ベタボード、⑥パークゴルフ、⑦体操、⑧グラウンドゴルフを通じて、参加者同士がふれあい交流します。	①歌謡…第1月曜日 10:00~②輪投げ…第2・第4月曜日 9:00~③舞踊…第2・第4火曜日 10:00~④レクダンス…第1・第3木曜日 10:00~⑤ベタボード第2月曜日 13:30~⑥パークゴルフ…第3日曜日 9:30~⑦体操…第2金曜日 9:30~⑧グラウンドゴルフ…第2金曜日 9:30~	上徳倉区公民館 ・区児童公園 ・狩野川ふれあい広場
中徳倉 シニアクラブ			中徳倉区公民館
下徳倉 シニアクラブ	①麻雀②カラオケ③神社清掃④グラウンドゴルフを通じて、参加者同士がふれあい交流します。	①麻雀…毎週月曜日 9:00~16:00②カラオケ…第3月曜日 9:00~16:00③神社清掃…毎月1日・15日 7:00~8:00④グラウンドゴルフ月1回 9:00~11:00	下徳倉区公民館 ・八幡神社 ・区児童公園
外原 シニアクラブ	①ベタボード、②踊り、③着物リフォーム、④歌謡を通じて、参加者同士がふれあい交流します。	①ベタボード…第3土曜日 19:00~②踊り… ③着物リフォーム… ④歌謡…	外原区公民館

見守り・安否確認

配食等サービス

生活支援サービス

交流の場・通いの場

介護予防教室

市町村民税非課税  
世帯の生活支援事業

## ☆ シニアクラブ連合会本部活動

シニアクラブでは、地区単位クラブ活動以外に、シニアクラブ全体（連合会）の活動として、見守り等が必要な会員の自宅を訪問する友愛訪問をはじめ、輪投げ・ペタンク・グラウンドゴルフなどの軽スポーツ活動、子どもたちとの三世代交流事業、文化祭、演芸大会、旅行など、連合会本部が企画する楽しい事業がたくさんあります。



スポーツ大会



ペタンク大会



会員旅行



文化祭



フラダンス



舞踊

## ☆ 趣味の会（サークル活動）

そのほか、教養・知識を高める活動、健康増進のためのサークル活動など様々な活動がシニアセンターを拠点に行っています。

なお、掲載情報はガイドブック作成時点での情報です。情報が変更となる可能性がありますのでご了承ください。

問合せ先…清水町シニアクラブクラブ連合会事務局（☎ 981-1666）

部会名	活動日	活動時間	活動場所
舞踊部	第2・第4火曜日	9:30～15:00	1階かわせみホール
いきいきリフレッシュ体操部	毎週水曜日	10:00～11:30	福祉センター 2階多目的ホール
手芸部	第2・第4火曜日	10:00～15:00	2階和室
ウォーキング部	第3金曜日	8:00～17:00	野外・1階集会室
俳句部	第1水曜日	9:30～12:00	1階集会室
囲碁将棋部	毎週水曜日	9:00～15:00	1階集会室
古典を学ぶ	第2木曜日	10:00～11:30	1階集会室
着物リフォーム部	第2・第4金曜日	10:00～15:00	2階和室
ボケない劇団	第2・第4土曜日	13:00～16:00	1階かわせみホール
歌謡部	第1・第3土曜日	9:20～11:20	1階かわせみホール
伝承遊び部	第1金曜日	13:00～15:00	1階集会室
民踊部	第2・第4金曜日	13:30～15:00	1階かわせみホール
レクレーションダンス部	第2・第4木曜日	13:30～15:00	福祉センター 2階多目的ホール
トーンチャイムスピカ	第2・第4水曜日	13:00～16:00	1階かわせみホール
ノルディックウォーク部	第1火曜日	9:30～11:30	野外
フラダンス部カトレア	第1・第2・第3木曜日	9:00～12:00	1階かわせみホール

※ 活動場所は、福祉センター（シニアセンター）を中心に活動しています。

# 介護予防教室

## 介護予防教室

介護予防教室は、65歳以上のすべての方が利用可能で、要介護認定を受けていなくても参加できる介護予防活動のことです。高齢者が住み慣れた地域で、なるべく介護を必要とせずに暮らしていけるようにすることを目的に、町では、介護を必要としないカラダづくりのための介護予防教室を開催しています。

## 健康体操自主グループ

町内で体操を定期的に行っている自主グループのうち、社会福祉協議会で把握しているグループです。



## 5-1 介護予防教室

町では、介護を必要としないカラダづくりのために、介護予防教室を開催しています。

- ☆ 対象／町内在住の65歳以上の介護認定を受けていない方
- ☆ 受講料／無料（教室内容によって教材費などの自己負担あり）
- ☆ 申込み／各事業所

《詳細》 町図書館・保健センター複合施設 まほろば館内  
 健幸づくり課保健予防係  
 ☎ 971-5151

（しっかり運動したい方）

教室の名称な／ところ	開催日時	定員	内容	申込電話番号／受付時間
若返りウォーキング教室 (スポウエル健身塾／伏見)	①第2・4火曜日コース 5月9日～2月27日 ②第2・4水曜日コース 5月10日～2月28日 ③第2・4木曜日コース 5月11日～2月22日 ④第2・4金曜日コース 5月12日～2月16日 いずれも13時30分～15時	各8人	独自のトレーニングマシンの使用で、バランス改善・柔軟性向上の効果により、姿勢よくケガのしにくい歩き方を体得します。気候がいい日は屋外で体操やウォーキングをします。	☎976-3033 火～土 (祝日を除く) 9時～17時 ※送迎なし
みない体操教室 (メディカルフィットネスエム) 葉袋内科クリニック3階／上徳倉)	①Aコース(火曜日) 5月9日～2月20日 ②Bコース(火曜日) 5月16日～2月13日 ③Cコース(土曜日) 5月13日～2月3日 いずれも13時40分～15時40分	各12人	「元氣よく自分の足で歩く」をテーマに、生活体力を上げていくために必要な各種体操を行います。いつまでも元氣な高齢者でいられるよう、楽しく運動を続けていきましょう。	☎933-0158 月～水・金・土 9時～12時 14時～17時 ※送迎なし
元氣わくわく体操 (フィットネスプラザ・スブラッシュ／堂庭)	①第1・3月曜日コース 5月15日～2月19日 ②第2・4月曜日コース 5月8日～2月26日 いずれも13時～15時 ③第1・3水曜日コース 5月17日～2月21日 ④第2・4水曜日コース	各20人	転倒を防ぐため、音楽に合わせてストレッチや有酸素運動、筋トレ、脳トレ等、元氣でわくわく楽しくなる	☎976-9300 月～木、土・日 10時～18時 ※送迎なし

見守り・安否確認

配食等サービス

生活支援サービス

交流の場・通いの場

介護予防教室

市町村民税非課税  
世帯の生活支援事業

*ホテル・ エルムリーゼンシー 横	5月10日～2月28日 いずれも10時～12時 ⑤第1・3木曜日コース 5月18日～2月15日 ⑥第2・4木曜日コース 5月11日～2月22日 いずれも13時15分～ 15時15分		体操を行います。	
----------------------	---	--	----------	--

(送迎が必要な方)

教室の名称な／ところ	開催日時	定員	内容	申込受電話番号 ／申込受付時間
<b>いきいきクラブ</b> (柿田川ホーム／戸田)	①第1・3火曜日コース 5月2日～2月20日 ②第2・4火曜日コース 5月9日～2月27日 いずれも9時30分～ 11時30分	各15人	脳トレ・ロコモ 体操・リハビリ 体操などを通じて、 筋力アップ や脳の活性化に つなげます。	☎983-2180 月～土 (祝日を除く) 9時30分～ 16時 ※送迎は要相談
<b>みんな集まれ！元気館</b> (れすばいと／上徳倉)	①第1・3土曜日コース 5月6日～2月17日 ②第2・4土曜日コース 5月13日～2月24日 いずれも9時30分～ 11時30分	各15人	体操やヨガを中心 に、体力強化 や脳の活性化に 重点を置いた認 知症予防に取り 組みます。	☎934-6611 月～土 (祝日を除く) 9時～17時 ※送迎は要相談

(ゆったり参加したい方)

教室の名称な／ところ	開催日時	定員	内容	申込受電話番号 ／申込受付時間
<b>はつらつ健康教室</b> (希望のわだち柿田／柿田)	第2・4月曜日コース 5月8日～2月26日 13時30分～15時	各10人	頭の体操(読み 書き・計算)、 最新カラオケ機 器を使った健康 体操を通じて、 認知症の予防に 取り組めます。	☎972-8788 月～金 9時～17時 ※送迎なし
<b>コムスポ倶楽部</b> (倶楽部デスポルチクラブス ／的場)	①第1・3火曜日コース 5月16日～2月20日 ②第2・4火曜日コース 5月9日～2月27日 ③第1・3木曜日コース 5月18日～2月22日 いずれも10時～12時	各10人	椅子に座っての エクササイズや 脳トレのほか、 トレーニングマ シンを使った体 力の維持・向上 を参加者同士の 交流も深めなが ら行います。	☎960-9030 月・火・木・ 金・土 13時～17時 ※送迎なし
<b>高齢者のための 体力向上プログラム</b>	①第2・4火曜日コース 5月9日～2月27日	各12人	参加者の状態に あわせ、自宅で	☎971-3966 月～金

◎会場：本長沢公民館 (清泉クリニック/柿田)	②第2・4木曜日コース 5月11日～2月22日 ③第1・3火曜日コース 5月16日～2月20日 いずれも9時30分～ 11時	もできる体操を 中心に、ストレ ッチや筋トレ・ 有酸素運動を行 います。	9時30分～ 16時 ※送迎なし
----------------------------	---	--	------------------------

※定員に対し、参加者が少ない場合は、教室を開催できない場合があります。

※新型コロナウイルス感染症状況により、予定を変更する場合があります。

見守り・安全確認

配食等サービス

生活支援サービス

交流の場・通いの場

介護予防教室

市町村民税非課税  
世帯の生活支援事業

## 5-2 健康体操自主グループ

町内で体操を定期的に行っている自主グループのうち、社会福祉協議会で把握しているグループです。

☆ 健康体操自主グループ参加申込について

健康体操自主グループ参加申し込みは、グループごと条件等違いがありますので、体操会場を訪問し、各自ご確認ください。

健康体操グループ名称	開催日時	定員	会場	対象
中徳倉区 月曜体操“ビューティー”	毎週月曜日 10:00~11:00	—	中徳倉区公民館	中徳倉区住民
中徳倉区 火曜体操“はつらつ”	毎週火曜日 10:00~11:00	—	中徳倉区公民館	中徳倉区住民
中徳倉区 金曜体操“さわやか”	毎週火曜日 10:00~11:00	—	中徳倉区公民館	中徳倉区住民

## 市町村民税非課税世帯の 生活支援事業

概ね 65 歳以上の単身世帯、高齢者のみの世帯で当該年度（4 月から 6 月の申請にあっては前年度）の市町村民税が非課税世帯の方は次のサービスがご利用できます。

### 外出支援サービス

一般の交通機関を利用することが困難で、医療機関への定期的な通院等でタクシーを利用している方にタクシーの利用券を発行します。

### 寝具類洗濯乾燥消毒サービス

寝具類のクリーニング代の一部を助成します。

### 軽度生活援助

シルバー人材センターに依頼した家庭での軽作業に係る利用料の一部を助成します。

### 火災報知器設置

寝室等に火災報知機を設置します。

★新規にサービスをご利用する場合は、清水町地域包括支援センターにお申込みください。

（継続してご利用される場合は、年に 1 回、更新の手続きが必要です）

#### 【問合せ】

清水町地域包括支援センター（清水町福祉センター内） ☎ 981-1675

清水町役場 福祉介護課 地域福祉係 ☎ 981-8207

## 6-1 外出支援サービス

居宅と医療機関への定期的な通院等でタクシーを利用している方に、タクシーの利用券を発行します。

## ☆ 対象

概ね 65 歳以上の単身世帯、高齢者のみの世帯で当該年度（4 月から 6 月の申請にあっては前年度）の市町村民税が非課税世帯であり、一般の交通機関を利用することが困難と認められる方

## ☆ 助成額

1 回の利用ごとの初乗り料金

## ☆ 利用限度

年間 24 枚（※年度途中で利用を開始した場合は、当該年度の残月数×2 枚を限度とします。）

## ☆ 利用の手順

- ① 清水町地域包括支援センターへ利用申請が必要です。
- ② 利用決定後、町福祉介護課から通知が届きます。

☆ 問合せ：清水町地域包括支援センター ☎ 981-1675

事業者名	電話番号
伊豆観光タクシー	☎ 954-6000
原町タクシー	☎ 966-5121
伊豆箱根交通	☎ 984-1280
	☎ 984-1282
ベルタクシー	☎ 926-2950
平和タクシー	☎ 951-6767
風タクシー	☎ 978-1378
沼津第一交通	☎ 921-7233
富士交通	☎ 925-3636
沼津市個人タクシー共同組合	☎ 923-3277
函南タクシー	☎ 978-2820
三島合同タクシー	☎ 975-0337
富士急静岡タクシー	☎ 975-3476

令和 5 年 3 月現在

## 6-2 寝具類洗濯乾燥消毒サービス

寝具類のクリーニング代の一部を助成します。

### ☆ 対象

概ね 65 歳以上の単身世帯、高齢者のみの世帯で当該年度（4 月から 6 月の申請にあっては前年度）の市町村民税が非課税世帯の方であって、寝具類の衛生管理が困難な方

### ☆ 利用者負担

利用額の 1 割

※業者ごとに利用額は異なります。詳細は、各業者にご確認ください。

### ☆ 利用限度回数

申請月に応じて決定します。（年 2 回まで）

1 回の利用は、掛け布団、敷き布団、毛布、枕の各 1 枚まで

事業者名	住所	電話番号
(有)クリーニングのママショップ	長沢 874	☎ 972-3617
ミツワクリーニング商会	湯川 158-10	☎ 971-8134

令和 5 年 3 月現在

### ☆ 利用の手順

- ① 清水町地域包括支援センターへ利用申請が必要です。
- ② 利用決定後、町福祉介護課から通知が届きます。

☆ 問合せ：清水町地域包括支援センター ☎ 981-1675

## 6-3 軽度生活援助

シルバー人材センターに依頼した、家庭での軽作業に係る利用料の一部を助成します。

## ☆ 対象

概ね 65 歳以上の単身世帯、高齢者のみの世帯で当該年度(4月から6月の申請にあっては前年度)の市町村民税が非課税世帯の方で、日常生活上の援助が必要な方

## ☆ 利用者負担

利用時間 1 時間あたり 120 円

※車両代(1日につき 50 円)、材料費及び処分費がかかる場合もあります。  
なお、材料費等は、利用者の全額負担となります。

## ☆ 利用限度回数

年間 96 時間(1日8時間×年度内利用月数)

## ☆ 利用の手順

- ① 清水町地域包括支援センターへ利用申請が必要です。
- ② 利用決定後、町福祉介護課から通知が届きます。

☆ 問合せ：清水町地域包括支援センター ☎ 981-1675

## 作業内容(事前にご相談ください)

項目	詳細
電気・家電	蛍光灯・電球及び簡易な照明器具の交換
小大工・建具	簡単な大工仕事(カーテンレールの取り付けなど)
庭の手入れ	草刈、草取り、植木剪定
その他	買い物、調理、洗濯、話し相手等

## ☆ 取扱事業者

事業者名	電話番号
(公社)清水町シルバー人材センター	☎ 973-5949



## 6-4 火災報知器設置

寝室等に火災警報器を設置します。(火災警報器は、町で用意します。)

### ☆ 対象

概ね 65 歳以上の単身世帯、高齢者のみの世帯で持ち家の方

### ☆ 利用者負担額

一器につき 300 円

### ☆ 利用限度

1 世帯 3 器まで

- ☆ 利用の手順：① 清水町地域包括支援センターへ利用申請が必要です。  
② 利用決定後、町福祉介護課から通知が届きます。

- ☆ 問合せ：清水町地域包括支援センター ☎ 981-1675

