シニア情報

高齢者向けの教室や介護・医療に関する情報をお届けします。

みんなのパソコン広場 パソコン初心者お助け隊【エクセル・ワード】

日　時　9月2日（水）・16日（水）
①14時～　②15時～　③16時～
場　所　ゆいわーく茅野　101
内　容　ワード・エクセルの初歩的な操作、ちょっとしたお困りごとの相談、サポート
定　員　各講座2名
持ち物　使用しているノートパソコン
受講料　1,000円
申込方法　7月27日（月）～8月21日（金）までに電話でお申し込みください。
※お申し込みの際に、ワードまたはエクセルのご希望をお伝えください。
申込・問　DX推進課　自治体デジタル係
☎72-2101（内線242・243）

認知症総合支援事業 『SSAP+体験会inオレンジ・カフェ茅野』

日　時　8月20日（木）13時15分～15時
場　所　ウェルシア茅野本町店
内　容　茅野市内の複数会場で開催しているSSAP+を体験してみませんか？
SSAP（SOMPOスマイルエイジングプログラム）はオンライン講師によるフレイル予防教室です。「運動」「認知機能トレーニング」「栄養指導」「社会参加」の４つの要素を同時に実施し、認知機能にも効果のあるプログラムです。
対　象　どなたでも申込可能
定　員　12人（定員になり次第、申込受付終了）
参加費　無料
持ち物　飲み物、汗拭き用タオル、動きやすい服装、靴
申込方法　事前に電話でお申し込みください。
申込・問　保健福祉サービスセンター　福祉21推進係
☎72-2101（内線332）

金婚（結婚50周年）を迎えられるご夫婦の皆さんへ

内　容　令和8年度に金婚（結婚50周年）を迎えられるご夫婦の方へ、健康と長寿をお祝いし、ささやかですが、お祝品を贈呈します。
お祝い品の受取方法につきましては、別途送付する案内をご確認ください。
対　象　昭和51年（1976年）4月から昭和52年（1977年）3月までの間にご結婚されたご夫婦
申込方法　9月4日（金）までに電話でお申し込みください。
申込・問　社会福祉課　高齢福祉係
☎72-2101（内線304）

歯科口腔健診を受けましょう ～後期高齢者歯科口腔健診～

内　容　長野県後期高齢者医療広域連合では、高齢者の方の健康づくり事業の一環として歯科口腔健診を行います。
高齢になると、むせこんだり、のどにつかえたりすることが多くなり、これが原因で誤嚥性（ごえんせい）肺炎（細菌が唾液や胃液と共に肺に流れ込んで生じる肺炎）を起こすことがあります。
お口の健康は、身体の健康への第一歩です。固いものが食べにくい、入れ歯が合わない、特に自覚症状はないが、お口の状態を確認したい方など、費用は無料ですので、この機会に受診しましょう。
対　象　①昭和25年4月1日～昭和26年3月31日生まれの被保険者
（令和7年度に75歳の誕生日を迎えた方）
②昭和21年4月1日～昭和25年3月31日生まれの被保険者（令和7年度に76～79歳の誕生日を迎えた方）のうち、直近で生活習慣病に係る受診をされた経歴があり、かつ、令和7年度に歯科医療の受診がなかった方
③昭和20年4月1日～昭和21年3月31日生まれの被保険者
（令和7年度に80歳になった方）
健診費用　無料
※健診により治療が必要になった場合、その治療費は本人負担となります。
健診期間　令和8年7月1日（水）～令和8年12月30日（水）
持ち物　受診券、マイナ保険証または資格確認書、お薬手帳（無い場合は、不要です）
申込方法　6月下旬に対象者に対し、案内通知と受診券を送付します。
対象医療機関へ直接予約をお願いします。
申込・問　長野県後期高齢者医療広域連合 保健事業室
☎026-229-5320

高齢者福祉サービスを紹介します

問 保健福祉サービスセンター　福祉21推進係　☎72-2101（内線 332）

サービスの利用につきましては、各保健福祉サービスセンターへお気軽にご相談ください。
※申請内容によっては、ご利用できない場合があります。

日常を支援するサービス

サービス	内 容
訪問介護・訪問看護・短期入所・通所サービス等への支援	介護保険の支給限度額を超えて介護サービスが必要な方に、介護保険と同じ負担割合で介護サービスを利用していただけるよう、介護サービス利用料を支援します。 ※ご利用にあたっては、介護支援専門員（ケアマネジャー）にご相談いただく必要があります。
福祉用具の貸与	介護保険の対象にならない一時退院や一時帰宅時の福祉用具のレンタル料金を補助します。 【対象用具】車イス及びその付属品、特殊寝台及びその付属品、床ずれ防止用具、体位変換器、徘徊感知機器、移動用リフト（つり具部分を除く）、スロープ（可動式のもの） ※福祉用具をレンタルする業者は、市が指定した業者になります
成年後見制度等の利用支援	成年後見の申し立てなどを必要としている方で、申立費用や後見人などへの報酬費用を負担することとが困難な場合に助成します。
配食サービス	65歳以上の一人暮らしの方や高齢者のみの世帯で、食事作りが困難な方などを対象に、昼食または夕食を配達し、安否の確認を行います。
緊急通報装置の貸し出し	身体に急を要する危険性があり、緊急の通報を必要とする方に、連絡を容易にする機器を貸し出します。（自己負担あり）
移送サービス	自力で公共交通機関を利用できない人を対象に、車イスのまま乗り降りできる自動車で外出を支援します。
自宅への訪問による理容・美容サービスの助成	在宅で寝たきりの方など、理容・美容店に出かけることのできない方へ助成券を交付します。 【助成額】1回あたり1,500円（年間4回まで）
認知症高齢者等個人賠償責任保険	認知症の方が他人にケガを負わせたり、他人の財物を壊したりして法律上の損害賠償責任を負う場合に備えて、認知症の方を被保険者とする個人賠償責任保険に市が契約者として加入します。

在宅で介護する方へのサービス

サービス	内 容
介護者が急な都合で介護できない場合の支援	要介護認定を受けている方が、介護施設に緊急宿泊した時の経費の一部を助成します。 ※介護施設は、市が指定した施設になります。
徘徊高齢者の所在地を把握	認知症による徘徊がある方を介護されている家庭に、位置検索用の端末を貸与します。（自己負担あり）
介護用品の購入費用を援助	要介護3～5までの認定を受けている方を在宅で介護している市民税非課税世帯の方に介護用品購入費を助成します。 【助成額】1カ月当たり6,300円以内
介護者に入浴券・マッサージ券を支給	在宅において寝たきりまたは認知症でかつ要介護3～5までの認定を受けている方の介護者へ、入浴券・マッサージ券を支給します。 【助成内容】入浴券：年間12回利用分を限度 マッサージ券：年間6回利用分を限度 ※入浴券は、市営温泉施設及び河童の湯で利用可能。

相談、申請窓口（時間：平日8時30分～17時15分）

■豊平・玉川・泉野地区
東部保健福祉サービスセンター　☎82-0026
■宮川・金沢地区
西部保健福祉サービスセンター　☎82-0073
■ちの・米沢・中大塩地区
中部保健福祉サービスセンター　☎82-0107
■湖東・北山地区
北部保健福祉サービスセンター　☎77-3000