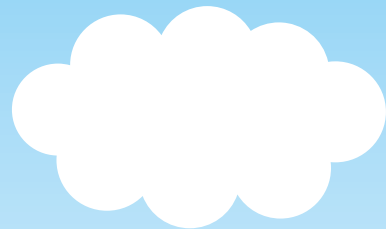


住みなれた我が家で  
いつまでも暮らしたく、  
みんなあなたを応援する



シニアのための  
生活情報紙

# あつし しばやま



しばこ  
くん

令和2年3月発行

編集発行：芝山町生活支援等サービス協議体

☎ 0479-78-0850

編集データ：2020年2月現在



# シニアの生活を支援するサービスや制度

## わんこ in サービス

ひとり暮らし高齢者や  
高齢者だけで暮らしている  
世帯などを対象に、

- ・ゴミ出し
- ・荷物の移動
- ・カーテンの付替え
- ・電球交換 等

日常生活上の概ね30分以内の軽作業をサービス協力員が提供します。

### 【利用料】

- ・概ね10分100円
- ・チケット制(チケットは社協で販売)

### 【申込み・問合せ】

- ・専用☎070-4449-6813
- ・町社会福祉協議会☎78-0850



## ホームヘルパー派遣事業

ホームヘルパーを派遣し、家事援助、通院介助、相談等を行います。

利用できる方は、要介護・要支援認定者以外の65歳以上の一人暮らし又は高齢者のみの世帯の方で、利用登録にあたっては、事前に審査があります。

利用時間数に応じて費用を負担していただきます。

### 【利用料】

- 30分未満=200円
- 30分以上1時間未満=300円
- 以降1時間毎に200円加算
- ※この他、移送料は別途必要

### 【申込み・問合せ】

- 町地域包括支援センター☎77-3925
- 町社会福祉協議会 ☎78-0850



## しばっこカフェ

認知症の方とその家族が気軽に参加し、お茶を飲みながら参加者同士が交流。介護や医療の専門スタッフが介護の悩みも相談にのります。

参加者全員で笑いヨガや手遊びもやっています。

【開催場所】 福祉センター「やすらぎの里」

【開催日時】 毎月最終火曜日(原則)

午後1時30分～3時

※日程が変わる場合がありますのでご確認ください

### 【申込み・問合せ】

町地域包括支援センター☎77-3925



## 福祉カー「日テレ号」の貸出

車椅子のままの乗車が必要な方に、車椅子ごと乗降できる車輛を貸出。

事前にご予約ください。

使用後に燃料代として利用料をいただきます。

### 【利用料】

- 走行距離 10km以内=100円
- 10km～20km以内=200円

※以降、走行距離10kmを1単位(端数切上げ)として、単位数×100円加算

### 【申込み・問合せ】

町社会福祉協議会☎78-0850

## 日常生活自立支援事業 すまいる

高齢者や障がいを持つ方を対象に、定期的な訪問により、日常的な金銭管理のお手伝いや、福祉サービスを利用するお手伝いをする事で、高齢者や障がいのある方々が住み慣れた地域で生活できるように支援します。

### 【利用までの流れ】

①相談→②面談→③審査会

→④支援計画作成・契約→⑤支援開始

### 【利用料】

- ・年会費 3,600円
- ・利用料
- 1時間30分未満 1,000円
- 1時間30分以上2時間未満 1,500円
- 以降30分毎に500円加算

※この他、支援員の移動時間により交通費をいただきます(最大1,000円/月)

### 【申込み・問合せ】

町社会福祉協議会☎78-0850



## 介護用品の貸出

在宅の高齢者や重度の障がいを持つ方などで、車いす等、介護用品を一時的に必要な方へ無料で貸出。

最長3カ月。

### 【貸出用品】

- ・車椅子
- ・介護用車椅子
- ・車椅子用スロープ
- ・シルバーカー

### 【申込み・問合せ】

町社会福祉協議会☎78-0850



## 給食サービス事業

ひとり暮らし高齢者及び高齢者だけで暮らしている世帯等を対象に、調理・配給協力者との連携により、月2回、夕食のおかずを届ける配食サービスです。

### 【実施日】

毎月第1火曜日・第3木曜日(原則)

午後4時～5時頃お届け

### 【利用者負担金】

1食200円

### 【申込み・問合せ】

町社会福祉協議会☎78-0850



## シルバー人材センター

町民及び作業現場が芝山町内の方を対象に、シルバー会員による、草刈り・植木の手入れ・生垣の刈込み等の労力を提供します。

### 【利用料】

・1時間880円～(見積り無料)

※作業内容によって料金が変わりますのでお問合せください

この他、草刈機等機械類を使用した場合は別途使用料を戴きます

### 【申込み・問合せ】

コーディネーター直通☎090-7903-6004

町社会福祉協議会 ☎78-0850





## ミニデイサービス

在宅虚弱ひとり暮らし高齢者を対象に、健康チェック、給食、レクリエーション等を盛り込み、年11回実施。

【申込み・問合せ】

町社会福祉協議会 ☎78-0850

## 在宅老人短期入所事業

要介護・要支援の認定を受けていない虚弱高齢者を自宅で介護している家族等が疾病にかかるなど、特別な理由により、自宅で介護することが困難となった場合に、高齢者を一時的に老人ホーム等に入所してもらいます。

【申込み・問合せ】

町地域包括支援センター  
☎77-3925



## 緊急通報システム

ひとり暮らしの高齢者や身体障害者手帳1・2級で65歳未満のみの世帯を対象に、急病や事故等の緊急時に通報できる電話機を設置します。

いざという時、協力員や消防本部へ通報して速やかに援助します。

【申込み・問合せ】

町地域包括支援センター ☎77-3925

## 保健師による健康相談

保健師等が面談により保健指導を行います。(希望者には家庭訪問を行います)

【申込み・問合せ】

町保健センター  
☎77-1891



# 困ったときにはご相談ください

## 弁護士無料相談

弁護士による無料の福祉法律相談所。事前にご予約ください。

【場所】 福祉センター「やすらぎの里」

【日時】 毎月最終火曜日(原則)  
午後1時30分～3時30分

【相談時間】 1人(組) 30分

【申込み・問合せ】

町社会福祉協議会 ☎78-0526



## ふくし駆け込みテレホン

平日午前9時～午後5時までの、電話による福祉に関する無料相談。

・専用 ☎78-0526



## 人権・行政相談

人権擁護委員、行政相談員による人権及び行政に関する相談所。

【場所】 福祉センター「やすらぎの里」

【日時】 毎月第2火曜日(原則)  
午後1時30分～3時30分

# 通院やお買い物など外出を支援します



## 芝山あいあいタクシー

区内デマンド運行(ドア・ツー・ドア方式)町内全域及び多古中央病院・同病院近隣個人医院を範囲に運行。

ご利用いただける方は、事前登録した町内に住所を有する方で、自分で乗り降りできる方です。予約制。

【運行日・運行時間】

- ・平日・土曜日  
(日曜日・祝日・年末年始は運休)
- ・午前7時30分～午後5時30分

【予約受付】

- ・利用予定の1時間前までに予約してください
- ・受付時間  
月～土曜日の午前8時～午後5時
- ・予約 ☎0476-24-3030
- ※朝7時台を利用したい場合は、前日までに予約

【利用料】

- ・町内1人1乗車200円
- ・多古町まで(から)は1人1乗車300円
- ※保護者同伴の就学前児は無料

【登録申込み・問合せ】

町企画空港政策課  
空港地域振興係 ☎77-3906

## ホームヘルパー派遣事業

👉 2ページ参照

## 福祉カー「日テレ号」の貸出

👉 2ページ参照

## 介護タクシーすばる(民間)

👉 10ページ参照

## 芝山ふれあいバス

「芝山千代田駅」と「JR松尾駅」を結ぶ町民バス。

「芝山町福祉センター」「芝山町役場」「芝山仁王尊」等 町内の主な施設に停車します。(芝山千代田駅と松尾駅間を6往復、芝山千代田駅と芝山町役場間0.5往復運行)

【運行日】

- ・月～土曜日(日曜日・年末年始は運休)

【運賃】

- ・大人200円、小人100円
- ・障害者手帳所持者・未就学児(保護者同伴)は無料
- ※回数券・定期券もあります
- ※運行経路・時間はお問合せください

【問合せ】

町企画空港政策課  
空港地域振興係 ☎77-3906

## 空港シャトルバス

成田空港第2旅客ターミナルから横芝屋形海岸を結んで運行。

【運賃】

[現金で乗車の場合]

- |                       |      |
|-----------------------|------|
| ・一般(中学生以上)            | 300円 |
| ・子ども(小学校6年まで)         | 150円 |
| ・障害者手帳持参の一般           | 150円 |
| ・障害者手帳持参の子ども(小学校6年まで) | 80円  |

[ICカード利用の場合]

- |                       |      |
|-----------------------|------|
| ・一般(中学生以上)            | 270円 |
| ・子ども(小学校6年まで)         | 135円 |
| ・障害者手帳持参の一般           | 135円 |
| ・障害者手帳持参の子ども(小学校6年まで) | 68円  |

※保護者同伴の就学前児は無料

【問合せ】

町企画空港政策課  
空港地域振興係 ☎77-3906



# 各種ふくしの助成金制度

## 介護保険移送サービス

【対象】 要介護・要支援認定者

- ・タクシー利用料金1回2,000円を限度として9割又は8割又は7割補助
- ・月5回まで

【問合せ】

町福祉保健課 介護保険係 ☎77-3925

## はい・きゅう・マッサージ助成

【対象】 町内に住所を有する50歳以上の方

- ・施術料の一部を助成
- ・助成額 1回 1,000円(年間12回まで)
- ・町に登録のある施術所で利用が可能です

【問合せ】

町福祉保健課 福祉係 ☎77-3914

## 家族介護福祉手当

【対象】 65歳以上で要介護4・5の認定を受けた方又はその方と同居し生計を同一にして介護している方

- ・月額 10,000円
- ・10月・4月の年2回支給

【問合せ】

町福祉保健課 介護保険係 ☎77-3925

## 福祉タクシー助成金

【対象】 町内に住所を有し、身体障害者手帳1, 2級、療育手帳Aの二以上、精神障害者保健福祉手帳1級の交付を受けた方

- ・外出のためタクシーを利用する場合その一部を助成
- ・助成額 1回 1,000円(年間48回まで)

【問合せ】

町福祉保健課 福祉係 ☎77-3914

## 紙おむつ支給事業

【対象】

- ・在宅で現におむつを利用している方で要介護3・4・5の方
- ・40歳以上の身体障害者手帳1・2級所持者、又は重度の知的障害者

【利用方法】

利用券(1枚につき、5,000円)月1枚の割合で交付し、町内の登録してある業者で現物と引き換える

【問合せ】

町福祉保健課 介護保険係 ☎77-3925

## 資金のことでお困りのときは福祉資金貸付制度

### 生活福祉資金(県)

低所得者・高齢者・身体障がい者等に対し、資金の貸付けを行う、千葉県社会福祉協議会の資金貸付制度。

- ・資金の種類、貸付期間、限度額等詳しくはお問合せください

### 町福祉資金

緊急的、短期的に生活資金が不足した低所得者・高齢者・身体障がい者等に対し、資金の貸付けを行う芝山町社会福祉協議会の短期の貸付制度。

- ・貸付期間 最長1年
- ・貸付限度額 10万円

【問合せ】

町社会福祉協議会 ☎78-0850



# シニアの健康を支える各種健診と助成事業

## がん検診

がんを早期に発見し、早期治療につなげるため、胃がん・大腸がん・肺がん・前立腺がん・子宮頸がん・乳がん検診を行います。個人負担あり。ただし、75歳以上の方は個人負担金免除。

【対象】

- ・胃・大腸・肺がん 40歳以上の方
- ・前立腺がん 50歳以上の男性
- ・子宮がん 20歳以上の女性
- ・乳がん 30歳以上の女性

【申込み・問合せ】

町保健センター  
☎77-1891



## 特定健康診査

生活習慣病等を早期発見し、疾病予防や健康の保持・増進のための健診です。個人負担あり。

【対象】 ・40歳以上の国民健康保険被保険者

【問合せ】

町町民税務課 国保年金係 ☎77-3912・3913

## 後期高齢者健康診査

生活習慣病等を早期発見し、疾病予防や健康の保持・増進のための健診です。個人負担なし。

【対象】 ・後期高齢者医療保険被保険者

【問合せ】

町町民税務課 国保年金係 ☎77-3912・3913

## 人間ドック費用の助成

人間ドック費用を助成します。

【助成額】 費用の7割(上限5万円)

【対象】 ・35歳以上の国民健康保険被保険者  
・後期高齢者医療保険被保険者

【問合せ】

町町民税務課 国保年金係 ☎77-3912・3913

## 骨粗しょう症予防検診

骨粗しょう症予防のため、骨密度の測定をします。個人負担あり。ただし、75歳以上の方は個人負担金免除。

【対象】 ・20歳以上の女性

【申込み・問合せ】

町保健センター ☎77-1891

## 高齢者肺炎球菌ワクチン予防接種費用の助成

肺炎球菌ワクチン予防接種に係る費用を助成します。

【助成額】 2,000円

【対象】 65、70、75、80、85、90、95、100歳になる方

※接種済みの方は対象外

【問合せ】 町保健センター ☎77-1891

## 高齢者インフルエンザ予防接種費用の助成

インフルエンザ予防接種に係る費用を助成します。

【助成額】 1,500円

【対象】 65歳以上の方

【問合せ】

町保健センター ☎77-1891





# シニアの健康づくりを応援する講座と教室

## ヘルスあっぷ講座

運動習慣の定着化を図るため、健康チェックと自宅で手軽にできるストレッチ等の運動実習を行います。

個人負担あり。

- ・前期コース 7回
- ・後期コース 7回

【対象】 40歳～74歳の方

【会場】 保健センター、  
福祉センター「やすらぎの里」

【時間】 午前10時～11時30分

【開催日】 町広報紙等でご確認ください

【申込み・問合せ】

町保健センター ☎77-1891



## けんこう講演会

医師等の専門職による生活習慣予防のための講話と保健師・栄養士による個別相談を行います。

【対象】 30歳以上の方

※開催日時・会場・講師等は、町広報紙等でご確認ください

【申込み・問合せ】

町保健センター  
☎77-1891



## はつらつクッキングサロン

65歳以上の方の健康づくりのための栄養講座、調理実習を行います。

個人負担あり。

・年3回

【対象】 65歳以上の方

【会場】 福祉センター「やすらぎの里」

【開催日時】 町広報紙等でご確認ください

【申込み・問合せ】

町保健センター ☎77-1891



## いつまでも元気塾

介護予防の普及啓発を図り、運動機能向上、栄養改善、口腔機能向上、閉じこもり・認知症・うつ予防等の介護予防教室です。

【対象】 65歳以上の一般高齢者で介護認定を受けていない方

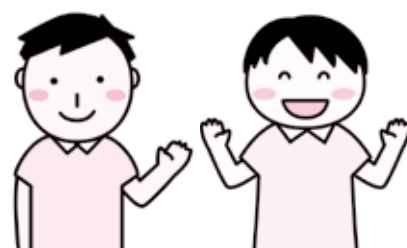
【会場】 保健センター

【時間】 午後1時30分～3時30分

【開催日】 町広報紙等でご確認ください

【申込み・問合せ】

町地域包括支援センター ☎77-3925



## 気功・太極拳教室

穏やかな円運動・気功による、ストレス解消や自然治癒力の増強をねらいとした健康づくり・体力づくりのための教室です。

【開催日時】 毎週金曜日

午前10時～11時30分

【会場】 福祉センター「やすらぎの里」

【参加費】 無料

【申込み・問合せ】

町社会福祉協議会 ☎78-0850



## 健康体操教室

音楽に合わせて、高齢者でも無理のないストレッチや体幹を鍛える運動で腰痛や肩こりを予防します。

【開催日時】 毎月第2水曜日

午後2時～3時30分

【会場】 福祉センター「やすらぎの里」

【参加費】 無料

【申込み・問合せ】

町社会福祉協議会 ☎78-0850



## いきいきライフ調理実習教室

生活習慣病の予防と改善を目的とした栄養士の指導による減塩・低カロリー・低コレステロールメニューの調理実習教室です。

【開催日時】 6～3月の毎月最終木曜日

午前9時30分～午後1時

【会場】 福祉センター「やすらぎの里」

【参加費】 材料費として500円

【申込み・問合せ】

町社会福祉協議会 ☎78-0850



## リハビリ教室

整形外科医の指導による病後のリハビリや健康維持のための教室です。

【開催日時】 毎月第1・第3水曜日

午後1時30分～3時

【会場】 福祉センター「やすらぎの里」

【参加費】 無料

【申込み・問合せ】

町社会福祉協議会 ☎78-0850



# 芝山町内の シニアにやさしい お店 や 企業

「高齢者のために何かできることは  
ありますか」の呼びかけに  
応じてくれたお店や企業です



お弁当の販売

## 皆美(みなみ)

☎76-7146(飯櫃227)

- ・営業時間 10:00 ~ 14:00
- ・自宅への配達OK(1日前に予約)

お茶・お茶関連商品と和スイーツ等の販売

## (有)隆松園(りゅうしょうえん)

☎77-1280(高田1216)

- ・営業時間 10:00 ~ 19:00(水・祝休)
- ・自宅への配達OK(3,000円以上)

## 美容室エイム

☎77-0806(はにわ台団地前)

- ・営業時間 9:00 ~ 18:00
- ・第1・第3月曜日休
- ・あいあいタクシーなどを利用できなかった場合は送迎します(無料)
- ・足など不自由な方を対象に出張サービスを行います(出張料+500円)

移送サービス (株)すばる

## 介護タクシーすばる

☎77-0176(岩山2266)

フリーダイヤル 0120-707-727

- ・営業時間 8:00 ~ 17:00
- ・原則日曜休み(相談により対応可)
- ・予約金・迎車料金は無料
- ・介助料金は有料
- ・(要)予約(利用希望日の1~2日前まで)

ピーナツ加工品販売

## エハラピーナツ(株)

☎77-0146(新井田52-26)

- ・営業時間 9:00 ~ 18:00(元旦休)
- ・自宅への配達OK(3,000円以上)
- ・商品を見て選びたい場合はご相談ください  
営業時間外の電話対応も可

## 理容 富士

☎78-0131(山田1675)

- ・営業時間 8:00 ~ 19:00
- ・月曜日、第2・第3火曜日休
- ・無料で出張サービスをしします、ご相談ください

食品・日用品の販売 薬局

## ヤックスドラッグ芝山店

☎70-8300(小池873-1)

- ・24時間営業、年中無休

食料品・弁当の販売 レストラン

## 空の駅 風和里しばやま

☎77-2020(朝倉394-15)

- ・営業時間 9:00 ~ 18:00(12/31 ~ 1/3 休)
- ・店内車椅子無料貸出

## 紅仙観光(株)

☎77-0753(大台2543-8)

- ・営業時間 月~金 9:00 ~ 18:00  
奇数週土 ~ 15:00、偶数週土 ~ 12:00
- ・見積り無料、自宅へ打合せに伺います

ガソリン・灯油販売

## (有)寿美屋商店(すみやしょうてん)

☎77-0007(小池1074)

- ・営業時間 平日 7:30 ~ 19:00  
祝日 7:30 ~ 18:30(日曜休)
- ・灯油・プロパンガスの配達もします
- ・ガス器具・灯油給湯機の販売
- ・ガラス修理、網戸張替え
- ・見積り無料、ご相談ください

## (株)洋菓子のヒロタ 千葉売店

☎77-1201(牧野371)

- ・営業時間 9:00 ~ 16:45(日曜休)
- ・主にシュークリーム・シューアイス・焼き菓子の販売

軽油代替燃料(BDF)の販売

## 芝山地域福祉事業所あぐり〜ん

☎78-1011 FAX78-1012  
(岩山1110-1)

- ・営業時間 9:00 ~ 17:00(土・日休)
- ・使用済み天ぷら油を無料で回収

はり・きゅう治療

## 治療院 るか

☎78-1150(大里2434)

- ・診療時間 8:00 ~ 19:00(日・祝休)
- ・完全予約制
- ・出張治療可(地域・距離により料金が変わります)  
ご相談ください

## 岩澤良昭税理士事務所

☎77-1631(新井田445-49)

- ・営業時間 9:00 ~ 17:00(日曜休)
- ・税務相談、会計代行、確定申告事務等
- ・出張料無料

ガソリン・灯油販売

## (有)大竹商事

☎78-0011(大里16-5)

ガソリンスタンド ☎78-0380

- ・営業時間 6:30 ~ 19:30(日曜休)
- ・プロパンガス・ガス器具の販売、取付
- ・灯油タンクへの灯油補充
- ・配達範囲は千代田地区(距離・数量により配達料有料)

外構工事・室内リフォーム等

## (有)平田組

☎85-8588(新井田445-297)

- ・営業時間 8:00 ~ 17:00(日曜休)
- ・外構工事、室内リフォーム、草刈り作業、粗大ごみの搬出ほか、住まいに関してのご相談に対応
- ・介護保険の範囲内でのリフォーム等のご相談にのります

## 藤田歯科医院

☎77-0011(小池1018-1)

- ・診療時間 月・火・水・金 9:00 ~ 18:30  
土曜日 9:00 ~ 16:30  
日曜日 9:00 ~ 11:30  
木・祝日休
- ・訪問歯科治療可(半径16km以内)
- ・通院困難な方の治療や入れ歯の不具合調整、口腔ケアのご相談を受けます

## 高橋行政書士事務所

☎77-7337(新井田52-14)

- ・営業時間 9:00 ~ 16:00(土・日・祝休)
- ・権利義務、事実証明に関する書類作成
- ・成年後見制度のサポート
- ・出張料無料





# もしもの時の連絡先

火事 体調不良	消 防	119
不審者などの訪問	警 察	110

自分の情報を  
メモしておいて、  
いざという時にしっかり  
伝えられるように  
しましょう



名 前：

住 所：

電話番号：

自宅の目印：

## もしもの時の連絡先（親族・友人等）

氏 名	続 柄	電 話 番 号	住 所
		( ) 携帯	
		( ) 携帯	
		( ) 携帯	
		( ) 携帯	

## かかりつけのお医者さん

病院・医院名	診 療 科	電 話 番 号	住 所
	内科・整形外科 眼科・泌尿器科 皮膚科・( )	( )	
	内科・整形外科 眼科・泌尿器科 皮膚科・( )	( )	
	内科・整形外科 眼科・泌尿器科 皮膚科・( )	( )	
	内科・整形外科 眼科・泌尿器科 皮膚科・( )	( )	