

9月19日(祝)は敬老の日 ～地域で健康・生きがいづくり～

閩長寿福祉課 ☎443-2061

高齢者同士の支えあいや地域の結びつきは、ますます重要となってきます。
仲間と一緒に気軽に取り組める活動について紹介します。

老人クラブ

本市では、各地域で暮らす高齢者の皆さんが主体となり、多数の老人クラブが結成されています。それぞれの老人クラブでは、生きがいづくりや健康づくり、閉じこもり予防などに関する活動を実施しており、地域のつながりや居場所づくりに重要な役割を担っています。

老人クラブを通して、仲間との楽しい時間と健康的な毎日を過ごしましょう。



●奉仕活動

道路や公園などの清掃、花壇づくりや児童の登下校の見守り活動などに取り組んでいます。

●友愛活動

1人暮らしや病弱、寝たきりの高齢者の自宅を訪問し、声掛けして見守っています。

●仲間づくり活動

文化活動…囲碁、将棋、健康マージャンなど仲間楽しく活動しています。

講座学習…生活や健康に関する講習会や交通安全講習会などに参加し、日々の生活を豊かにしています。

●健康づくり活動

スポーツ活動…パークゴルフ、グラウンドゴルフ、ウォーキング、カローリング、ペタンクなど、健康体操の開催を通して、みんなで楽しみながら健康増進に取り組んでいます。

★ 60歳以上で、入会を希望される方は、お住まいの地域の老人クラブまたは市老人クラブ連合会へ連絡してください。

閩市老人クラブ連合会 ☎422-3400

介護予防ふれあいサークル

身近な地域で暮らす65歳以上の方が集まり、健康体操やパークゴルフ、手芸、書道といったサークル活動に取り組んでいます。活動を通して、地域のつながりを深め、健康的な生活を送れるよう、みんなで楽しく活動しています。サークル活動は、地域のふれあいの場として和やかな雰囲気を作り出しています。

介護予防ふれあいサークルに参加されたい方は、長寿福祉課または各地域包括支援センターへ問い合わせてください。



楽楽いきいき運動

いつまでも住み慣れた地域で健康に暮らせるよう、高齢者の皆さんが継続的な運動を行っています。仲間との会話・交流を楽しみながら、簡単な運動やストレッチ、脳トレ体操などを通して、元気で充実した生活を目指してみんなで取り組んでいます。メンバーの体の状態に合わせて運動しているため、無理のない範囲で健康維持できます。

楽楽いきいき運動に参加されたい方は、**長寿福祉課**または**各地域包括支援センター**へ問い合わせてください。



あなたのまちの地域包括支援センター

地域包括支援センターでは、高齢者がいつまでも自分らしく、住み慣れた地域で安心して暮らしていくことができるよう、さまざまな取り組みを行っています。保健師や看護師、社会福祉士、主任介護支援専門相談員などが、高齢者の福祉や介護の総合的な相談に対応しています。

センター名	所在地	電話番号	担当地区	センター名	所在地	電話番号	担当地区
水橋北	水橋辻ヶ堂	478-0311	水橋中部、水橋西部	柳町・清水町	清水町二丁目	492-6611	柳町、清水町
水橋南	水橋新堀	479-2299	水橋東部、三郷、上条	東部・山室	長江五丁目	494-1220	東部、山室
大広田・浜黒崎	横越	437-8022	大広田、浜黒崎	藤ノ木・山室中部	大島三丁目	492-3146	藤ノ木、山室中部
岩瀬・萩浦	高島町一丁目	438-8483	岩瀬、萩浦	堀川・光陽	今泉西部町	493-9111	堀川、光陽
和合	布目	435-0524	四方、草島、倉垣	蜷川	蜷川	429-6602	蜷川
針原	小西	451-1200	針原	堀川南	本郷町	411-7373	堀川南
新庄	向新庄町四丁目	451-8014	新庄、新庄北	太田	石屋	422-3283	太田
豊田	豊田町一丁目	433-7870	豊田	月岡	上千俵町	429-7151	月岡
広田	飯野	411-0231	広田	新保・熊野	栗山	429-6676	新保、熊野
奥田北	下新北町	433-8808	奥田北	大沢野・細入	下夕林	467-3590	大沢野、小羽、下夕、細入
奥田	永楽町	432-5762	奥田	大久保・船峠	下大久保	468-8180	大久保、船峠
百塚	石坂新	433-8266	桜谷、八幡、長岡	大山	花崎	483-4188	大庄、福沢、上滝、大山
呉羽	吉作	436-2117	呉羽、寒江、古沢、老田、池多	八尾北・山田	八尾町福島四丁目	454-6066	保内、杉原、山田
神明・五福	鶴島	433-8857	神明、五福	八尾南	八尾町乗嶺	454-5506	八尾、黒瀬谷、卯花、野積、室牧、仁歩、大長谷
愛宕・安野屋	牛島本町二丁目	433-2405	愛宕、安野屋	婦中東	婦中町下轡田	466-0620	速星、鶴坂、婦中熊野、宮川
まちなか	西田地方町二丁目	461-8151	総曲輪、西田地方、星井町、五番町、八人町	婦中西	婦中町羽根	469-1050	朝日、古里、神保、音川

シルバー人材センター

「生きがい」を見つけませんか

臨時や短期の仕事に従事していただける会員を募集しています。

作業内容

家事手伝い、賞状書き、草刈り、洋服のお直し など

★市内在住でおおむね60歳以上の、健康で働く意欲のある方なら、どなたでも入会できます。詳細は、問い合わせてください。

☎シルバー人材センター ☎444-5535

イベント案内

高齢者手作り作品展

シニアライフ講座の受講生や老人クラブ会員、シルバー人材センター会員が制作した手芸品や陶芸品などを展示します。

日時 11月29日(火)10:00～17:00、30日(水)10:00～14:00

場所 市民プラザ

アートギャラリーA・B・C、アトリウム(大手町)

☎長寿福祉課 ☎443-2061

認知症になっても 暮らしやすい地域づくり

図長寿福祉課 ☎443-2044



認知症は誰にでも起こりうる脳の病気です。現在65歳以上の約7人に1人が認知症であり、令和7年には約5人に1人が認知症になると見込まれています。

しかし、支えてくれる人や安心できる場所があれば、自分らしく地域で暮らしていくことができます。認知症になっても希望を持って、共に生活できるまちを目指しましょう。

認知症の方やその家族をサポートしています

◆認知症サポーター

認知症サポーターとは、認知症について正しく理解し、認知症の方とその家族を見守る応援者のことです。

認知症サポーター養成講座を受けてみませんか

認知症に関する正しい知識や対応法を学んだ「認知症キャラバン・メイト」が、自治公民館や職場、学校などに伺い、認知症について分かりやすく説明します。

詳細は、長寿福祉課またはお近くの地域包括支援センターへお問い合わせください。



認知症サポーターカード

◆認知症高齢者徘徊^{はいかい}SOS緊急ダイヤル

認知症による徘徊またはその恐れのある方を事前に登録し、徘徊に気付いた時に専用ダイヤルに連絡すると、看護師や専門スタッフが24時間365日体制で対応し、協力団体へ情報を配信します。

◆認知症高齢者見守りネットワーク

認知症の方やその家族を理解し、地域であたたかく見守る団体や事業所が登録するネットワークです。

「富山市認知症高齢者見守りネットワークステッカー」は、登録している協力団体の目印です。



認知症高齢者等おでかけあんしん損害保険事業について

法律上の損害賠償責任を負う場合に備え、認知症の方を被保険者とする個人賠償責任保険に市が保険契約者として加入するもので、自己負担額はありません。

要件や手続きなど詳細は、お問い合わせください。

対象者

「認知症高齢者徘徊SOS緊急ダイヤル」登録者のうち希望する方(別途申請が必要です)

認知症カフェについて

認知症カフェとは、認知症の方やその家族、地域の人々、医療・介護の専門職など、誰もが気軽に集い、認知症の進行予防や相互交流、情報交換をする場です。

市内には約20カ所の認知症カフェがあります。開催日など詳細は、お問い合わせください。

認知症カフェ設立資金を助成します

対象者

新たに認知症カフェを設立する個人または団体など

対象経費(助成限度額5万円)

認知症カフェの設立に要する経費

(人件費を除く会議費、消耗品費、物品購入費など)

※設立前に事前計画書の提出が必要です。要件や手続き、提出書類など詳細は、お問い合わせください。

認知症の早期対応をお手伝いします

富山市認知症初期集中支援チームが、認知症の方、またはその疑いがある方やその家族の自宅を訪問し、必要に応じて医療機関の受診や介護保険サービスの利用につなげるための支援を行います。

対象者

40歳以上で自宅で生活しており、次のいずれかに該当する方

- ・認知症の医療サービスや介護サービスを受けていない、または中断している方
- ・認知症による症状が強く、サービスを受けているがどのように対応したらよいか困っている方

※認知症初期集中支援チームとは、認知症サポート医と保健師、精神保健福祉士、社会福祉士などによる、医療・介護・福祉の専門チームです。

成年後見制度をご存じですか

成年後見制度とは、認知症や知的障害、精神障害などの理由で判断能力が十分でない方が安心して生活できるよう、支援する制度です。

成年後見人等が、本人の意思を尊重しながら、財産管理や契約の代理などを行うことで、本人の権利を保護します。

岡とやま福祉後見サポートセンター
(市社会福祉協議会内) ☎422-3414
岡長寿福祉課 ☎443-2044
岡障害福祉課 ☎443-2207

◆主な支援内容

【財産管理】

現金や預貯金、不動産など本人の財産を管理し、医療費や公共料金などの各種支払いを行います。

必要に応じて、不動産の売買や遺産分割も行います。

【契約の代理や解除・履行確認】

生活や医療、介護などに関して本人に必要な契約の締結や変更を行い、必要がない場合は契約を解除します。

また、契約に基づいて適切な治療や介護を受けているかを確認します。

【公共機関での手続き】

確定申告や年金の請求、要介護認定の申請、各種障害者手帳の交付申請など、国や自治体に対する法律行為を本人に代わって行います。法廷代理人として訴訟を提起することもあります。

※家事の援助や介護が必要になった場合に、要介護認定の申請をしたり、介護サービスの契約を締結することが、成年後見人等の仕事です。食事の世話や介護は成年後見人等の仕事にはあたりません。

◆成年後見制度には2種類あります

判断能力が十分でない方は… 法定後見制度

本人や家族などが家庭裁判所に申し立てることで、成年後見人等(後見人・保佐人・補助人)の支援者を選任します。

判断能力はあるが、将来が不安な方は… 任意後見制度

本人の判断能力があるうちに、公証役場で「誰に」「どのような」支援をしてもらうかについて定めた任意後見契約を結びます。

本人の判断能力が低下した時点で、家庭裁判所で任意後見監督人が選任され、その監督の下、任意後見人が本人の支援を行います。

◆こんなときには、相談してください

- ・認知症で自分の名前を書けなくなった父の代わりに銀行で定期預金を解約しようとしたら、成年後見人等が必要だと言われた。
- ・1人暮らしの母が、訪問販売で使わない高価なものばかり購入しており、消費者被害に遭っていないか心配だ。
- ・知的障害のある子どものために、自分の死後も生活や財産管理を支援してくれる人がいてほしい。
- ・今は元気だが、将来認知症になった時に身寄りがないので、財産の管理などが不安だ。



◆とやま福祉後見サポートセンターからのお知らせ

「とやま福祉後見サポートセンター(市社会福祉協議会内)」では、成年後見制度に関する広報や相談、利用促進などの体制を強化し、成年後見制度を必要とする人が制度につながるように権利擁護支援のネットワーク構築の中核的な役割を担っています。

成年後見制度をはじめ、権利擁護に関する相談があれば、「とやま福祉後見サポートセンター」やお近くの地域包括支援センターなどへ相談してください。