

# くらしの便利帳

シルバー編



高齢者が、いつまでも住み慣れた地域で安心して暮らせるためのガイドブック。

酒々井町

## 目 次

予防接種（インフルエンザ・肺炎球菌）	1
健康診査	2
人間ドック事業	3
がん検診事業	4
介護予防事業（介護予防教室）	5
介護予防事業（高齢者チャレンジ教室）	6
紙おむつ給付事業	7
緊急通報システム貸与事業	8
はり、きゅう等施術利用助成	9
生きがいデイサービス事業	10
2市1町SOSネットワーク	11
成年後見人制度利用支援事業	12
救急医療情報キットの配布	13

家具転倒防止器具等取付補助金	14
社会福祉協議会の事業	15~17
地域包括支援センターの事業	18

## 予防接種 (問い合わせ先：保健センター) インフルエンザ予防接種



インフルエンザの重症化防止のため次の方を対象に予防接種を実施します。

- ① 接種当日に 65 歳以上になる方
- ② 60 歳から 64 歳で心臓、腎臓、呼吸器の機能又はヒト免疫不全ウイルスにより自己の身の日常生活活動が極度に制限される程度の障害を有する方。

※ 昨年接種された方、今年 65 歳の方には 9 月中旬に通知文を郵送します。昨年接種されていない方で接種を希望される方は保健センターにご連絡ください。

●**実施時期**：10月1日から12月31日まで（医療機関の休診日を除く）

●**自己負担金額**：1,000円

## 肺炎球菌予防接種

肺炎球菌による重症の肺炎等を予防するため次の方を対象に予防接種を実施します。

- ① 65 歳の方
- ② 60 歳から 64 歳で心臓、腎臓、呼吸器の機能又はヒト免疫不全ウイルスにより自己の身の日常生活活動が極度に制限される程度の障害を有する方。

※この予防接種を初めて受ける方が対象となります。※対象の方には、町から通知が送付されます。

※平成 26 年度から平成 30 年度までは、その年度に 70 歳・75 歳・80 歳・85 歳・90 歳・95 歳・100 歳になる方と、平成 26 年度に限り 100 歳以上の方も対象となります。

●**申込方法**：町内の各内科医療機関にお申し込みください。※ 町外は保健センターまでお問い合わせください。

●**自己負担金額**：3,500円

## 健康診査 （問い合わせ先：税務住民課国保班）

町では、病気の予防や早期発見、生活習慣病の予防のため次の方を対象に特定健康診査を実施しています。

- ① 40歳以上74歳以下で酒々井町国民健康保険に加入している方
- ② 75歳以上の後期高齢者医療制度に加入の方（障害認定済の65歳以上の方を含む）
- ③ 生活保護世帯の方

● **自己負担額**：無料

● **検診項目**：基本的な検査項目を行います。  
（がん検診は行いません。）

- ① 質問票（服薬歴、喫煙歴等）
- ② 身体測定（身長体重、肥満度、腹囲）
- ③ 身体診察
- ④ 血圧測定
- ⑤ 血液検査（脂質、血糖、肝機能検査）
- ⑥ 尿検査（尿糖、尿たんぱく）
- ⑦ そのほか医師が必要と判断した場合の検査  
（心電図、眼底、貧血検査）



※ 75歳以上の方は②のうち腹囲の検査は行いません。

## 人間ドック事業 **（問い合わせ先：税務住民課国保班）**

病気の予防と早期発見に役立てるため、下記の方を対象に人間ドック受診費用の一部を助成します。

●対象となるのは、次の要件のすべてを満たしている方です。

①前回の人間ドック利用から1年以上経過している方

②継続して6カ月以上国民健康保険に加入している方  
（受診時に酒々井町に住所を有している方）

③納期が到来している国民健康保険税（後期高齢者医療保険料）を完納している世帯の方

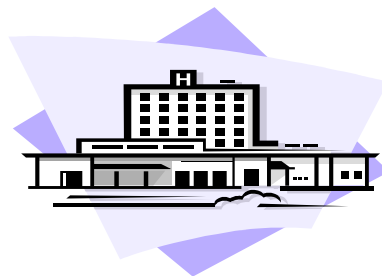
※受診予定日の満年齢が75歳以上の方は、②③については、カッコ内が適用となります。

### ●医療機関（助成対象となる医療機関）

- ・成田赤十字病院
- ・八街総合病院
- ・佐倉厚生園
- ・聖隷佐倉市民病院健診センター

### ●検査費用

検査費用の6割を町が負担し、残り4割が自己負担となります。



※具体的な検査項目や費用については、お問い合わせください。

## がん検診事業（問い合わせ先：保健センター）

検診により早期発見ができ、早期治療で死亡率が大幅に低下するといわれている5つのがんに対して検診事業を実施しています。

①乳がん検診：マンモグラフィ（乳房エックス線撮影）

②子宮頸がん検診：隔年で受診していただくため  
年内に奇数歳になる方が受診できます。  
（昨年受診されていない方は  
偶数歳でも受診できます）



③胃がん検診：バリウムを飲みレントゲン撮影をする検診方法です。

④大腸がん検診：検便により潜血反応検査を行う検診方法です。

⑤肺がん（結核）検診：胸部エックス線間接撮影による検診方法です。

●料金 乳がん検診 1,000円 子宮頸がん検診 500円  
胃がん検診 700円 大腸がん検診 300円  
肺がん（結核）検診 100円

※ 次の方は、検診費用が無料になります。

75歳以上の方、生活保護世帯の方（受給証明書が必要です）、町民税  
非課税世帯の方（事前申請が必要です）

●当日のお申し込みはできません。必ず事前にお申し込みください。

## 介護予防事業（問い合わせ先：保健センター）

要支援・要介護状態になることを予防するため、65歳、68歳、71歳、75歳以上の方（介護保険の認定者を除く）を対象に「介護予防のチェックリスト」を送付し返送していただき、介護予防事業への参加が望ましいとされた方には年間の介護予防事業をお知らせします。

### ●介護予防教室の開催（65歳以上）

保健センターを会場に各種教室を開催します。（料金は無料です）  
※参加者が一定の人数に満たない場合、中止することがあります。

#### 運動

- ・やさしいエアロビクス
- ・健康太極拳
- ・健康体操
- ・大人のためのバレエ教室
- ・あなたの元気応援団

#### 口腔

- ・おいしく食べて歯ッピーになろう

他





## 介護予防事業（問い合わせ先：保健センター）

### 高齢者チャレンジ教室

加齢によって低下する体力・能力の維持・向上を図り、健康で明るく楽しい毎日を過ごせるよう、町内各地域の集会所や青年館等を中心に介護予防事業を実施しています。

また、自宅から近い場所で開催することにより、仲間づくりを進め、閉じこもりやうつ病を予防します。

- ① **年間開催予定**：毎年3地区程度を予定しています。
- ② **実施時期**：お申込みいただいた地区、自治会と協議のうえ決定します。
- ③ **事業内容**：講義やチャレンジ体操など全8日間（半日）
- ④ **料金**：無料
- ⑤ **自主サークルへの支援**：チャレンジ教室終了後、自主的なサークルとして続けられる場合、年2回、無料で講師を派遣します。

※町では、「チャレンジ教室」の開催を希望する区・自治会を募集しております。詳しくはお問い合わせください。



## 紙おむつ給付事業 (問い合わせ先：健康福祉課)

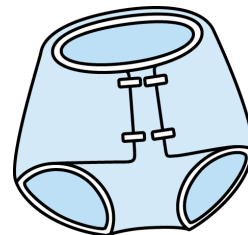
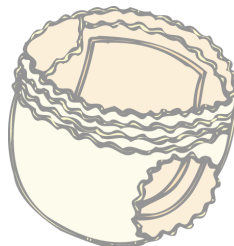
### 紙おむつを毎月自宅へお届け

在宅でおおむね 65 歳以上の寝たきり高齢者、認知症の高齢者で紙おむつを使用している方のうち、要介護 1 以上の認定を受け、住民税非課税世帯に属する方及び身体障害者手帳、療育手帳の交付を受け在宅で成人用紙おむつを使用している方に紙おむつか尿取りパットを給付します。

① **料金**：無料

② **次のいずれか一つを選択しています。**

- ・パンツタイプ 月 30 枚
- ・テープタイプ 月 30 枚
- ・フラットタイプ 月 30 枚
- ・尿取りパット 月 120 枚



※パンツタイプ	ウエストサイズ	ふつう	～ 8 5 c m
		大きめ	7 0 c m ～ 1 2 0 c m
テープタイプ	スーパーBIG	体重	1 5 k g ～ 3 5 k g
	パンパースM	ヒップ	6 0 ～ 6 9 c m
	安心フィットS	ヒップ	5 0 ～ 7 5 c m
	安心フィットM	ヒップ	7 0 ～ 9 5 c m
	安心フィットL	ヒップ	9 0 c m 以上

## 緊急通報システム貸与事業（問い合わせ先：健康福祉課）

### 急病ケガなどの緊急時に

緊急通報装置とペンダント型送信機を、次の方を対象にお貸ししています。

- ① **対象者**：おおむね65歳以上の1人暮らしの方で、緊急時に連絡する方がいない方

※もしものときに安否確認等の協力をお願いできる協力者2名が必要です。

- ② **24時間いつでも利用できます。**

緊急時には、看護師が様子をお聞きして救急車の出動要請をします。

- ③ **必要に応じて、協力者の方に連絡して様子を見ていただきます。**

※協力者の方の負担は軽く、めったに手間をおかけしません。

- ④ **健康や医療に関する相談など、いつでもお気軽にご利用いただけます。**

- ⑤ **料金**：無料

●業務は、安全センター株式会社が行います。



## はり、きゅう等施術利用助成（問い合わせ先：健康福祉課） 1,000 円の利用券が月 2 枚分

はり、きゅう、あん摩、マッサージまたは指圧の施術を利用する方に施術に要した費用の一部を助成します。

- ① **対象者**：65 歳以上の方
- ② **助成額**：1 回につき 1,000 円
- ③ **助成方法**：利用券を月 2 枚分配付します。

例 9 月から助成を受けた場合  
9 月から 3 月まで 7 ヶ月ですので  
7 ヶ月×2 枚で 14 枚の利用券を  
配付します。（翌年度 4 月以降は  
新たに申請していただく必要が  
あります。）



利用券 1,000 円

※ はり、きゅう、あん摩、マッサージ、指圧の  
施術費用は、施術の種類等により異なります。  
詳しくは、施術院等にお問い合わせください。

## 生きがいデザイナー事業（問い合わせ先：健康福祉課）

### さわやかクラブ

介護保険の認定を受けていない高齢者の介護予防と「さわやかクラブ」に参加した方が学んだ知識や技術を町内各地域で普及していただくことを目的として、行っています。

- ① **対象者**：介護保険の認定を受けていない60歳以上の方で自力で通える方（送迎はありません。）
- ② **開催日時及び会場**：  
**毎週火曜日** 酒々井町社会福祉協議会  
（酒々井町中央台）  
**毎週水曜日、金曜日** 酒々井町隣保館  
（酒々井町本佐倉）
- ③ **定員**：各曜日とも定員30名
- ④ **内容**：趣味等の生きがい活動、健康体操、ゲーム等
- ⑤ **応募方法**：健康福祉課にお申し込みをいただきます。
- ⑥ **料金**：無料（材料費等のみ実費を負担していただきます。）



## 2市1町SOSネットワーク（問い合わせ先：健康福祉課）

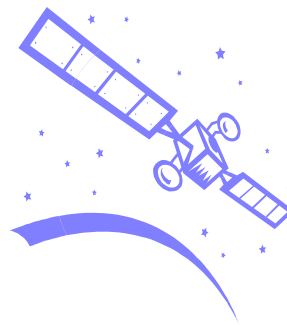
### 位置情報提供装置

ポケットやバックに装置を常時装備しておくことで行方不明となった場合にGPS（人工衛星を利用した位置測定システム）により位置確認のできる装置を利用するための初期費用の一部を助成します。

- ① **対象者**：知的若しくは精神的な原因により行方不明になる恐れがある方  
又はその介護者及び保護者
- ② **補助対象**：専用機器の加入料
- ③ **助成限度額**：1万円  
（1万円未満の場合にはその実費、  
1万円以上の場合、1万円を  
限度とし1回限りの助成です）
- ④ **利用方法等**：GPS位置情報サービスを  
契約される前に、町健康福祉課に必ず相談  
していただき、申請手続きを行ってください。

※毎月々の使用料に対する助成はありません。

「2市1町」とは、佐倉市、八街市、酒々井町のことを言います。



## 成年後見人制度利用支援事業（問い合わせ先：健康福祉課）

町が成年後見申請した成年後見制度を利用する65歳以上の方、知的障害者又は精神障害者で生活保護者や成年後見人等に対する報酬金額を支払うことにより生計の維持が困難になると認められる方に成年後見人等の報酬の一部を助成します。

- ① **対象者**：町が成年後見申請した成年後見制度を利用する65歳以上の方、知的障害者、精神障害者で生活保護者や成年後見人等に対する報酬金額を支払うことにより生計の維持が困難になると認められる方
- ② **補助対象**：成年後見人等の報酬
- ③ **助成限度額**： 在宅者： 月額28,000円(上限)  
施設入所者：月額18,000円(上限)
- ④ **利用方法等**：町健康福祉課に相談していただき、申請手続きを行ってください。

## 救急医療情報キットの配布（問い合わせ先：健康福祉課）

緊急時に救急車の救急隊員に医療情報や緊急連絡先を伝達する「救急医療情報キット」を配布します。

- ① **対象者**：町内に住民登録している  
75歳以上の一人暮らし世帯  
75歳以上の方だけで構成される世帯等
  
- ② **利用方法等**：緊急連絡先や医療情報、お薬手帳のコピーなどを保管するカプセルを冷蔵庫に備えてください。



## 家具転倒防止器具等取付補助金（問い合わせ先：健康福祉課）

地震に備え、家具転倒防止器具の購入や取付費用に対して補助金を交付します。

- ① **対象者**：町内に住民登録している  
75歳以上の一人暮らし世帯  
75歳以上の方だけで構成される世帯等で世帯主の方。
- ② **補助対象**：家具転倒防止器具の購入費・取付費
- ③ **助成限度額**：1万円を上限
- ④ **利用方法等**：器具を購入・契約される前に、町健康福祉課に必ず相談し、補助申請手続きを行ってください。

## 社会福祉協議会の事業

社会福祉協議会は、地域の皆様のほか社会福祉関係者、保健・医療・教育等の関係機関の参加協力のもと、地域の人々が住み慣れたまちで安心して生活することができる追う様々な活動を行っています。

### ワンコインサービス（問い合わせ先：社会福祉協議会）

日常生活の「ちょっとした困りごと」を、地域の登録ボランティアが代わりに行う、有償のボランティアサービスです。利用料金の目安として、15分程度の軽作業は100円、30分程度の軽作業は500円です。

### 給食サービス（問い合わせ先：社会福祉協議会）

70歳以上のひとり暮らしの方を対象に、ボランティア「菜のはな会」の皆さんが、原則として月3回（第1，3，4木曜日）手作りの昼食を無料で配達します。

## **生活援助用具貸出**（問い合わせ先：社会福祉協議会）

身体の不自由な方に介護用品（車いす・電動ベッド等）を無料で6か月間貸し出しをしています。

ただし、介護保険制度の対象となる方は、制度が優先されます。  
（\*在庫に限りがありますので、事前にお問合せください）

## **生活援助用具購入助成**（問い合わせ先：社会福祉協議会）

生活に必要な補助用具の購入に対し、1世帯につき年1回の助成を実施しています。

（限度額5万円・補助率2／3・助成件数に限りがあります。）

## **しすいふれ愛タクシー**（問い合わせ先：社会福祉協議会）

自宅から目的地まで乗合タクシー方式で運行しています。利用にあたっては事前登録、予約が必要です。料金（片道）町内（さくら斎場含む）300円町外（成田赤十字病院・日医大千葉北総病院）直通500円

## **日常生活自立支援事業（問い合わせ先：社会福祉協議会）**

在宅で日常生活を送る上で、お金の管理が不安になってきた方や高校料金等の支払いが困難になってきた方のためにお金の管理や支払いを代行する優勝の福祉サービスです。

## **ふれあいサロン「かざぐるま」（問い合わせ先：社会福祉協議会）**

誰もが気軽に集まれる場を傾聴ボランティア「かざぐるま」の協力により社会福祉協議会 2階に開設しています。お茶を飲みながら楽しくお話をしたり、友達づくりができる地域のお茶の間です。

毎月第1金曜日午前10時から午前11時30分まで

## **各種貸付事業（問い合わせ先：社会福祉協議会）**

低所得者、高齢者、障害者等の世帯を対象に必要な資金を低利で貸し付ける制度です。

- ・ 善意銀行・生活福祉資金・高齢者及び重度障害者居室等増改築、改造資金

## 地域包括支援センターの事業

地域包括支援センターとは、地域住民の心身の健康の維持、生活の安定、健康・福祉・医療の向上と増進のため必要な援助、支援を包括的に担う地域の中心的機関です。ご相談は全て無料です。

### 介護予防ケアマネジメント（問い合わせ先：地域包括支援センター）

介護予防の相談や介護予防ケアプランの策定などを行います。

### 総合相談・支援（問い合わせ先：地域包括支援センター）

介護保険だけでなく、様々な制度や地域資源を利用した総合的な支援を行います。

### 権利擁護、虐待の早期発見・防止（問い合わせ先：地域包括支援センター）

高齢者の人権や財産を守る権利擁護事業の拠点として成年後見制度の活用促進や虐待の早期発見・防止を進めます。

### 介護予防サークル「月曜会」（問い合わせ先：地域包括支援センター）

介護予防教室を卒業した方が自主的に活動しています。社会福祉協議会2階で、講師の指導の下、1人ひとりの体力にあわせて体操をしています。

## お問い合わせ先

**健康福祉課・税務住民課国保班**

**酒々井町中央台4丁目11番地（酒々井町役場内）**

**電話番号 043（496）1171（代）**

**FAX 043（496）4541**

**保健センター**

**酒々井町中央台4丁目10番地1**

**電話番号 043（496）0090**

**FAX 043（496）8453**

**酒々井町社会福祉協議会**

**酒々井町中央台1丁目28番地8**

**電話番号 043（496）6635**

**FAX 043（496）5245**

**酒々井町地域包括支援センター**

**酒々井町中央台1丁目28番地8（酒々井町社会福祉協議会  
と同じ建物内）**

**電話番号 043（481）6393**

**FAX 043（496）1990**