


スポーツ習慣化促進事業
スポーツで身も心もリフレッシュ!



町指定のスポーツで生活習慣の改善を行う人に、くずまき商品券で助成金を交付します。

- ▶ **対象者** 町内に居住の満18歳以上の町民 (高校生を除く)
- ▶ **対象スポーツ**
 - ①ウォーキング (10kmごとに500円/15,000歩ごとに500円)
 - ②ランニング (10kmごとに500円)
 - ③サイクリング (50kmごとに500円)
- ▶ **交付上限額**
 - ①ウォーキングとランニング (合計) 1万円
 - ②サイクリング 1万円
- ▶ **手続き** 健康福祉課で配布している申請書に必要事項を記入、活動を記録したスマートフォンアプリなどと本人確認書類を提示してください。
 健康福祉課 ☎65-8991

町食生活改善推進員協議会から
食生活などの健康づくりに
ついて一緒に学びませんか?

町食生活改善推進員協議会では、食生活を中心に、家庭や地域で健康づくりを推進する食生活改善推進員養成講座を開催します。

- ▶ **対象者** 町内居住者 (性別は問いません)
- ▶ **募集人数** 10人
- ▶ **場所** くずま～る
- ▶ **内容** 調理実習や講義など全6回コース
 【日時】 いずれの回も10:00～15:00
 - ・第1回 6月26日(金)
 - ・第2回 7月7日(火)
 - ・第3回 7月16日(水)
 - ・第4回 7月30日(木)
 - ・第5回 8月4日(火)
 - ・第6回 8月21日(金)
- ▶ **申込期限** 6月5日(金)
 健康福祉課 ☎65-8991




▲ブロックを積み上げるゲームで頭の体操を楽しみました

くずまきおれんじカフェが4月16日、町高齢者福祉センターで開催され、会場内は多くの参加者でにぎわいました。

参加者たちは、誰でも簡単に楽しめるパズルゲームや茶道体験、認知症サポーターのマスコットキャラクター・ロバ隊長のぬいぐるみを手作りするなど、楽しいひとときを過ごし、笑顔の溢れる1日となった様子でした。

次回のおれんじカフェ
 5月14日(木)10:00～12:00 町高齢者福祉センター

高齢者等外出支援事業
タクシー利用料金を
助成します



- ▶ **対象者**
 - ・75歳以上(昭和27年4月1日以前に生まれた人)
 - ・運転免許証を返納した人
 - ・身体障害者手帳1級および2級の交付を受けている人、3級から6級の交付を受けていて、視覚、下肢、体幹のいずれかに障がいのある人
 - ・精神障害者手帳1級および2級の交付を受けている人
 - ・療育手帳の交付を受けている人
- ▶ **助成金額** タクシー料金の8割
 ※1回の利用料金が1,000円以上の場合、タクシー利用助成券を1枚利用できます。
- ▶ **タクシー利用助成券** 助成券は1カ月につき4枚交付します。身分証明書を持って、健康福祉課で手続きしてください。
 健康福祉課 ☎65-8992

広報4月号(14号)の掲載内容に一部誤りがありました。訂正してお詫びいたします。

知って安心! **介護保険** **制度**

高齢により、体の衰えや認知症などの病気で生活のお手伝いが必要になったとき、デイサービスやヘルパー、福祉用具のレンタルなどの介護サービスが利用できます。サービスを受けるには要介護認定を受け、担当のケアマネージャーが付くとケアプランが作成され、初めてサービスを利用できます。 健康福祉課 ☎65-8992

どんな時に介護申請するの?

- ・歩行に不安を感じ、杖や歩行器が必要になるとき
- ・体調不良や入院などがきっかけで心身が衰え、調理、掃除、ごみ捨てに手伝いが必要になったとき
- ・1人での生活が難しく、施設への入所を希望するとき など

サービスを利用するか迷うときは・・・

地域包括支援センター

にご相談ください!



介護保険申請の流れは?

①相談・申請

サービスを利用するには「要介護認定」を受けなければなりません。申請の前に地域包括支援センターにご相談ください。



②認定調査(自宅訪問)

申請後、調査員が訪問し本人とその家族から普段の心身状態についてお聞きします。(訪問時間は30分から60分程度)



③主治医意見書

医学的見地から、認知症の有無や介護の内容について記入します。本人による手続きは不要ですが、意見書作成のための受診が必要な場合があります。



④介護度の決定

認定調査や意見書の結果を基に保健、医療、福祉の専門家などが審査会を開き、どの程度の介護が必要かを審査します。



⑤認定結果とケアマネージャーの決定

認定結果が出ると介護度が印字された「被保険者証(緑)」が届きます。いつ、どのくらいサービスを利用したいかを踏まえ、担当のケアマネージャーと一緒にケアプランを作成します。施設入所を希望する場合はケアマネージャーは付きません。本人または家族が入所したい施設へ直接ご相談ください。



ご活用ください!
 高齢者・ご家族の「なんでも相談窓口」

地域包括支援センター

私たちにご相談ください!



「介護」「健康」「生活の困りごと」「家族の悩み」など、小さなことでも気軽に地域包括支援センターへご相談ください。

高齢者の健康状態や生活状況の確認のため、町内2カ所の在宅支援センター職員がご自宅を訪問します。

- ・葛巻町在宅介護支援センター (誠心会)
- ・在宅介護支援センターくずまき (敬仁会)

【職員の対応について】

- ◆調査員証を提示します。
- ◆電話の際は必ず「〇〇センターの〇〇です」と名乗ります。