

# いきいき生活手帳

誰もが住み慣れた“大子町”で自分らしく生活するために



令和7年4月 改訂

社会福祉法人 大子町社会福祉協議会  
(大子町生活支援・介護予防体制整備推進協議会)

## 【概要】

住み慣れた地域で生活を送るためには、「公助（公的サービス）」に加えて「互助（地域が共に支え合う力）」と「自助（自分自身が自分を助ける力）」が相互に機能することが必要です。つまり「公助」や「自助」だけでは対応できない課題が多くあり、こうした課題に対応できるのは「住民、地域の支え合い（互助）」です。

この「いきいき生活手帳」は太子町にある“社会資源”“地域資源”の情報を集めたものです。

この冊子は、誰もがいつまでも住み慣れた地域で、自分らしく安心して生活するための生活支援を目的に作成しています。

## 目次

<b>1 お役立ち情報</b>	
(1) 在宅生活で困ったとき（家事のお助け・出張ヘアカット 等）	P. 1～2
(2) 高齢者見守り支援（緊急通報システム・安心箱 等）	P. 3～4
(3) 買い物代行（河内屋の配達・魚作 等）	P. 5
(4) 身体の調子を整える（整骨院）	P. 5
(5) 外出時の交通手段（タクシー助成券・たくまる・ケアタクシー 等）	P. 6
(6) 福祉・認知症関係（介護用品事業・福祉車両貸出し・認知症相談 等）	P. 7～8
<b>2 生きがいづくり情報</b>	
(1) サロン活動一覧	
地域型	P. 9
中央型	P. 10
(2) 太子町老人クラブ一覧	P. 11
(3) 健康づくり	P. 12
<b>3 連絡先情報</b>	
(1) 相談機関一覧	P. 13
(2) 医療・福祉機関一覧	P. 14
(3) 高齢者福祉に関すること	P. 15

## 【おねがい】

町内全ての情報を網羅しているわけではありません。

また、掲載されている情報は、令和6年度時点のものですので、現在は変更されている場合があります。

ご利用の際には、新しい情報を直接お問い合わせを確認ください。

※この冊子に出てくる高齢者とは65歳以上です。

【問合せ】 いきいき生活手帳に関する詳しいことについて  
社会福祉法人 太子町社会福祉協議会  
電話：72-2005

# 1 お役立ち情報

(1) 在宅生活で困ったとき

※高齢者とは65歳以上

名称	営業時間	内容
<b>大子町シルバー 人材センター</b>  79-1222 池田 2559-1 (旧 池田保育園)	午前8時30分～ 午後5時00分  <b>定休日</b> 土・日・祝日	<b>対象者</b> どなたでも 屋外作業(除草 畑仕事 墓掃除等)や家財処分 障子、網戸張り 塗装 茶刈り 毛筆 等 ※まずは利用内容を相談
<b>ニューホワイト</b>  72-2709 大子 848-5  	午前9時00分～ 午後8時00分  <b>定休日</b> 日・祝日	<b>対象者</b> どなたでも ・衣類等のクリーニング ・絨毯、カーテン、布団カバーのクリーニングの集配 ・室内掃除(ハウスクリーニング)・草刈り ※料金については問い合わせ
<b>トップ クリーニング 池田店</b>  72-5775 タイラヤ店内	午前9時00分～ 午後7時00分 ※土曜 午後5時00分まで ※1月～3月 午後6時00分まで  <b>定休日</b> 木曜日	<b>対象者</b> どなたでも ・衣類等のクリーニング 9・19・29日はクリーニング代金 2割引き (Yシャツ、ニット類、着物、祭類、布団、革製品は 除外品) ・おおよそ3,000円の料金になれば配達無料 (割引は対象外)
<b>スズメバチ等の巣 駆除事業</b>  76-8802 大子町役場 生活環境課  	午前8時30分～ 午後5時15分  <b>定休日</b> 土・日・祝日	住宅またはその敷地に営巣しているもので、巣の周 囲おおむね10メートル以内に複数の方が日常的に立ち 入る可能性が高く、かつ危険性が高い場合、駆除業者 がスズメバチまたはアシナガバチの巣を駆除。  <b>対象</b> 土地等の所有者または管理者 ※店舗、事業所等は対象外  <b>料金</b> 事業対象の場合は無料
<b>出張ヘアカット</b> <b>美容組合代表</b>  72-4354 <b>理容組合代表</b>  72-0800  	自宅に出張してカットを希望の場合は、美容・理容組合の代表番号へお問い合わせ。 ※お店の指定は不可  <b>対象</b> どなたでも	
<b>食の自立支援事業 (配食サービス)</b>  72-1175 大子町役場 地域包括支援センター  	相談窓口 午前8時30分～ 午後5時15分  <b>定休日</b> 土・日・祝日	栄養管理が必要で調理が困難な方に、栄養のバランス がとれた食事(弁当)を提供するサービス。配達の際 に安否確認実施。 ※委託業者(配達店)により利用できない曜日あり。  <b>対象</b> ・ひとり暮らし高齢者世帯 ・高齢者のみの世帯またはこれに準ずる世帯に 属する高齢者  <b>料金</b> 1食当たり400円負担  ※申請から利用開始まで1週間程度かかる。 ※訪問調査結果によっては利用が出来ない場合あり。

## 地域支え合いサービスセンター「さとも」事業



○地域支え合いサービスセンター「さとも」とは？

日常生活上の負担を少しでも軽くするために、「ちょっと手を借りたい」と思っている方（利用会員）を対象に、お手伝いをしてくれる方（協力会員）が自宅に訪問し、簡単な家事援助を定額料金で提供する事業です。

支援内容や日程等の調整は社会福祉協議会が間に入って行います。

【対象】 大子町に住所を有する方  
（利用会員） 高齢者や身体の不自由な方  
（協力会員） 年齢の定めはありません。

### 【サービス内容】

- ・ 食事の準備、片付け      ・ 衣類の洗濯、補修      ・ 住居内の掃除、整理整頓
- ・ 生活必需品等の買い物代行      ・ 外出時の付添い
- ・ その他会員間で行うことがふさわしい支援

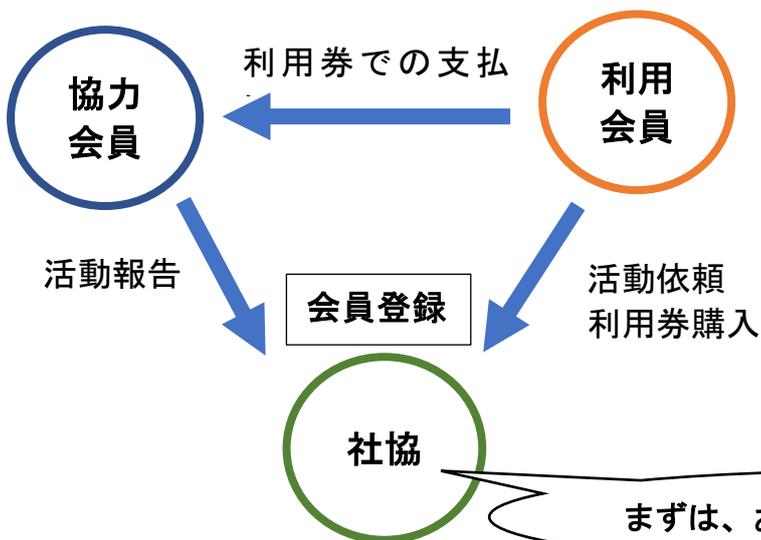
※屋外の作業（草引き等）や、協力会員の運転移動はできません。

### 【利用時間・料金】

- ・ 午前 9 時 00 分～午後 5 時 00 分まで（12/29～1/3 を除く）
- ・ 1 時間ごと 300 円

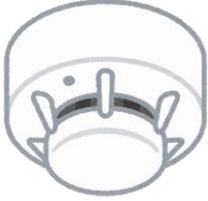
※10 枚つづりの利用券を購入します。

### ご利用の流れ



### 【問合せ先】

大子町社会福祉協議会 ☎ 72-2005  
（大子町文化福祉会館「まいん」内）  
窓口受付 午前 8 時 30 分～午後 5 時 15 分（土・日・祝日・年末年始を除く）

<p>名 称 連絡・申請先/住所</p>	<p>内 容</p>
<p><b>緊急通報システム (固定電話に設置)</b></p> <p>☎ 72-1135 太子町役場 福祉課</p>	<p>急病、生活面での相談等による通報に対して、24 時間 365 日対応。 月に 1 度、コールセンターより利用者の体調確認（お元気コール）がある。</p> <p><b>対象</b> ・ひとり暮らし高齢者世帯 ・高齢者のみの世帯 （世帯員のいずれかが要介護、 要支援認定者） ・ひとり暮らしの重度障がい者</p> 
<p><b>救急医療情報キット</b></p> <p>☎ 72-1135 太子町役場 福祉課</p>	<p>必要な医療情報を記入して、所定の場所（冷蔵庫内）に保管し緊急時に救急隊員がその情報を把握することができる。 ⇒筒状のケースに情報用紙を入れ 共通認識の場所に保管</p> <p><b>対象</b> ひとり暮らし高齢者世帯 （高齢者世帯など、心配な世帯 も配付可能）</p> 
<p><b>高齢者等住居用 火災警報器配置事業</b></p> <p>☎ 72-1135 太子町役場 福祉課</p>	<p>火災警報器の設置が必要な場所（寝室）へ町が 依頼し、シルバー人材センターが設置する事業。</p> <p>※事業での設置は条件あり （町民税非課税世帯で次の要件に該当する方）</p> <p><b>対象</b> ・ひとり暮らし高齢者世帯 ・高齢者のみ世帯 ・障がい者のいる世帯</p> 
<p><b>安心箱配付事業</b></p> <p>☎ 72-2005 太子町社会福祉協議会</p>	<p>緊急時の入院や災害時の避難等に備えてまとめて置く箱の配付 ⇒配付箱：衣装ケース、緊急連絡先等記入表、バスタオル その他個人で必要なもの（保険証コピー、着替え、歯ブラシ等）</p> <p><b>対象</b> おおむね 75 歳以上のひとり暮らしの高齢者世帯</p> <p><b>申請</b> 民生委員を通して申込み</p> 

名 称 連絡・申請先/住所	内 容	
<p><b>郵便局のみまもりサービス</b></p> <p>☎ 0120-23-28-86 ☎ 0570-046-666 (携帯電話・通話料有料) または、お近くの郵便局まで問い合わせ</p>	<p>ひとり暮らし高齢者世帯への訪問や電話によるみまもりサービス</p> <p>① 訪問サービス 月1回30分程度、郵便局員が自宅を訪問。その時の様子を家族等へメールまたは郵送で報告。</p> <p>② でんわサービス 365日、自動音声で体調状況をボタンで返答。その結果を家族等へメールで報告。</p> <p><b>有料</b> 金額については問い合わせ</p>	
<p><b>太子町徘徊高齢者等 SOS ネットワーク事業</b></p> <p>☎ 72-1135 太子町役場 福祉課</p>	<p>認知症高齢者等が徘徊により行方不明者となった際に早期発見・保護に繋げる。 (関係機関等によるネットワーク)</p> 	
<p><b>茨城県おかえりマーク</b></p> <p>☎ 72-1135 太子町役場 福祉課</p>	<p>認知症等により徘徊行動の見られる者又は、徘徊のおそれのある者が行方不明となった場合の早期発見及び身元確認時の目印マーク マークに記載されている番号から身元確認可能</p> <p>※普段身につけている物に貼り付け</p>	
	<p>① シールタイプ (防水反射材)</p> 	<p>② 布性タイプ (アイロン接着仕様)</p> 
<p><b>あんしんコール事業</b></p> <p>☎ 72-2005 太子町社会福祉協議会</p>	<p>ボランティアがひとり暮らし高齢者の自宅へ電話をかけ、日々の出来事などのお話しする見守り活動</p> <p><b>対象</b> ひとり暮らし高齢者世帯または高齢者世帯</p> <p><b>利用日</b> 週1回 月・水：午前 金：午後</p> 	

(3) 買い物代行



名 称 連絡先/住所	内 容
<b>河内屋</b> (総合食品スーパー)  ☎ 72-0051 太子 706-1	電話注文、店頭購入した商品の配達  <b>内容</b> 午前中に電話注文もしくは店頭で購入 ※町内であれば1軒からでも可能  <b>料金</b> 税別 3,000 円以上の買い物で配達無料  <b>営業時間</b> 午前 9 時 00 分～午後 6 時 30 分  <b>定休日</b> 日曜日 (年末年始、お盆の特別営業日を除く)
<b>魚作</b>  ☎ 72-0056 太子 332-2	お弁当(日用品)の配達サービス  <b>内容</b> お弁当を注文した時に日用品等の買い物を依頼可能 ※日用品のみ依頼したい時は要相談  <b>料金</b> 問い合わせ

(4) 身体の調子を整える

名 称 連絡先/住所	内 容
<b>羽石整骨院</b>  ☎ 72-0139 太子 794-1	<u>保険施術(予約優先) 一定の条件を満たす場合に適用</u>  骨折・脱臼・打撲・捻挫・挫傷(肉離れ・筋違い)等 負傷原因がある方 ※各種健康保険・交通事故・労災・生活保護 取扱い  <u>保険外施術(予約優先)</u>  上記一定の条件を満たさない場合  <u>体全体のゆがみ調整施術(予約施術) 体のメンテナンス</u>  <b>受付時間</b> 平 日 午前 8 時 30 分～午前 11 時 30 分 午後 2 時 00 分～午後 6 時 30 分 土曜日 午前 8 時 30 分～午前 11 時 30 分  <b>休 診</b> 日曜日・祭日  <b>ホームページ</b> <a href="https://www.ekiten.jp/shop_4678606/">https://www.ekiten.jp/shop_4678606/</a>

(5) 外出時の交通手段



**大子町タクシー利用助成事業**

町では、自動車を運転することができない高齢者や障がい者を対象に「タクシー利用助成券」を交付しています。

内容	大子町に住所があり、自動車を所有していない又は保有しているが運転できない者。 【助成額】4分の3助成（例：運賃が1,000円の場合 ⇒ 自己負担は250円）	
交付	助成券（カード）を交付（年72回利用可能）	※郵送配付
申請先	大子町役場 まちづくり課（☎72-1131） 各コミュニティセンター	町民課（☎72-1112）

**ケアタクシー**

名称 連絡先/住所	内容
<p><b>古谷ケアタクシー</b></p> <p>☎72-3016 袋田 1493-3</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>乗降時の介助も可能。 ※運転手ヘルパー取得者 ※付添い者も乗車可能</li> <li>回転シート（助手席）やスロープ完備 車椅子の貸し出しも可能</li> </ul> <p><b>料金</b> 初乗り 約740円（2km内） ※乗車場所までの距離も含まれます。</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;">   </div>

**平日AI乗合タクシーたくまる**

複数の利用者を「乗り合い」にして運行しているタクシーです。

予約方法	電話やインターネットから予約（3日前から予約可能）。 予約内容：乗車場所、人数、希望時間 <b>電話</b> 当日の午前8時30分から午後5時00分 （予約専用番号：090-7209-4152） <b>インターネット</b> <a href="https://www.town.daigo.ibaraki.jp/page/page005024.html">https://www.town.daigo.ibaraki.jp/page/page005024.html</a>		
乗車場所	登録されている場所に限る。（主に路線バスまたはみどり号のバス停） ※個人のお宅や登録がない場所へは停車不可。		
料金	1人につき1回	小学生～高校生・障がい者および介助者（1人まで）	未就学児
	昼間 300円 夜間 500円	昼間 100円 夜間 200円	無料
運行日時	昼間 午前9時00分から午後5時00分まで 夜間 午後5時00分から午後11時00分まで（土、日、祝日の前日のみ運行） ※年末年始（12月29日～1月3日）は運休		
問合せ先	大子町役場 まちづくり課 ☎72-1131		



## (6) 福祉関係



### 介護用品（紙おむつ等）事業

介護用品を使用している高齢者や障がい者（児）の経済的負担を軽減するため介護用品事業を行います。

対象者	町内に住所を有し、介護保険施設に入所していない方（入院中は除く）で <u>要支援 2 以上</u> または、 <u>障害者手帳</u> 、 <u>難病指定</u> を受けている方
対象となる介護用品	①紙おむつ ②尿取りパッド ③使い捨て手袋 ④清しき剤 ⑤ドライシャンプー ⑥おしりふきタオル ⑦介護シート
事業内容	上限額 4,000 円／月 8,000 円／月（要介護 5 等）
	<b>必要な介護用品をカタログから選んで、電話注文後に商品を宅配</b> ○申請後の更新は不要 ○現金のやり取りなし  ※原則、宅配のみとなりますが、入院中の介護用品代等については、購入費助成の対象となります。なお、上限額については宅配で利用分を含めた月の上限額となります。
申請先 問合せ先	大子町社会福祉協議会 住所：大子町大子 722-1（文化福祉会館「まいん」内） ☎ 72-2005

### 車いす対応福祉車輛（運転手は付きません）

車いすに乗ったまま乗車することが可能な車の貸し出し。

利用方法	事前予約が必要（初回のみ申請・操作説明・運転免許証のコピーが必要） まずは電話にて車の利用状況を確認 ※土日でも貸し出し可能（12/29～1/3 を除く） ※車いすが必要な場合は要相談		
対象者	利用者が町内在住	乗車可能人数	7名 （うち車いす 1 台）
料金	無 料 病院受診や施設から自宅までの送迎等 ※娯楽等外出に利用する際は燃料満タンでの返却		
問合せ先	大子町社会福祉協議会 ☎ 72-2005		



### 在宅介護用品（福祉用品）貸出事業（運搬については各個人）

病気やけが等で短期間介護用品が必要となった方を対象に貸し出し。

利用方法	事前予約が必要 まずは電話にて介護用品の在庫確認 ※基本的に貸し出しは平日のみ
貸出用品	車いす・介護用ベッド（電動ベッドあり）
対象者	利用者が町内在住 ※ <u>介護保険制度等でレンタルができない方</u>
料金	無 料
問合せ先	大子町社会福祉協議会 ☎ 72-2005



(6) 認知症関係

名 称 連絡先/住所	内 容
<p><b>D カフェ (認知症カフェ)</b></p> <p>☎ 72-1175            大子町役場            地域包括支援センター</p>	<p>認知症や認知症予防に関する様々な活動を実施            介護・医療等の専門スタッフがおり、介護や認知症に関する相談も対応</p> <p><b>対象</b> どなたでも (大子町在住の方・認知症の方とその家族など)</p> <p><b>内容</b> 月1回            ・講師を招いて色々な行事の実施            ・体操・音楽鑑賞など</p> <p><b>場所</b> 大子町文化福祉会館「まいん」 他</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;">   </div> <p style="text-align: center;">認知症体験 (VR)</p>
<p><b>物忘れ (認知症) 相談</b></p> <p>☎ 72-1175            大子町役場            地域包括支援センター</p>	<p>物忘れや認知症に関する相談会</p> <p><b>対象</b> ・物忘れが気になる方            ・認知症状がある方を介護されている方</p> <p><b>料金</b> 無料</p> <p><b>内容</b> 月1回</p> <p><b>担当</b> 地域包括支援センター            志村大宮病院認知症疾患医療センター            栗田病院認知症疾患医療センター</p> <p><b>場所</b> 大子町役場</p> <div style="text-align: right;">  </div>
<p><b>認知症サポーター 養成講座</b></p> <p>☎ 72-1175            大子町役場            地域包括支援センター</p>	<p>認知症サポーターとは、認知症に対する正しい知識と理解を身につけ、認知症の人やその家族を応援する人 (オレンジ色のリングの交付)</p> <p><b>対象</b> どなたでも</p> <p><b>料金</b> 受講料無料</p> <p><b>内容</b> DVD・講義・寸劇            (約1時間30分程度の研修)</p> <p>※受講を希望する場合は、問い合わせが必要</p> <div style="text-align: right;">  </div>

## 2 生きがいづくり情報

### (1) ふれあいいいききサロン

お茶のみをしながら気軽に  
話せる集いの場です♪



#### 小地域型サロン

<主な活動内容> サロンによって様々です

- ・交流会 (茶和会、新年会、忘年会、散策 など)
- ・健康づくり (グラウンドゴルフ、健康教室 など)
- ・勉強会 (講師を呼んで生活に役立つ勉強)

名称	活動場所	活動日
近町ふれあいいいききサロン	近町公民館 (大子町大子 1330-27) 【活動】グラウンドゴルフ 等	第1 金曜日 第3 土曜日
町付地区いきいきサロン	黒沢コミュニティセンター (大子町町付 910-1) 【活動】室内レクリエーション・勉強会 等	第3 火曜日
いきいきサロン前冥賀	前冥賀集会所 (大子町冥賀 245-1) 【活動】茶話会・サロン畑整備 等	月1回
いきいきサロンなませ	生瀬コミュニティセンター (大子町高柴 1982) 【活動】室内レクリエーション (体操・輪投げ) 等	第2 火曜日
清流若葉サロン	町内施設のグラウンドゴルフ場 【活動】グラウンドゴルフ	月4回
元気アップ下小川	下小川コミュニティセンター (大子町西金 381) 【活動】グラウンドゴルフ・輪投げ・勉強会 等	月1回



みんなで集まって  
“お茶のみ”したり  
“季節の行事”を行ったり、  
笑顔いっぱい楽しいです♪



いきいきサロンに「参加したい!」「見学してみたい!」  
または、自分の地域にも「気軽に集まれる集いの場を作りたい!」など是非、お問い合わせ下さい!

【問合せ先】大子町社会福祉協議会 ☎ 72-2005

## 中央型サロン 【場所：大子町文化福祉会館「まいん」】

- ・全地域住民を対象としており、誰でも参加できるサロンです。
- ・参加費は無料（材料費や準備品など料金がかかる場合があります）



名 称	内 容	活動日
ダンスくらぶ	男女でペアになって社交ダンス	毎週 火曜日 午後 1 時 30 分～午後 3 時 30 分
絵手紙くらぶ	自由に作品を作成	毎週 火曜日 午後 1 時 00 分～午後 3 時 00 分
書道くらぶ	講師に助言をいただきながら自由に作品を作衛 臨池会の昇級も取得可能	第 2 金曜日 午前 9 時 00 分～午前 11 時 00 分
うたごえくらぶ	カラオケセットを利用し、好きな歌を歌う	第 2・4 木曜日 午前 9 時 00 分～午後 12 時 00 分
手芸くらぶ	個人で作品を作成	第 3 金曜日 午前 9 時 00 分～午後 12 時 00 分
囲碁くらぶ	当日集まった参加者で対局	毎週 月・金曜日 午後 1 時 00 分～午後 5 時 00 分
童謡くらぶ	カラオケセットを利用し、童謡をみんなで合唱	第 3 水曜日 午前 9 時 00 分～午後 12 時 00 分
将棋くらぶ	当日集まった参加者で対局	毎週 木・日曜日 午後 1 時 00 分～午後 5 時 00 分
いきいき ヘルス体操教室	シルバーリハビリ体操指導士が、寝たり座ったりする日常生活に必要な動作の訓練にもなる「いきいきヘルス体操」や「いきいきヘルスいっぱつ体操」を実施	毎週 木曜日 午後 1 時 30 分～午後 3 時 00 分



いきいきサロンに「参加したい!」「見学してみたい!」方は是非、お問い合わせ下さい!

【問合せ先】大子町社会福祉協議会 ☎ 72-2005

## (2) 大子町老人クラブ 一覧



各地区に老人クラブがあります。活動内容はクラブによって様々ですが、それぞれが得意分野を活かし、おもしろを持って、いきいきとクラブ活動に励んでいます。  
ぜひこの機会にお住まいの地域の老人クラブへ足を運んでみてください♪

地 区		名 称	地 区		名 称
大 子	大 子	大子A組	宮 川	矢 田	老人クラブ矢田むつみ会
		大子B組	生 瀬	大生瀬	大生瀬長寿会
	浅 川	内大野		内大野老人クラブ	
	山 田	高 柴		高柴老人クラブ高東会	
	上 岡	上岡住吉会	袋 田	袋 田	川西老人クラブ
	池 田	池田シニアクラブ寿会		所谷長寿会	
依 上	芦野倉	芦野倉長寿会	北田気	北田気千歳会	
佐 原	左 貴	左貴本郷長命会	上小川	頃 藤	上小川シニアクラブ
黒 沢	上 郷	上郷長寿会	下小川	西 金	慈峰会
	中 郷	中郷みのり会			
	上野宮	上野宮第一長寿会			

### 新会員募集！！

沢山の仲間づくりのきっかけに是非ご参加ください。

【問合せ先】大子町老人クラブ連絡協議会  
事務局：大子町社会福祉協議会（☎ 72-2005）



(3) 健康づくり

※高齢者とは 65 歳以上

名 称	内 容	活動場所／実施日
<p><b>だいき健康 アドバイザーによる 健康教室</b></p> <p>☎ 72-6611 大子町役場 健康こども政策課</p>	<p>「健康教室」</p> <p><b>対象</b> 町民の方 生活習慣病や介護予防のための食事のアドバイス や楽しい健康体操を行う教室</p> <p><b>内容</b> 健康講話・ストレッチ レクリエーション・体操 など</p>	<p><b>場所</b> 文化福祉会館「まいん」</p> <p><b>実施日</b> 月 2 回程度</p>
<p><b>元気アップ！教室</b></p> <p>☎ 72-1175 大子町役場 地域包括支援センター</p>	<p><b>対象</b> 高齢者 各回 50 人定員</p> <p><b>内容</b> 運動を中心に、栄養や口のはたらき、認知症 予防など様々なことを学べる教室</p>	<p><b>場所</b> 文化福祉会館「まいん」</p> <p><b>実施日</b> 月に数回</p>
<p><b>町民ウォーキング</b></p> <p>☎ 72-6611 大子町役場 健康こども政策課</p>	<p><b>対象</b> 町民の方</p> <p><b>内容</b> 運動不足や筋力低下防止の ために楽しくウォーキング</p>	<p><b>場所/実施日</b> 年 2 回予定 ※お知らせ版での周知</p> 
<p><b>食生活改善推進員 による料理教室</b></p> <p>☎ 72-6611 大子町役場 健康こども政策課</p>	<p><b>対象</b> 町民の方</p> <p><b>内容</b> 行事食や郷土料理、季節の食材等を利用した 料理教室</p> <p><b>参加費</b> 無料</p>	<p><b>場所</b> 保健センター</p> <p><b>実施日</b> 年 2 回 ※お知らせ版での周知</p>

「健康づくりポイント事業」のポイントになるので、健康ポイントを貯めて記念品を手に入れましょう！



### 3 各種相談機関一覧

#### (1) 相談機関 一覧

相談内容	相談窓口（担当課等）	問合せ先
健康に関すること	大子町保健センター （大子町役場健康こども政策課）	 72-6611
不安や悩み等 こころに関すること	こころの相談 （大子町役場健康こども政策課）	 72-6611
	メンタルサポートステーション きらり	 72-5933
乳幼児の健康・育児相談 成人・高齢者の健康相談	定期健康相談 （大子町役場健康こども政策課）	 72-6611
障がいに関する相談	大子町役場福祉課	 72-1117
生活保護に関する相談	大子町役場福祉課	 72-1117
消費者問題	大子町消費生活センター （大子町役場生活環境課）	 72-1124
児童生徒の教育等に関する 相談	大子町教育支援センター （教育委員会事務局 学校教育担当）	 76-8886
日常生活の困りごと、 悩みごとの相談	大子町社会福祉協議会 （大子町文化福祉会館まいん内）	 72-2005
人権に関する相談	人権相談 （みんなの人権110番） （水戸地方法務局常陸太田支局）	 0570-003-110  0294-73-0221
行政に対する意見、 要望、苦情 等	行政相談 （総務省行政相談センター）	 0570-090-110
こころの健康や精神面の 病気に関すること	精神保健相談所 （ひたちなか保健所） （ひたちなか保健所常陸大宮支所）	 029-265-5647  0295-55-8424
ひきこもりに関すること	ひきこもり専門相談 （ひたちなか保健所） （ひたちなか保健所常陸大宮支所）	 029-265-5647  0295-55-8424

## (2) 医療・福祉機関一覧

### ○病院・診療所

施設	住所・問合せ先	
保内郷メディカルクリニック	大子町大子824	☎ 72-0179
久保田病院	大子町大子799	☎ 72-0023
慈泉堂病院	大子町大子856-1	☎ 72-1550
袋田病院	大子町北田気76	☎ 72-2371
吉成医院	大子町大子813-1	☎ 72-0555
岩佐医院	大子町大子1828-7	☎ 72-0975

### ○歯科診療所

施設	住所・問合せ先	
神賀歯科医院	大子町頃藤5115	☎ 74-0012
斉藤歯科医院	大子町大子715	☎ 72-5582
すずき歯科医院	大子町池田1229-4	☎ 72-5518
中井歯科クリニック	大子町池田1554-3	☎ 72-1800
わかまつ歯科医院	大子町大子619	☎ 79-0061

### ○主な高齢者施設等

施設	住所・問合せ先	
特別養護老人ホーム 久慈川荘	大子町北田気551-1	☎ 72-2323
介護老人保健施設 温泉リハビリセンター 虹の丘	大子町矢田93-1	☎ 72-6331
介護老人保健施設 やすらぎ	大子町大子888	☎ 72-6622
特別養護老人ホーム サングリーンピア大子	大子町頃藤4144	☎ 76-8860
グループホーム サングリーンピア大子ケアセンター	大子町頃藤4144	☎ 79-3877
特別養護老人ホーム あいおんの丘大子	大子町初原294	☎ 78-5023
養護老人ホーム 泉荘	大子町矢田1251	☎ 72-1751
住宅型有料老人ホーム やまね	大子町袋田2693-1	☎ 76-8550
住宅型有料老人ホーム ITALHome (アイタルホーム)	大子町袋田2619-1	☎ 76-8062
小規模多機能型居宅介護 関所の湯	大子町袋田2642-7	☎ 79-1126
グループホーム 蒼の風	大子町袋田2379-1	☎ 76-8455

### (3) 高齢者福祉に関すること

相談内容	相談窓口（担当課等）	問合せ先
○高齢者の方の生活相談 ○介護保険サービスについての相談等	大子町地域包括支援センター	 72-1175
介護認定について【申請窓口】 ※介護サービス、介護予防サービスを利用する際に必要	大子町役場福祉課 （高齢介護担当）	 72-1135

### 【介護保険サービスを利用するには】 まずは、相談！！

在宅での自立した生活、介護者の休養リフレッシュなど、ご本人やご家族の暮らしを支えるために様々なサービスが用意されていて、制度やサービスの内容が複雑なため、介護保険サービスを利用するには、制度を熟知した介護支援専門員（ケアマネジャー）が作成した計画が必要。

まずは、困りごとを相談して、解決方法の提案を受けましょう。

### 介護認定の種類によって相談先が異なります

要支援または、  
要介護認定の方



居宅介護支援事業所  
（ケアマネジャーのいる事業所）

要支援または、  
事業対象者の方



大子町地域包括支援センター  
 72-1175

介護の認定を  
持っていない方



介護認定の申請  
大子町役場福祉課（高齢介護担当）  
 72-1135

居宅介護支援事業所の連絡先が分からない、サービスの費用が気になるなど、お困りの場合は、大子町役場福祉課へご相談下さい。



### 【在宅で受けるサービスの一例】

訪問介護	自宅での入浴、排せつ等の介護や、その他の必要な生活支援サービスを受ける。
短期入所	施設に短期間泊り、生活全般の介護を受けます。介護者の休養、リフレッシュでも利用可能。
その他	通所介護、小規模多機能型居宅介護支援事業所 など

### 【施設入所する場合の一例】

介護老人福祉施設	おおむね、常時の介護が必要な方が生活全般の介護を受けて生活します。
介護老人保健施設	生活全般の介護を受けながら、在宅復帰へ向けたリハビリをします。
その他	有料老人ホームなど