

令和8年度版

つくばみらい市

高齢者介護予防・福祉サービスのしおり

つくばみらい市高齢者介護予防・福祉サービスのしおりは、高齢者のみなさまに元気や生きがい、社会とのつながりを持ちながらいきいきと年を重ねていただくために作成したものです。

市、および社会福祉協議会で実施している事業、サービスを掲載しております。



発行 つくばみらい市保健福祉部介護福祉課

〒300-2395 つくばみらい市福田195(伊奈庁舎)

TEL 0297-58-2111(代表)

目次

1. 介護予防に取り組みたい.....	1
(1) 地域体操クラブ.....	1
(2) シニアストレッチサークル.....	2
(3) 貯筋教室.....	3
(4) 元気アップ PLUS プログラム.....	3
(5) お手軽出前講座.....	4
(6) あたまの健康チェック.....	4
2. 地域の通いの場・集いの場.....	5
(1) ふれあいいいきサロン.....	5
(2) オレンジ(認知症)カフェ.....	5
(3) お達者クラブ.....	5
(4) 小地域会食サービス.....	6
3. 移動支援.....	7
(1) 循環バス(コミュニティバスみらい号)運賃助成.....	7
(2) デマンド乗合タクシーみらいくん.....	8
(3) 高齢者通院通所交通費助成(タクシー料金の助成).....	10
(4) 送迎サービス.....	10
(5) リフト付き自動車貸出.....	10
(6) 避難行動要支援者届出.....	11
4. ひとり暮らしの方などのために.....	12
(1) 緊急通報システム見守りサポート.....	12
(2) 救急医療情報キット配布.....	14
(3) まごころ弁当.....	14
(4) 配食サービス.....	15
(5) 年越そば配布.....	15
(6) 会食サービス.....	15
(7) つくばみらい市福祉連絡票.....	15
5. 身体状況が低下した方のために.....	16
(1) 理髪サービス.....	16
(2) 家族介護用品助成(紙オムツ等の購入費用の助成).....	16
(3) 寝具洗濯乾燥消毒サービス.....	17
(4) 有料在宅福祉サービス.....	17
(5) ごみ出し支援.....	18
(6) 福祉機器貸し出し(介護用ベッド・車椅子の貸し出し).....	18
(7) 介護マーク.....	19
6. 買い物支援.....	20
(1) 移動スーパー.....	20
(2) 買い物ぶらり旅.....	20

(3) ちょこっと買い物ツアー.....	21
7. 認知症や物忘れが心配な方のために	22
(1) 認知症高齢者等 SOS ネットワーク・認知症高齢者等見守り QR コード	22
(2) 認知症高齢者等個人賠償責任保険	22
(3) 認知症高齢者等探索支援サービス (GPS の貸し出し)	23
8. 地域での活動に興味のある方へ	24
(1) シルバー人材センター.....	24
(2) 有料在宅福祉サービス協力会員	24
(3) 高年クラブ.....	25
(4) よつわ大学	25
(5) ボランティア活動 (登録)	25
(6) 介護支援ポイント.....	26
(7) シルバーリハビリ体操指導士3級養成講習会	26
(8) シニアストレッチリーダー養成講座.....	27
9. 相談窓口	28