

5. 栃木市の高齢者向けサービス

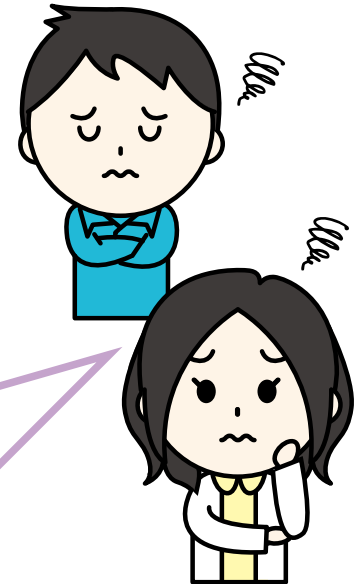
** 介護保険以外の高齢者向けサービスについて **

栃木市では、介護保険サービス以外に様々な高齢者向けサービスを実施しています。

両親が高齢になってきて、いろいろと心配だなあ…
どこに相談したらいいんだろう…？

★保健や福祉に関する相談窓口があります

地域包括支援センター	41
とちぎ権利擁護センター「あすてらす・とちぎ」	60
とちぎ市暮らしサポートセンター「くらりネット」	60
栃木市成年後見サポートセンター	61
精神保健福祉相談	65
認知症の人と家族の会	66
認知症疾患医療センター	66



足腰が弱くなって掃除や買物が大変になってしまったなあ…

★自立生活を支援するサービスがあります

軽度生活援助員派遣事業	43
ふれあい在宅福祉サービス	61
シルバー人材センター	65

持病もあるし、ひとり暮らしは不安だな…

★安否確認をかねたサービスや緊急時に役立つサービスがあります

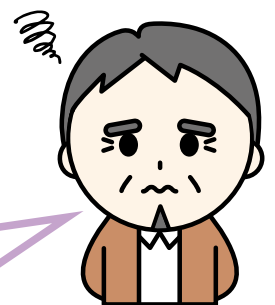
配食サービス事業	43
緊急医療情報カプセル・安心見守りカプセル	45
高齢者ふれあい相談員事業	47
緊急通報装置貸与事業	47



福祉用具を買ったり借りたりするときの補助はないかなあ…

★レンタル料や購入費の助成があります

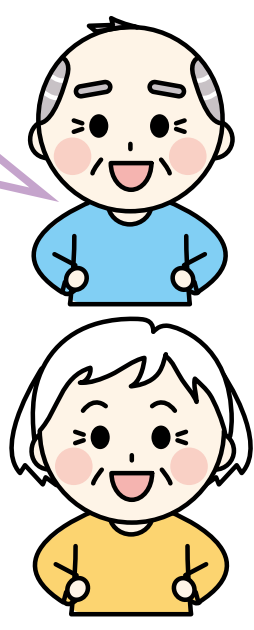
日常生活用具購入費助成事業	48
高齢者補聴器購入費助成事業	49
日常生活用具レンタル料助成事業	49



体を動かしたり、地域での活動に参加したりしたいなあ！

★健康づくり、生きがいくりの場やサービスがあります

- はつらつセンター事業・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 44
- いきいきサロン事業・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 44
- 健康はり、きゅう及びあん摩マッサージ指圧施術料助成券・47
- 敬老会事業補助金・敬老祝金・・・・・・・・・・ 50
- 老人福祉センター・健康福祉センター・・・・ 51～53
- 高齢者自立生活支援事業・就労的活動支援員・・・・ 63、64
- とちぎ蔵の街シニアクラブ（老人クラブ）・・・・ 64



ケガをしてしまったので、少しの間、車いすは借りられないかなあ…

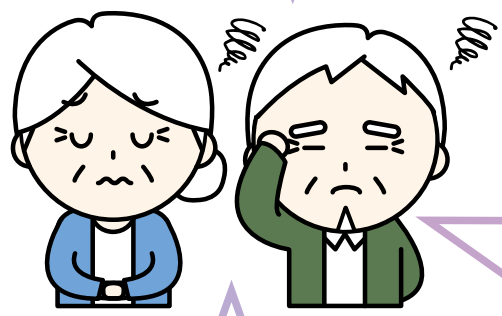
★車いすの貸出サービスがあります

- 車いす貸与事業・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 56

出かけたいけど、車の運転はできないし…

★外出時の便利なサービスがあります

- 蔵タク・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 54
- ふれあいバス・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 55
- 福祉タクシー利用券・・・・・・・・・・・・・・・・ 56
- 障がい者等移送サービス・・・・・・・・・・ 62
- 車イス移送車貸出事業・・・・・・・・・・ 62



医療に関する助成はないかなあ…

★医療助成のサービスがあります

- 高齢者のインフルエンザ予防接種・・・・・・・・ 57
- 高齢者の肺炎球菌予防接種・・・・・・・・・・ 57
- 带状疱疹予防接種・・・・・・・・・・・・・・・・ 58
- 新型コロナウイルス感染症予防接種・・・・ 58
- 特定健診・健康診査及び人間ドック検診の助成・・・・ 59

寝たきりのおばあちゃんのためのサービスはないかなあ…

★自宅で生活している寝たきりの方や介護者へのサービスがあります

- 紙おむつ給付事業・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 48
- 在宅寝たきり老人等介護手当支給事業・・・・ 50



☆略語解説☆ 相…相談事業 福…福祉系サービス 医…医療系サービス		掲載ページ番号	対象年齢	対象者早見表						
				介護保険非該当者		介護保険認定者		家族介護者		
				ひとり暮らし	高齢者世帯	ひとり暮らし	高齢者世帯			
相	地域包括支援センター	41	65歳以上	●	●	●	●	●	●	●
福	軽度生活援助員派遣事業	43	65歳以上		●	●	●	●		
福	配食サービス事業	43	65歳以上		●	●	●	●		
				※食材の確保、調理が困難な方						
福	はつらつセンター事業	44	条件があります。							
福	いきいきサロン事業	44	条件があります。							
福	緊急医療情報カプセル	45	65歳以上		●	●	●	●		
福	安心見守りカプセル	45	条件があります。							
福	認知症高齢者等 SOS ネットワーク 見守りシール 認知症高齢者等個人賠償責任保険	45	条件があります。							
福	生活支援のため地域資源リスト 医療・介護・地域資源総合検索サイト	46	どなたでもご利用できます。							
相	高齢者ふれあい相談員事業	47	70歳以上		●	●	●	●		
福	緊急通報装置貸与事業	47	65歳以上		●	(●)	●	(●)		
				※高齢者世帯の場合は、本人以外の方が寝たきり等の場合						
福	紙おむつ給付事業	47	要介護3以上				●	●	●	
福	日常生活用具購入費助成事業	48	65歳以上	日常生活用具の種類によって異なります。						
福	健康はり、きゅう及びあん摩マッサージ指圧施術料助成券	48	75歳以上	条件があります。						
福	高齢者補聴器購入費助成事業	49	65歳以上	条件があります。						
福	日常生活用具レンタル料助成事業	49	65歳以上							
福	在宅寝たきり老人等介護手当支給事業	50	要介護3以上							●
				※住民票上同一世帯かつ同居している方のみ。						
福	敬老会事業補助金	50	80歳以上	条件があります。						
福	敬老祝金	50	条件があります。							
福	老人福祉センター・健康福祉センター	51~53	どなたでもご利用できます。							
福	蔵タク	54	どなたでもご利用できます。							
福	ふれあいバス	55	どなたでもご利用できます。							
福	運転免許証自主返納支援制度	55	運転免許証を返納された方。							
福	車いす貸与事業	55	車いすが必要な方							

福	福祉タクシー利用券	56	65歳以上	●	●	●	●	●	●	
			身障手帳1・2級、療育手帳A1・A2、精神障害者保健福祉手帳1級をお持ちで在宅の方、通院でタクシーを利用する方等 ※通院回数の条件があります。							
医	高齢者のインフルエンザ予防接種	57	60歳以上 65歳未満	特定の障がいをお持ちの方						
			65歳以上	●	●	●	●	●	●	
医	高齢者の肺炎球菌予防接種	57	60歳以上 65歳未満	特定の障がいをお持ちの方						
			接種時 65歳	●	●	●	●	●	●	
医	带状疱疹予防接種	58	60歳以上 65歳未満	特定の障がいをお持ちの方						
			年度末年齢 65・70・75 80・85・90 95・100歳	●	●	●	●	●	●	
医	新型コロナウイルス感染症予防接種	58	60歳以上 65歳未満	特定の障がいをお持ちの方						
			65歳以上	●	●	●	●	●	●	
医	特定健診・健康診査及び人間ドック 検診の助成	59	条件があります。							
福	ごみ出しサポート	59	条件があります。							
相	とちぎ権利擁護センター 「あすてらす・とちぎ」	60	どなたでもご利用できます。							
相	とちぎ市くらしサポートセンター 「くらしネット」	60	どなたでもご利用できます。							
相	権利擁護・成年後見支援センター事業 栃木市成年後見サポートセンター	61	どなたでもご利用できます。							
福	ふれあい在宅福祉サービス	61	65歳以上	●	●	●	●	●	●	
福	障がい者等移送サービス	62	条件があります。							
福	車イス移送車貸出事業	62	車いすを利用している方							
福	高齢者自立生活支援事業	63	65歳以上	どなたでもご利用できます。						
福	栃木市生活サポーター養成講座	63	30歳以上	どなたでもご利用できます。						
福	就労的活動支援員設置事業	64	65歳以上	どなたでもご利用できます。						
福	とちぎ蔵の街シニアクラブ	64	60歳以上	どなたでも参加できます。						
福	シルバー人材センター	65	どなたでもご利用できます。							
相	精神保健福祉相談	65	どなたでもご利用できます。							
相	認知症の人と家族の会	66	どなたでもご利用できます。							
相	認知症疾患医療センター	66	どなたでもご利用できます。							

地域包括支援センターとは…

地域包括支援センターは、高齢者の皆さまが住み慣れた地域でいつまでも「自分らしく」「安心して」暮らせるように、医療機関や介護サービス事業所、ボランティアの方などと連携しながら、必要な援助や支援をする地域の総合相談窓口です。

【主な仕事内容】

総合相談	介護や福祉、生活全般に関する相談をお受けし、訪問や制度を横断したサービスの調整など総合的な支援を行います。
介護予防 ケアマネジメント	要支援の認定を受けた方、基本チェックリストにより生活機能の低下がみられる方に対し、状況にあったサービスが適切に提供されるよう支援します。
包括的・継続的 ケアマネジメント	高齢者が住み慣れた地域で安心して暮らせるよう、ケアマネジャーへの日常的な支援、困難事例等への指導・助言を行い、生活をサポートしていきます。
権利擁護	高齢者の人権や財産を守るため、成年後見制度などの活用支援や、高齢者虐待の対応を行います。

地域包括支援センタースタッフ

社会福祉士

高齢者の権利擁護の相談など



私たち、資格を持った職員が訪問等をし、お話を伺います。些細なことでもお気軽にご相談ください。

主任ケアマネジャー

事業者やケアマネジャーの支援など



保健師

介護予防ケアプランの作成や介護予防指導など



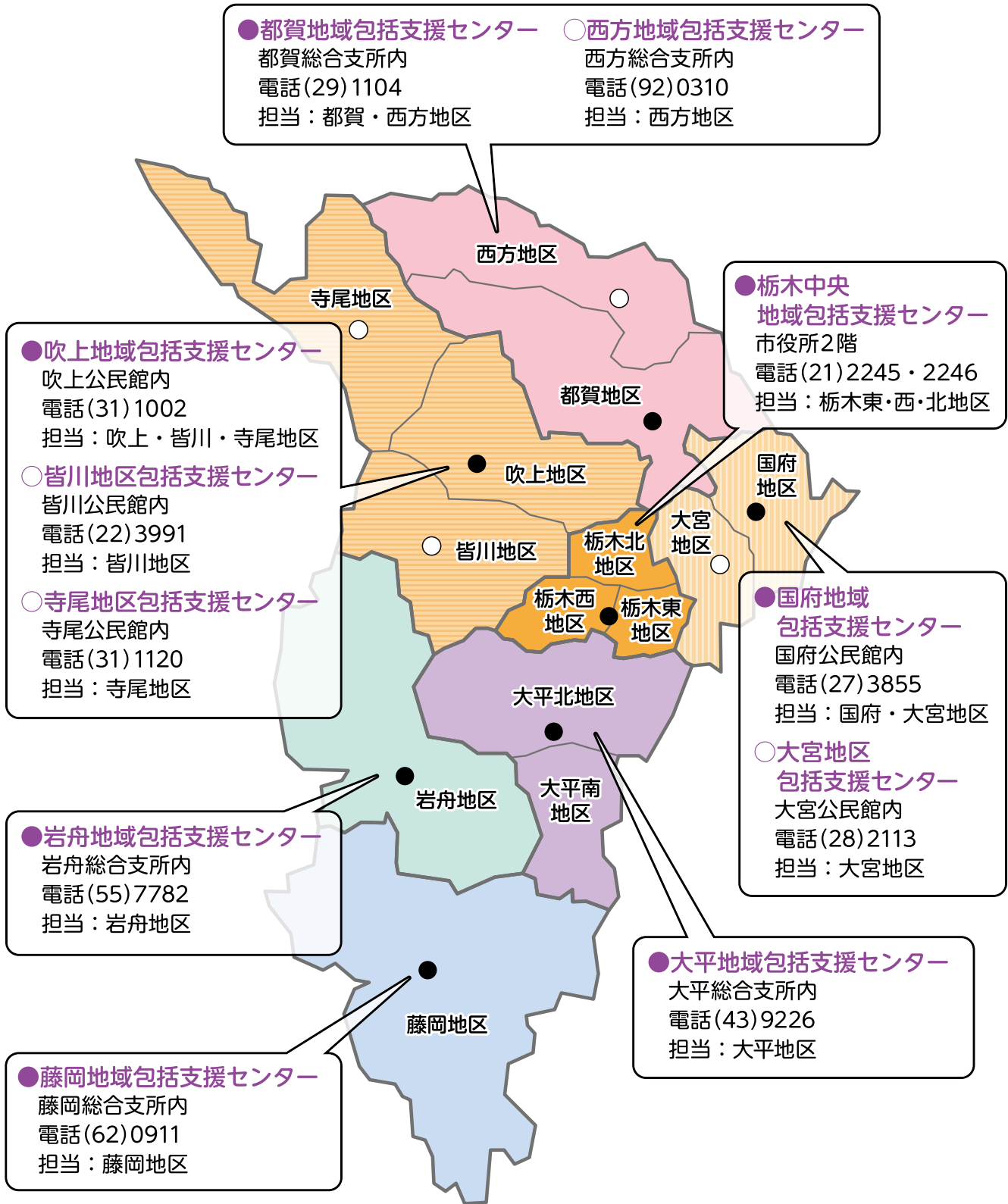
認知症初期集中支援専門員について

保健・福祉の専門職（認知症初期集中支援専門員）が、認知症でお困りの方や心配な方、ご家族等からの相談を受け、認知症の専門医やサポート医と連携を図りながら、病院受診や介護サービス利用、ご家族の介護負担軽減などの支援を行います。また、もの忘れ相談を開催し、認知症の早期発見・早期対応を図っています。

◆問合せ

本庁舎 2階 (2A-1) 地域包括ケア推進課 栃木中央地域包括支援センター内 0282-21-2171

地域包括支援センターマップ



① 軽度生活援助員派遣事業

高齢者の方が地域で自立して生活を送れるよう軽易な日常生活上の援助を行う軽度生活援助員を派遣します。

★対象者 おおむね65歳以上の自宅で生活している方で、次のいずれにも該当する方

(1) ひとり暮らし、又は高齢者のみの世帯の方

(2) 市民税非課税世帯

(3) 自立した生活の継続に不安があり、要介護状態
又は要介護状態になるおそれがある方

※隣接地に親族が居住していないこと等の要件がありますので、事前にお問い合わせください。



★サービス内容・利用時間・料金

1か月あたり合計10時間まで1割負担で利用できます。

サービスの内容	作業員1人あたりの1時間の料金(1割)	
家屋内の整理・整頓(掃除、押し入れの整理、窓ふき等)、 食材等の買物、外出時の援助、その他軽易な援助	122円	
家周りの手入れ(草取り、草刈り、植木の剪定1.5mま で)、簡単な大工、低所の塗装、屋外の清掃	草取り	129円
	草刈り	140円
	大工・塗装・植木の剪定	154円
	屋外の清掃	122円

★費用負担 【通常料金の1割(上記金額)】×利用時間

※利用時間のうち、制限を超えた分は通常料金(10割負担)となります。

※材料費等は、全額自己負担となります。

② 配食サービス事業

対象者の状態に応じて、週1～5回まで自宅に昼食をお届けします。ただし、配達日は月～金曜日で、祝日、年末年始を除きます。

★対象者 65歳以上のひとり暮らし又は高齢者のみの世帯の方で、
食材の確保や調理が困難な方

※隣接地に親族が居住していないこと等の要件がありますので、事前にお問い合わせください。

★費用負担 1食あたり300円



③はつらつセンター事業

地域住民の参加協力のもと、家に閉じこもりがちな高齢者に集まりの場を提供し、生きがいづくりや健康で元気に生活するための様々な事業を実施する団体に運営費の一部を助成します。

- ★対象者 次のような事業を適切に運営できると認められた地域の任意団体（自治会等）
- グラウンドゴルフ、カラオケ等の趣味・生きがい活動事業
 - 会食、子どもとの交流、ボランティアでの奉仕作業等の地域交流事業
 - 教養講座、健康講座、介護予防教室、あったかとちぎ体操等の開催

★委託料（運営費の助成）

上記事業等の実施回数	事業運営費	初年度設備費
月4回以上	月額 10,000円	200,000円
月2回以上4回未満	月額 5,000円	

※年度途中の申請団体の運営費は、申請した月の翌月分から支給されます。

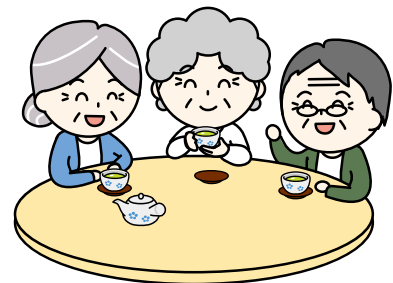
④いきいきサロン事業

家に閉じこもりがちな高齢者の社会参加を促し、介護状態の防止や健康寿命の延伸を図ることを目的としたお茶やおしゃべりを楽しめる居場所を提供する個人に対し、その必要経費の一部を補助します。

- ★対象者 市内の個人宅や空き家・店舗等で、次の要件を満たす事業が行えると認められた個人の方
- ①開設場所は、利用者が歩いて通える場所であること。
 - ②月1回以上、サロンを実施し、1回あたり5名以上の参加者が見込めること。（開設者は人数に含みません。）

★補助内容

開設補助	1サロン開設時に20,000円（初期費用）
事業補助	月額2,000円 （4月申請の場合は満額24,000円）



①～④についての申込み・問合せ

※サービス利用には申請後、審査があります。

◆本庁舎2階（2A-1）地域包括ケア推進課 地域包括ケア推進係 0282-21-2244

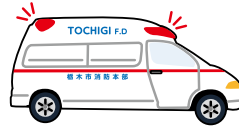
◆各総合支所 各地域包括支援センター（大平・藤岡・都賀・西方・岩舟地域）

⑤ 緊急医療情報カプセル

緊急時に必要な医療情報を入れることができるカプセルを配付します。

★対象者 次のいずれかに該当する方

- (1) 65歳以上のひとり暮らしの方
- (2) 65歳以上の高齢者のみの世帯
- (3) 身体障害者手帳1・2・3級、療育手帳A1・A2、精神障害者保健福祉手帳1級をお持ちの方で、ひとり暮らしの方
- (4) その他必要と認める者



★費用負担 無料 ※配付は、1世帯に1つになります。

⑥ 安心見守りカプセル

認知症の症状がある高齢者の方等が徘徊した際の早期発見・早期保護につなげるため、緊急時に必要な情報を常に携帯することができる小型の容器を配付します。

★対象者 市内の自宅にお住まいで、認知症の症状を有し、徘徊がある又は徘徊のおそれがある方等

安心見守りカプセル		記入日： 年 月 日
氏名：		電話番号：
住所：		
緊急連絡先：		届出：
かかりつけ病院：		電話番号：
病名：		
備考：		



★費用負担 無料

⑦ 認知症高齢者等SOSネットワーク

認知症の高齢者等が外出中に行方不明になった時に、市、警察、協力事業所、地域住民などが協力し、行方不明者を早期発見・保護する仕組みです。

★ネットワーク対象者 市内に居住する認知症高齢者又は若年性認知症の方で行方不明になるおそれのある方

★相談日時 月～金曜日（祝日・年末年始は除く）8時30分～17時15分

★費用負担 無料

※ネットワークに登録した方は、次のサービスを利用することができます。

(1) 見守りシール

QRコードが印刷されたシールと情報共有サービス「どこシル伝言板」を用いて、対象者の身元確認や家族への引き渡しを円滑に行います。対象者にはシールを交付し、衣類や持ち物に貼ってお使いいただけます。

★対象者 認知症高齢者等ネットワークに登録した方

見守りシール 見本
(縦25ミリ、横50ミリ)

★交付枚数 30枚

★費用負担 無料



(2) 認知症高齢者等個人賠償責任保険

認知症の高齢者等が日常生活における偶発の事故により、法律上の賠償責任を負った場合に、保険金の支払いを受けることができる制度です。

★対象者 次のいずれにも該当する方

- (1) 認知症高齢者等SOSネットワークに登録した方
- (2) 市内に住所を有し、在宅で生活する方
- (3) 認知症の診断を受けている方、又は、要介護認定基準の「認知症高齢者の日常生活自立度」が「Ⅱ以上」の方

★費用負担 無料

⑤～⑦についての申込み・問合せ

※サービス利用には申請後、審査があります。

◆本庁舎2階（2A-1） 地域包括ケア推進課 地域包括ケア推進係 0282-21-2244

◆各総合支所 各地域包括支援センター（大平・藤岡・都賀・西方・岩舟地域）

⑧生活支援のための地域資源リスト

高齢者が住み慣れた地域で安心して暮らし続けることができるよう、日常生活を支援する様々な情報を以下の分類により一覧表にまとめたものです。

★集まる場 はつらつセンター・認知症カフェ・コミュニティカフェ（サロン）

★生活支援内容 買い物支援・移動支援（送迎）・その他の生活支援サービス

★ボランティア ボランティア団体

★相談窓口 地域包括支援センター・社会福祉協議会・その他生活支援サービス

各一覧表の詳細（サービス対象者、問合せ先等）については、下記のURL又はQRコードからご確認ください。

★URL <https://www.city.tochigi.lg.jp/soshiki/103/77200.html>



⑨医療・介護・地域資源総合検索サイト

市民の皆さまが、市内の医療機関・介護サービス事業所等の情報を手軽に調べることができる検索サイトを開設しています。医療機関・介護サービス事業所等を10種類のカテゴリーに分け、住所やキーワードに加えて、診療・営業時間、在宅対応サービス・医療処置、訪問看護・介護内容、バリアフリー対応状況等による詳細な検索が可能となっていますので、ぜひご活用ください。

★URL <https://chiiki-kaigo.casio.jp/tochigi>



⑧～⑨についての申込み・問合せ

※サービス利用には申請後、審査があります。

◆本庁舎2階（2A-2）地域包括ケア推進課 地域包括ケア推進係 0282-21-2247

◆各総合支所 各地域包括支援センター（大平・藤岡・都賀・西方・岩舟地域）

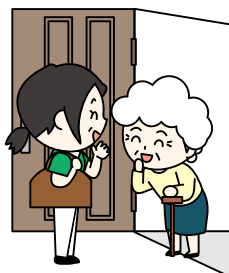
⑩ 高齢者ふれあい相談員事業

高齢者ふれあい相談員が週に1回程度ご自宅を訪問し、安否確認や必要に応じて話し相手・相談相手を務めます。また、毎月1回、市作成のふれあい通信を配布します。

- ★対象者 70歳以上の方のみが暮らす世帯
※隣接地に69歳以下の親族等が居住している場合は、対象外となります。

★費用負担 無料

※申請は不要です。



⑪ 緊急通報装置貸与事業

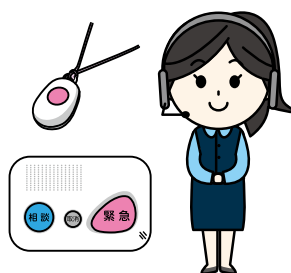
緊急時にボタンを押すことで、相談センターに通報できる装置を貸与します。相談センターでは、通報者の安否を口頭で確認し、緊急時に協力員へ連絡します。

- ★対象者 脳血管疾患や心疾患等により、体調急変や転倒のおそれがある、おおむね65歳以上のひとり暮らしの方

★費用負担 無料（破損・紛失した場合は、自己負担が生じます。）

※申請には、対象者宅に5分以内に到着できる2名以上の協力員（それぞれ別世帯の方）が必要です。

※申請の前に、まずはご相談ください。



⑫ 紙おむつ給付事業

紙おむつを1か月に1回、ご自宅まで配達します。紙おむつは、お渡しするカタログから選択いただき、ご注文金額のうち1か月あたり3,500円までを市が負担します。

- ★対象者 要介護3以上の認定を受けている方で、自宅で生活し、常時紙おむつを使用している方

※施設入居の方は、対象外となります。

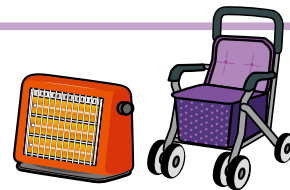
※入院やショートステイの期間が30日以上となる場合は、その期間は対象となりません。

★費用負担 注文金額のうち、1か月あたり3,500円を超えた額



⑬ 日常生活用具購入費助成事業

介護保険対象外の日常生活用具購入費を助成します。



対象品目	対象者
①電磁調理器	次のいずれにも該当する方（1世帯1台限り） (1)自宅で生活する、65歳以上のひとり暮らし又は65歳以上の方のみの世帯に属する方 (2)心身機能の低下に伴い、防火等の配慮及び支援が必要な方 (3)市町村民税非課税世帯の方
②火災警報器	
③自動消火器	
④エアコン	次のいずれにも該当する方（1世帯1台限り） (1)自宅で生活する、65歳以上のひとり暮らし又は65歳以上の方のみの世帯に属する方 (2)市内に存するエアコンが設置されていない住宅（エアコンが設置されているが、故障等により使用できない住宅を含む） (3)市町村民税非課税世帯の方 ※申請・購入前に市役所への相談が必須となります。
⑤老人福祉車（シルバーカー）	自宅で生活する65歳以上の方で、歩行時につえ等を必要とする方 ※一度交付を受けた方は、3年間、再交付はできません。
⑥小型暖房器具 <small>※常時生活している部屋（暖かい部屋）と浴室・トイレ等（寒い部屋）との寒暖差により、心臓への大きな負担がかかることを防ぐ目的として助成しています。</small>	自宅で生活する65歳以上の方（1世帯1台限り） ※空気を汚さない小型暖房器具が対象です。（灯油ストーブは対象外） パネルヒーター、クイックヒーター、ハロゲンヒーター等 ※一度交付を受けた世帯は、5年間、再交付はできません。

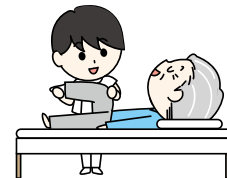
※購入日から1年以内に領収書（必ず対象者名・品目の明記、販売店の社判又は担当者印のあるもの）を持参の上、申請が必要です。（レシートは不可）

★助成限度額（助成限度額を超えた分は自己負担となります。）

- ①10,000円、②7,000円、③12,000円、④50,000円
- ⑤⑥購入費の半額（7,500円を限度とします。）

⑭ 健康はり、きゅう及びあん摩マッサージ指圧施術料助成券

健康の保持や健康寿命の延伸のため、はり、きゅう、あん摩マッサージ指圧施術料の一部を助成する券を配布します。



★対象者 市町村民税非課税の方で、自宅で生活している満75歳以上の方

★助成金額 1枚につき800円の助成券を2か月に1枚の割合で交付

※助成券の有効期間は、申請年度末までです。

※市と協定を結んだ施術者で、1回の施術につき助成券を1枚使用できます。

⑩～⑭についての申込み・問合せ

※サービス利用には申請後、審査があります。

◆本庁舎2階（2A-2）高齢介護課 高齢福祉係 0282-21-2241

◆各総合支所 各地域づくり推進課 保健福祉係（大平・藤岡・岩舟地域） 市民保健福祉係（都賀・西方地域）

⑮ 高齢者補聴器購入費助成事業

加齢による聴力低下でお困りの方へ、補聴器の購入費の一部を助成します。

★対象者 以下の全てに当てはまる方が対象です。（1人1回限り）

- (1) 市内在住の65歳以上のみの世帯の方
- (2) 市町村民税非課税世帯の方
- (3) 両耳の聴力がそれぞれ40デシベル以上の方（身体障害者手帳交付の対象となる方を除く）
- (4) 補聴器の必要性を認めると医師が判断する方

★助成限度額 （助成限度額を超えた分は自己負担となります）
50,000円

※申請・購入前に、市役所への相談が必須となります。

⑯ 日常生活用具レンタル料助成事業

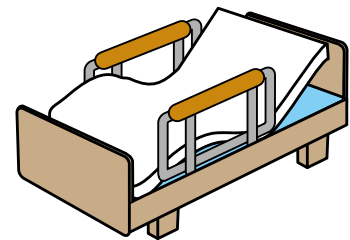
介護保険、障がい者福祉サービス対象外となる日常生活用具レンタル料を助成します。

対象品目	1か月あたりの助成限度額	対象者
① 電動小型吸引機 (ネブライザー付を含む)	4,800円	自宅で生活する65歳以上の方 ※ただし、介護保険法、身体障害者福祉法によるレンタル・給付等を受けられる場合を除く
② 特殊寝台 (マットレスを含む)	10,800円	
③ じょくそう予防用具	5,400円	

※事業者との契約日から30日以内に契約書の写しを持参の上、申請が必要です。

※助成期間は、1人あたり6か月までです。

★助成金額 レンタル料の9割
(上の表の1か月あたりの助成限度額を超えた分は自己負担となります。)



⑰在宅寝たきり老人等介護手当支給事業

寝たきり老人等を自宅で常時介護している方に対し、介護手当を支給します。

★対象者 自宅で要介護3以上の認定を受けている方と同居し、常時介護している方で、介護認定を受けている方と住民票上、同世帯の方。

※世帯分離をしている場合は、対象外です。

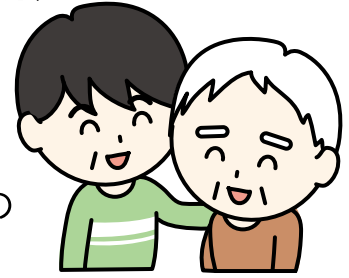
★支給金額 月額3,000円 年2回に分けてまとめて支給します。

(10月支払い：4～9月分、4月支払い：10～3月分)

※支給は、介護者の口座に振り込みとなります。

※入院やショートステイ等で、在宅期間が半月以下となる月は、支給の対象外となります。

※支給前に在宅状況を確認させていただく現況届を郵送しますので、必ずご提出ください。提出後、支給となります。



⑱敬老会事業補助金

自治会や施設等で開催される敬老会に対し、主催団体にその経費の一部を助成します。

★対象者 敬老会を開催する自治会等の団体

★助成金額 補助対象者数×1,000円

※補助対象者：市内に住所を有し、自治会等に属する80歳以上の方。
当該年度中に80歳になる方を含みます。



⑲敬老祝金

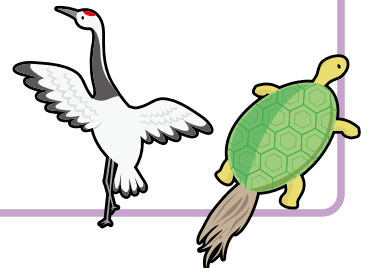
長年にわたり社会に貢献してきた高齢者の長寿を祝福し、敬老祝金等を贈呈いたします。

★対象者 ①9月1日において、市内に1年以上住所を有する方

②当該年度中に、以下の誕生日を迎える方

(1) 85歳：10,000円 (2) 100歳：50,000円

(3) 101歳以上：メッセージカード



⑮～⑲についての申込み・問合せ

※サービス利用には申請後、審査があります。

◆本庁舎2階(2A-2) 高齢介護課 高齢福祉係 0282-21-2241

◆各総合支所 各地域づくり推進課 保健福祉係(大平・藤岡・岩舟地域)
市民保健福祉係(都賀・西方地域)

老人福祉センター・健康福祉センター

高齢者の健康増進、教養の向上、レクリエーション活動の場の提供等を行っています。

★栃木地域★



施設	主な設備・サービス		休館日
老人福祉センター 長寿園 栃木市園部町 2-14-9 0282-22-0333	大浴場、ヘルストロン、フットマッサージ、軽体育館、 休息室、健康増進室(卓球)、通信カラオケ、陶芸窯	9時 ～ 17時	木曜日 祝日の翌日 (敬老の日は営業) 年末年始 ※園にお問い合わせ ください
	・各種教室(筋膜体操、健康体操、気功体操、健康料理等)		
	・健康づくり事業(毎月2回程度開催)		
	・クラブ活動(カラオケ、ダンス、陶芸、絵画、将棋、太極拳等)		
	・高齢者困りごと相談、介護相談(随時受付)		
老人福祉センター 福寿園 栃木市千塚町210 0282-31-3666	大浴場、ヘルストロン、マッサージチェア、通信カラオケ	9時 ～ 17時	日曜日 祝日 (敬老の日は営業) 年末年始 ※園にお問い合わせ ください
	・各種教室		
	・おれんじ喫茶ふくじゅ(第1火曜日10時～12時) ※看護師による健康相談の実施		
	・クラブ活動(大正琴)		
	・介護相談(随時受付)		
老人福祉センター 泉寿園 栃木市今泉町1-2-7 0282-27-3818	大浴場、通信カラオケ、スポーツ室(卓球)、多目的ホール (囲碁・将棋、マージャン)、トレーニング室(マッサージ、 ヘルストロン)、健康マージャン室	9時 ～ 17時	水曜日 祝日の翌日 (敬老の日は営業) 年末年始 ※園にお問い合わせ ください
	・医療なんでも健康相談(第2火曜日)、街の保健室(年6回)		
	・各種教室(健康体操、茶道・かな書道、健康マージャン、 パソコン、スマホ)		
	・クラブ活動(カラオケ、囲碁・将棋、マージャン、ちぎり絵)		

利用料金

(上記3施設共通)
 (※回数券は11枚綴)

市内居住者	60歳以上	1日：100円 回数券：1,000円
	一般	1日：200円 回数券：2,000円
	小学生以下	無料
市外居住者		1日：300円 回数券：3,000円
障害者手帳をお持ちの方・要介護認定者等		無料
30名以上の団体利用者		2割引



★大平地域★



施設	主な設備・サービス	開館時間	休館日
大平健康福祉センター 『ゆうゆうプラザ』 栃木市大平町西野田666-1 0282-45-2601	大・小会議室、多目的ホール、 調理実習室、研修室1、研修室2	8時30分～21時	月曜日 (月曜日が 祝日の場合、 その翌日) 年未年始
	トレーニングルーム	9時30分～21時 (日曜日は19時まで)	
	浴室、大広間、小広間	10時～21時	

利用料金

(※回数券は11枚綴)



入浴施設	65歳以上、中高生、 障害者手帳をお持ちの方	210円 回数券：2,100円
	一般	310円 回数券：3,100円
	小学生	100円 回数券：1,000円
	未就学児	無料
トレーニング室	65歳以上、 障害者手帳をお持ちの方	1日 360円
	一般 (16歳～64歳)	1日 520円

★藤岡地域★



施設	主な設備・サービス	開館時間	休館日
渡良瀬の里 栃木市藤岡町赤麻502-1 0282-62-1635	大浴場、多目的ホール	火・水・木 9時30分～20時 金・土・日 9時30分～22時 清掃 (大浴場のみ) 火・水・木・金・土 17時～18時	月曜日 (月曜日が祝日の 場合はその翌日) 年未年始
	グラウンドゴルフ場 (要事前予約)	火・水・木・金・土・日 9時～17時	
	子どもの広場		

利用料金

(※回数券は11枚綴)



入館料	一般	65歳以上	100円 回数券1,000円
		64歳以下	300円 回数券3,000円
	小学生以下	無料	
	障害者手帳をお持ちの方	無料	
グラウンドゴルフ 利用料	市内居住者	無料	
	市外居住者	300円 (入館料含む)	

介護保険制度とは

介護保険
サービスを使う

サービスに関する
費用について

介護保険料について

栃木市の高齢者向け
サービス

★西方地域★



施設	主な設備・サービス	開館時間	休館日
北部健康福祉センター 『ゆったり～な』 栃木市西方町本城2-1 0282-25-7444	会議室、多目的ホール相談室、和室1（休憩室）、和室2、調理実習室、プレイルーム	8時30分～21時 ※プレイルームは17時まで	木曜日 （木曜日が祝日の場合、その翌日） 年末年始
	入浴施設	10時～21時	
	トレーニングルーム	9時30分～21時	
	歩行用プール	10時～21時	

利用料金

（※回数券は11枚綴）



入浴施設	65歳以上、中高生、障害者手帳をお持ちの方	350円 回数券：3,500円
	一般	500円 回数券：5,000円
	小学生	150円 回数券：1,500円
	未就学児	無料
トレーニングルーム	65歳以上、障害者手帳をお持ちの方	1日 360円
	一般（16歳～64歳）	1日 520円
歩行用プール	65歳以上、障害者手帳をお持ちの方	1日 360円
	一般（16歳～64歳）	1日 520円

※トレーニングルームと歩行用プールを両方利用する場合の利用料金は、合算額の7割

★岩舟地域★



施設	主な設備・サービス	開館時間	休館日
CITY GYM & SPA 遊楽々館 （岩舟健康福祉センター） 栃木市岩舟町三谷1038-1 0282-54-3331	第1・2会議室 調理実習室・検診室	8時30分～21時	水曜日 （水曜日が祝日の場合、その翌日） 年末年始
	入浴施設	10時～21時	
	カラオケ	10時～20時	
	トレーニング室	9時30分～20時30分 （日曜日は20時まで）	

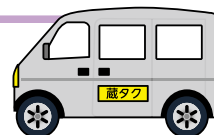
利用料金

（※回数券は11枚綴）



入浴施設	65歳以上、中高生、障害者手帳をお持ちの方	210円 回数券：2,100円
	一般	310円 回数券：3,100円
	小学生	100円 回数券：1,000円
	未就学児	無料
トレーニング室	65歳以上、障害者手帳をお持ちの方	1日 360円
	一般（16歳～64歳）	1日 520円
カラオケ		1曲 210円

蔵タク（デマンド交通）



蔵タクは、予約制で乗合の公共交通です。通院や買い物等日常生活の足となります。
1時間以内に目的地までお送りします。

★対象者 どなたでもご利用できます
(自力での乗降が難しい場合は、介護者の方とご乗車ください)

★会員登録 はじめての方は会員登録が必要です
※栃木市外在住者は、会員登録することができません。
方法① 市役所2階交通防犯課または各総合支所で会員登録
できます。
方法② 右側のQRコードをスマートフォンなどで読み取り、
会員登録手続きを進めてください。

スマホ申請はこちら



★予約先

蔵タク予約センター ☎0282-21-7770
受付時間：7時30分～17時
月曜日～金曜日（土・日曜日、祝日、12月29日～1月3日を除く）

- 予約開始：利用したい日の1週間前から
- 予約締切：利用したい便の出発1時間前まで（8時便は前運行日まで）
- 予約時に伝えること
 - ①名前・電話番号、②利用したい日、③乗りたい便（時間帯）、④人数、⑤乗る場所と降りる場所
- 時間に余裕をもった便をご予約ください

★運行日・運行時間

- ・月曜日～金曜日（土・日曜日、祝日、12月29日～1月3日を除く）
- ・運行時間

	8時便	9時便	10時便	11時便
12時便	13時便	14時便	15時便	16時便

※1時間以内にお迎えに行き、目的地にお送りします。
お迎え時間、目的地到着時間は指定できません。

★運賃（先払い）

区分	料金
一般（中学生以上）	400円
子ども（3歳～小学生）	200円
障がい者（手帳原本を毎回提示）その介護者1名まで	
3歳未満	無料

★運行エリア 栃木市内のみ

会員登録窓口・問合せ

本庁舎2階（2B-4） 交通防犯課 公共交通対策係 0282-21-2153

ふれあいバス（コミュニティバス）

ふれあいバスは、定時定路線のバスで、12路線を毎日運行しています。

★運賃（先払い）

一般（中学生以上）	200円
高齢者（75歳以上）※1	100円
障がい者（手帳原本を毎回提示）その介護者1名まで	
小学生以下※1	無料

※1 自己申告制です。年齢確認をさせていただく場合がございます。

★各路線の運行エリア

- ①寺尾線（栃木市街地～吹上地区～寺尾地区）
- ②市街地循環線（TMCしもつが～栃木市街地～TMCしもつが）
- ③市街地北部循環線（栃木駅～栃木市街地～栃木駅）
- ④部屋線（栃木市街地～大平地域～部屋地区～藤岡地区）
- ⑤真名子線（栃木市街地～吹上地区～赤津地区～真名子地区～西方地区）
- ⑥金崎線（栃木市街地～合戦場地区～家中地区～西方地区）
- ⑦大宮国府線（栃木市街地～大宮地区・国府地区）
- ⑧皆川樋ノ口線（大宮地区～栃木市街地～皆川地区）
- ⑨小野寺線（栃木市街地～皆川地区～小野寺地区）
- ⑩大平線（栃木駅～大平地域）
- ⑪藤岡線（栃木駅～大平地域～静和地区～藤岡地区）
- ⑫岩舟線【静和駅入口経由】（栃木駅～大平地域～静和地区～三鴨地区）
【ぶどう団地入口経由】（栃木駅～大平地域～小野寺地区）

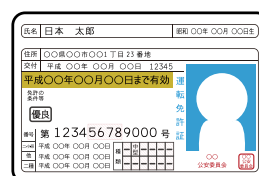


★問合せ

本庁舎2階（2B-4） 交通防犯課 公共交通対策係 0282-21-2153

運転免許証自主返納支援制度

交通安全対策と公共交通の利用促進を図るため、運転に不安を感じる方の自主返納を支援しています。



★支援内容 ふれあいバス・蔵タク共通乗車券 10,000円分

※1人1回のみ 有効期限なし

★対象者 運転免許のすべてを自主返納された栃木市民 ※年齢制限なし

★申請期限 「申請による運転免許の取消通知書」の交付日から1年間

★必要書類
・申請による運転免許の取消通知書
・印鑑（自筆できない方のみ）

★申請窓口・問合せ

本庁舎2階（2B-4） 交通防犯課 公共交通対策係 0282-21-2153

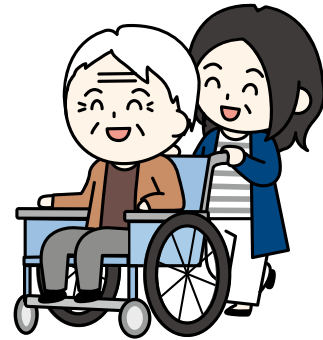
車いす貸与事業

一時的に車いすが必要になった際に、車いすを貸し出します。

- ★対象者 車いすが必要な方
※ただし、要介護認定者の場合は、
介護保険サービスを優先します。

★費用負担 無料

★貸与期間 障がい福祉課：1か月以内
社会福祉協議会：6か月以内



★申込み・問合せ

申請の際は、身分証明書をお持ちください。

◆本庁舎2階（2A-6）障がい福祉課 障がい福祉係 0282-21-2203

◆社会福祉協議会

本所	0282-22-4457	大平支所	0282-43-0294
藤岡支所	0282-62-5861	都賀支所	0282-28-0254
西方支所	0282-92-8080	岩舟支所	0282-55-2438

福祉タクシー利用券

福祉タクシー利用券（1枚500円分）により、
タクシーの利用料金を助成します。



★対象者

- 身体障害者手帳1・2級、療育手帳A1・A2、
精神障害者保健福祉手帳1級をお持ちの方
 - 80歳以上で、月1回以上通院し、通院にタクシーを必要とする方
 - 65歳以上80歳未満で、月4回以上通院し、通院にタクシーを必要とする方
- ※(1)(2)(3)いずれも施設入所中の方は、交付できません。
※(2)(3)身分証と申請月又は前月の医療機関の領収書が必要です。
((2)1枚、(3)同月のもの4枚)

★助成金額 1年度で最大24枚の福祉タクシー利用券を交付
※10月1日以降に申請の場合は、交付枚数が半分になります。

★申込み・問合せ

◆本庁舎2階（2A-6）障がい福祉課 障がい福祉係 0282-21-2203

◆各総合支所 各地域づくり推進課 保健福祉係、市民保健福祉係

大平	0282-43-9202	都賀	0282-29-1103	岩舟	0282-55-7759
藤岡	0282-62-0904	西方	0282-92-0309		

高齢者のインフルエンザ予防接種



インフルエンザ予防接種料金を助成します。

★対象者 市内に住所を有し、次のいずれかに該当する方

- (1) 接種時65歳以上の方
- (2) 接種時60歳以上65歳未満の方で、心臓・腎臓又は呼吸器の機能に日常生活が極度に制限される程度の障がい有する方、及びヒト免疫不全ウイルスにより免疫機能に日常生活がほとんど不可能な程度の障がい有する方。(身体障害者手帳1級程度)

★助成回数・金額 年1回 3,500円 ※接種料金から助成額を超えた額は自己負担

★実施期間 令和8年10月1日～令和9年3月31日(予定)

★申込み・問合せ 市内協力医療機関に直接お申込みください。

※市外で受ける場合は、予診票を発行しますので、健康増進課(0282-25-3512)までご連絡ください。

高齢者の肺炎球菌予防接種



肺炎球菌の予防接種料金を助成します。

対象の方には、お誕生日後にハガキを送付します。

★対象者

市内に住所を有し、次のいずれかに該当する方

※ただし、過去に高齢者肺炎球菌ワクチンを接種した方で、医師が再接種の必要がないと認める方は、助成の対象となりません。

- (1) 接種時65歳の方
- (2) 接種時60歳以上65歳未満の方で、心臓・腎臓又は呼吸器の機能に日常生活が極度に制限される程度の障がい有する方、及びヒト免疫不全ウイルスにより免疫機能に日常生活がほとんど不可能な程度の障がい有する方。(身体障害者手帳1級程度)

★助成回数・金額 生涯1回 8,200円 ※接種料金から助成額を超えた額は自己負担

★申込み・問合せ 市内協力医療機関に直接お申込みください。

※市外で受ける場合は、予診票を発行しますので、健康増進課(0282-25-3512)までご連絡ください。

带状疱疹予防接種

带状疱疹の予防接種料金を助成します。
対象の方には、年度当初にハガキを送付します。

★対象者

市内に住所を有し、次のいずれかに該当する方

※ただし、過去に带状疱疹ワクチンを接種した方で、医師が再接種の必要がないと認める方は、助成の対象となりません。

- (1) 年度末年齢が65歳の方
- (2) 年度末年齢が70歳、75歳、80歳、85歳、90歳、95歳、100歳の方
(令和11年度までの経過措置)
- (3) 接種時60歳以上65歳未満で、ヒト免疫不全ウイルスにより免疫機能に日常生活がほとんど不可能な程度の障がいを有する方（身体障害者手帳1級程度）

★助成回数・金額

・生ワクチン 乾燥弱毒生水痘ワクチン「ビケン」
1回 5,700円

・不活化ワクチン 乾燥組換え带状疱疹ワクチン「シングリックス」
2回まで 1回につき15,000円

※接種料金から助成額を超えた額は自己負担。

※助成はいずれか一方のみ。

※助成を受けられるのは、生涯1度限り。

★申込み・問合せ

市内協力医療機関に直接お申し込みください。

※市外で受ける場合は、予診票を発行しますので、健康増進課
(0282-25-3512) までご連絡ください。

新型コロナウイルス感染症予防接種

新型コロナウイルス感染症予防接種料金を助成します。

★対象者

市内に住所を有し、次のいずれかに該当する方

- (1) 接種時65歳以上の方
- (2) 接種時60歳以上65歳未満の方で、心臓・腎臓又は呼吸器の機能に日常生活が極度に制限される程度の障がいを有する方、及びヒト免疫不全ウイルスにより免疫機能に日常生活がほとんど不可能な程度の障がいを有する方。（身体障害者手帳1級程度）

★助成回数・金額 年1回 12,100円 ※接種料金から助成額を超えた額は自己負担

★実施期間 令和8年10月1日～令和9年3月31日（予定）

★申込み・問合せ

市内協力医療機関に直接お申込みください。

※市外で受ける場合は、予診票を発行しますので、健康増進課
(0282-25-3512) までご連絡ください。

特定健診・健康診査及び人間ドック検診の助成

疾病の早期発見及び健康の保持増進を図るため、特定健診・健康診査（集団検診・個別検診）又は人間ドック検診の助成を受けることができます。

★対象者 国民健康保険被保険者
後期高齢者医療被保険者

★費用負担 特定健診・健康診査…無料
人間ドック検診………検診料の1/2相当（市助成額は2万円を限度）
※「特定健診・健康診査」か「人間ドック検診」のどちらかの助成です。
※人間ドック検診の助成は、年度当初にお申し込みが必要です。
（定員があります。）

★申込み・問合せ

◆本庁舎2階（2B-2）保険年金課
保健事業係 0282-21-2133



ごみ出しサポート

高齢や障がい等により、家庭ごみをステーションに出すことが困難な世帯に対し、戸別に訪問して、ごみを回収する事業（ごみ出しサポート）を行っています。

★対象者 市内に住所を有し、他の方（親族や介護サービスなど）からごみ出しの協力が得られない市民税非課税世帯であって、世帯の全員が次のいずれかの方

- ・65歳以上で要介護2以上の認定を受けている方
- ・身体障害者手帳1級・2級の方
- ・精神障害者保健福祉手帳1級の方
- ・療育手帳A1、A2の方



★収集方法 週に1回、全種類のごみ（3袋まで）をまとめて収集します。
※分け方や出し方（指定袋・分別等）はステーションに出すときと同様です。ステーションに出せないごみは収集できません。
※収集場所は原則玄関先とし、収集曜日や時間は決定後に調整します。

★申請前に本人やケアマネージャー等よりご相談ください。

★申込み・問合せ

◆とちぎクリーンプラザ内（梓町456-32）
クリーン推進課 ごみ減量係 0282-31-2447

日常生活自立支援事業とちぎ権利擁護センター 「あすてらす・とちぎ」

認知症高齢者や知的障がい、精神障がいのある方など、判断能力が不十分な方の福祉サービス利用援助や日常的金銭管理サービス等を行います。

- ★対象者 認知症高齢者や知的障がい者、精神障がい者など、判断能力が不十分な方
- ★相談日時 月～金曜日（祝日・年末年始は除く）8時30分～17時15分
- ★費用負担

サービス内容	利用料金
日常生活支援サービス 金銭管理サービス	1回あたり1,000円（概ね1時間）
書類等預かりサービス	月額500円

★申込み・問合せ

- ◆社会福祉協議会とちぎ権利擁護センター「あすてらす・とちぎ」
栃木保健福祉センター2階 0282-20-7755（直通）



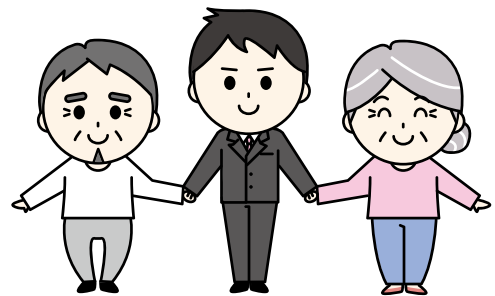
生活困窮者自立支援事業とちぎ市くらしサポートセンター 「くらしネット」

生活困窮者が、早期に困窮状態から脱却するために、多様な課題に対して包括的かつ継続的な相談窓口を設置し、就労に向けた支援や家計に関する相談、負の連鎖を断ち切るための子どもに対する学習支援等、生活困窮に対する総合的な相談支援を実施しています。また、この事業は、栃木市の委託を受け、栃木市社会福祉協議会が実施しています。お気軽にご相談ください。

- ★対象者 市内在住で、経済的な問題で生活にお困りの方等
- ★相談日時 月～金曜日（祝日・年末年始は除く）
8時30分～17時15分
- ★費用負担 無料

★申込み・問合せ

- ◆社会福祉協議会
とちぎ市くらしサポートセンター「くらしネット」
栃木保健福祉センター2階 0282-51-7785（直通）



権利擁護・成年後見支援センター事業 栃木市成年後見サポートセンター

認知症である高齢者、知的障がい者及び精神障がい者等、判断能力が不十分な方が成年後見制度を的確に利用できるよう相談及び利用支援を行います。

- ★対象者 (1) 市内に住所を有する方とその家族
(2) (1) の方を支援している保健機関、医療機関及び福祉機関等

★相談日時 月～金曜日（祝日・年末年始は除く）
8時30分～17時15分

★費用負担 無料

★申込み・問合せ

◆社会福祉協議会栃木市成年後見サポートセンター
栃木保健福祉センター2階 0282-22-4501（直通）



ふれあい在宅福祉サービス

市民の助け合い精神を基礎とした会員制のサービスです。協力会員として登録している市民の方が、掃除、洗濯、買物や外出の付き添い等のお手伝いをします。

★対象者 利用会員：市内に住所を有し、おおむね65歳以上の方又は身体に障がいがある方で支援が必要な方

協力会員：本事業に対して理解があり、協力してくださる方

★費用負担（利用会員のみ）年会費1,000円 1時間500円（チケット制）

★申込み・問合せ

◆社会福祉協議会

本 所 0282-22-4457 大平支所 0282-43-0294 藤岡支所 0282-62-5861
都賀支所 0282-28-0254 西方支所 0282-92-8080 岩舟支所 0282-55-2438



障がい者等移送サービス

市外への通院等を支援するため、移送サービスを行います。

★対象者 移動時に車いす又はストレッチャーを要し、公共交通機関の利用が困難な方で、次のいずれかに該当する方

- ①要介護認定を受けている方
 - ②身体障害者手帳、療育手帳、精神障害者保健福祉手帳をお持ちの方
- ※利用にあたっては、事前登録申請が必要となります。

★サービス内容

- ・移送の種類 (1) 市外の医療機関への通院、入退院する場合の移送
(2) 市外の介護保険や障がい者福祉施設(事業所)を利用する場合の移送
- ・運行範囲 ※栃木市内のみの利用は対象となりません。
(県内) 宇都宮市、足利市、佐野市、鹿沼市、小山市、下野市、壬生町、野木町、上三川町
(茨城県) 古河市、結城市 (群馬県) 館林市、板倉町 (埼玉県) 加須市
- ・運行車両 リフト車又はスロープ車
- ・運行日・時間 月曜日～金曜日(祝日・年末年始は除く) 9時～16時30分

★費用負担 1kmにつき150円

★申し込み・問合せ

◆社会福祉協議会 大平支所 0282-43-0294

車イス移送車貸出事業

車いすに座ったまま乗降可能なスロープ付き自動車を貸し出します。
(※運転手はつきません。)

★対象者 車いすを利用している方

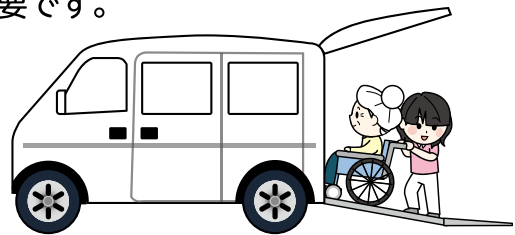
※貸出にあたっては、事前登録申請が必要です。

★費用負担 無料(※ガソリン代は、利用者負担)

★申込み・問合せ

◆社会福祉協議会

本 所 0282-22-4457 大平支所 0282-43-0294 藤岡支所 0282-62-5861
都賀支所 0282-28-0254



高齢者自立生活支援事業

地域での住まいを続けることが困難となっている低所得高齢者などの方が、安定的かつ継続的に地域生活を営むことができるように、居住の場（アパート等）の確保に関する相談支援を行っています。

★対象者 市内に居住しているおおむね65歳以上の方などで、地域で安定的かつ継続的な生活を営むために支援を必要としている方

★相談日時 月曜日～金曜日（祝日、12月29日～1月3日を除く）
8時30分～17時15分

★主な相談支援内容

- ・対象者の入居に係る相談の実施
- ・対象者と家主又は不動産仲介業者とのマッチング
- ・入居に係る契約手続等の支援

★申込み・問合せ

◆一般社団法人 栃木市地域包括ケア推進ネットワーク
あったかネットとちぎ 0282-21-8445



介護に関する入門的研修事業

栃木市・小山市連携事業

生活サポーター(あったかいご員)養成講座

福祉施設等の介護人材を確保することにより、市民の福祉サービスの向上を図ることを目的として、介護人材確保に向けた研修を開催しています。

受講修了者は「緩和した基準による訪問型サービス」に従事可能になります。

★対象者 介護に興味のある方、全日程休みなく受講できる方

★内容 講座（介護に関する基礎知識、基本的な介護の方法、障がいの理解等）
5日間（21時間）

★日程 第1回：9月（栃木市会場）
第2回：10月（小山市会場）
第3回：1月（栃木市会場）
※3回とも、同じ内容です。

★受講料 2,200円（テキスト代）

★定員 各20名程度

★申込み・問合せ

◆丸光ケアサービス（株） 0282-20-8311



就労的活動支援員設置事業

就労の場を提供できる介護保険事業所と就労を希望する高齢者等を結び付け、個人の特性や希望を調整しながら、高齢者等の社会参加の促進を図るために相談支援員を配置します。

★対象者 栃木市内在住のおおむね65歳以上の方

★相談日時 月曜日～金曜日（祝日、12月29日～1月3日を除く）
9時～16時

★主な活動内容

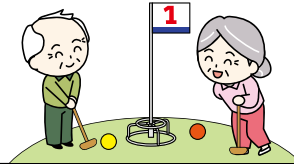
- ・ 支援員による相談窓口の設置、相談会等の開催
- ・ 介護保険事業所の求人情報の把握、就労希望を有する高齢者の掘り起こし
- ・ 関係機関、関係団体等とネットワークづくりを図り、就労を通じた地域づくり

★申込み・問合せ

◆一般社団法人 栃木市地域包括ケア推進ネットワーク
あったかネットとちぎ 0282-21-8488

とちぎ蔵の街シニアクラブ連合会(老人クラブ)

シニアクラブは、生きがいを持ち、日常生活を健全で豊かなものにするために、同じ地域に住む高齢者の方々が自主的に集い、レクリエーションや奉仕活動を通して友達づくりの輪を広げる組織です。入会希望の方は、最寄りのシニアクラブにお申し込みください。



★会員になれる方 おおむね60歳以上の方

★活動内容

生活を豊かにする 楽しい活動	スポーツ大会、健康学習、ウォーキング、ニュースポーツ（グラウンドゴルフ、輪投げ、ペタンク等）、趣味・文化・芸術等のサークル活動、旅行、各種学習講座の開催、活動リーダー研修の開催 等
地域を豊かにする 社会活動	在宅福祉を支える友愛訪問、福祉施設等のボランティア活動、社会奉仕の日の活動、地域の文化・伝統芸能・民芸・手工芸・郷土史等の伝承活動、世代間交流活動、市の各種委員会への参加 等

★申込み・問合せ

◆とちぎ蔵の街シニアクラブ連合会事務局（長寿園内） 0282-23-5181

栃木支部 0282-23-5181 大平支部 0282-43-0294

藤岡支部 0282-62-5861 都賀支部 0282-28-0254

西方支部 0282-92-8080 岩舟支部 0282-55-2438

※栃木支部は長寿園に、大平～岩舟の各支部については、社協各支所内にあります。

シルバー人材センター

シルバー人材センターの会員がサービスを提供します。どなたでも利用可能です。

★サービスの内容

技術を要する分野	植木の手入れ、ふすま・障子・網戸の張替、簡単な大工、刃物研ぎ等
屋内外の一般作業	草取り、草刈り、屋外・屋内の清掃、軽易な作業
サービス分野	生活支援、家事手伝い、病院介添え、買い物、植木の水やり
管理分野	施設管理、駐車(輪)場の管理、公園の管理、空き家の管理等
事務分野	宛名書き、毛筆筆耕、一般事務、伝票整理、PCのデータ入力等
折衝・外交分野	パンフレット配布、各種調査補助

★利用方法等 電話でお申し込みください。仕事の内容、方法、条件等について十分話し合いの上、料金、経費、費用(契約金)を無料でお見積りします。

※代金は、仕事が完了後、コンビニエンスストアでのお支払いとなります。

※万が一事故が発生した際は、シルバー人材センターが責任をもって対応します。

★申込み・問合せ(各地域担当へお問い合わせください。)

栃木・大平	栃木センター	栃木市入舟町6-8	0282-23-4165
藤岡・岩舟	南部事業所	栃木市藤岡町大前3554-1	0282-62-1534
都賀・西方	北部事業所	栃木市都賀町原宿535	0282-25-5100

スマートフォン講座

高齢者等のデジタル利用を促進するためスマートフォン教室を開催します。

★対象者 市内在住の60歳以上の方

★申込み・問合せ

栃木市シルバー人材センター 栃木センター 0282-23-4165

※開催日程等が決まりましたら、会報誌「いきがい」および「広報とちぎ」でお知らせします。

精神保健福祉相談

精神科医師や心理士による心の相談を行っています。

ご本人、ご家族からのご相談をお受けしています。お気軽にご相談ください。

★相談日時等

相談員	相談日
精神科医師	年間6回 完全予約制
保健師	月～金曜日 9時00分～17時00分(祝日、年末年始を除く)

★申込み・問合せ ※事前に電話で確認の上、予約をしてください。

◆栃木県栃木健康福祉センター

保健衛生課(栃木市神田町6-6) 0282-22-4121

認知症の人と家族の会

高齢者やその家族等が抱える認知症の相談に応じ、必要な情報の提供や助言を行います。

★相談日時等

相談窓口	相談日時	電話番号
認知症の方・家族のための電話相談 若年性認知症支援電話相談 ※第4水曜日は、とちぎ健康の森1階にて 来所相談にも応じています。	月～金曜日 午後1時30分～午後4時	028-627-1122

★問合せ

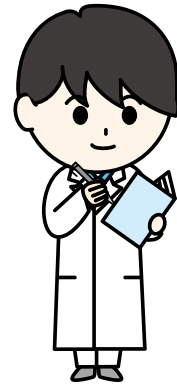
◆(公社) 認知症の人と家族の会 栃木県支部事務所 電話：028-666-5166
とちぎ福祉プラザ3階 宇都宮市若草1-10-6 FAX：028-666-5165

認知症疾患医療センター

認知症について、診断や相談に応じます。

★申込み・問合せ

医療機関名	電話番号
獨協医科大学病院	0282-87-2251
足利富士見台病院	0284-62-7775
上都賀総合病院	0289-64-2186
皆藤病院	028-689-5088
足利赤十字病院	0284-20-1366
自治医科大学附属病院	0285-58-8998
済生会宇都宮病院	028-680-7010



急な病気やけが
で心配だな…



そんなときは!



救急車を呼ぶか
迷うな…

とちまる救急安心電話相談

経験豊富な看護師が、ご家庭での対処方法や救急医療受診の目安をアドバイスします。

開設時間	電話番号
月～金曜日：午後4時～ 翌朝午前10時 土・日・祝休日：24時間	028-623-3344 #7119