

## 高齢者・福祉

### いきいきパス・ポイント対象事業

「心のこもった地域福祉プロジェクト2020」の1つとして、高齢者の健康づくりや社会参加を支援しています。

対象事業に参加して会場の受付又は担当窓口で「いきいきパス・ポイントカード」を提示するとポイントが付与され、貯めたポイントを地域通貨「たん圓」と交換できます。

市内在住の65歳以上の人  
ポイント付与期間

令和4年2月28日(月)まで  
ぼたん圓交換申込期限  
令和4年3月15日(火)まで

#### 今月号掲載の対象事業

みそ造り教室	14
きらめき市民大学令和4年度学生募集	17
ファミリー歯科健診	19
みんなきらめけ!!ハッピー体操	20
こちらウォーキングセンターです	22
月例市民ウォーキング	22

高齢介護課 ☎21-1406 ☒22-7731

### 医療の相談は、比企医師会在宅医療連携拠点へ

自宅療養でのお悩みはありません

時(3時30分)

市内在住の60歳以上の人

持 フェイスタオル(体操用)、バスタオル(敷物用)、体育館履き、飲料  
※事前申込は不要。ご自宅付近の会場での参加をお願いします。

高齢介護課 ☎21-1406 ☒22-7731

総合福祉エリア ☎22-1556 ☒25-3305

### 耳の聞こえが悪く、心配な人へ

加齢とともに起こる加齢性難聴(老人性難聴)は、声は聞こえても、言葉が聞き取れないのが特徴です。聴力の低下は30歳頃から始まり、60歳を過ぎると加速するといわれています。加齢性難聴の人は会話を避けるようになり、生活活動も減少しやすくなります。それにより認知症やうつ病を発症する恐れがありますので、心配な人は早めに耳鼻科を受診しましょう。

保険年金課で簡易的な難聴チェックができます。電話でご相談ください。

対 国民健康保険被保険者、後期高齢者医療被保険者  
申・問 保険年金課 ☎63-5004 ☒23-0076

か?看護師資格のある職員が医療に関する相談を受けて、退院支援や往診医の紹介などを行っています。ぜひお気軽にご相談ください。

平日午前9時~午後5時(祝日・年末年始除く)

場 比企医師会在宅医療連携拠点(保健センター2階)

対 比企地区内在住・在勤の人(医療・介護関係者含む)

申・問 電話で比企医師会在宅医療連携拠点へ。 ☎81-5563

### みんなきらめけ!!ハッピー体操

介護予防を目的とした体操です。

会場	2月	定員
市民体育館	7・21日(月)	90人
唐子地区体育館	2・16日(水)	40人
北地区体育館	10・24日(木)	70人
松山市民活動センター	8日(火)	40人
南地区体育館	25日(金)	70人
大岡市民活動センター	3・17日(木)	35人
野本市民活動センター	28・7・14日(月)	55人
高坂丘陵市民活動センター	1・15日(火)	30人
大岡コミュニティセンター	1・15日(火)	40人
きらめき市民大学	14・28日(月)	40人
きらめき市民大学(男性のみ)	21日(月)	40人
市民福祉センター	22日(火)	30人
すわやま荘	15日(火)	35人

時間 午前10時~11時30分(大岡・高坂丘陵市民活動センター、きらめき市民大学(男性のみ)は午後2時)

## 子育て

### きらめきクラブ子育て支援事業参加者募集

親子でワッハッハ!

1月14日(金)・21日(金)・31日(月)、2月8日(火)・16日(水)・25日(金)

みんなでぎゅぎゅ

1月18日(火)・25日(火)・27日(木)、2月3日(木)・14日(月)・22日(火)

共通事項

時間 午前10時~11時30分(施設準備のため午前10時以降の入室になります)

場 きらめきクラブしんめい

対 0歳~未就学児と保護者

定 市内在住の親子5組(先着順)

内 手遊び、体操、製作、読み聞かせなど

申 事前申込みは不要。当日クラブで受付

問 きらめきクラブしんめい

保育課 ☎21-1407 ☒23-2239

## 親子で遊ぼう会 2月

- 保育園 赤ちゃんサークル
  - 日 1・8・15日(火)午前10時~11時
  - 場 まつやま保育園
  - 対 市内在住の0~1歳半の乳幼児と保護者
  - 定 親子5組(申込順)
  - 内 手遊び、リズム遊び、おもちゃ作りなど
  - 申 1月4日(火)午前9時30分から電話でまつやま保育園へ。
- 体育館
  - 日・場 3日(木)北地区体育館、10日(木)唐子地区体育館、17日(木)南地区体育館
  - 受付開始 午前10時
  - 時間 午前10時15分~11時15分
  - 対 0歳~未就学児と保護者
  - 内 手遊び、リズム遊び、運動遊び、パネルシアター
  - 持 飲料、体育館履き
  - 申 当日受付
- 支援センター室・園庭開放
  - 日 毎週月・水・金曜日(11・23日は除く)午前9時~正午、午後2時30分~4時30分
  - 場 まつやま保育園
  - 対 市内在住の保育施設(幼稚園も含む)に通園していない未就学児と保護者
  - 申 当日受付(駐車場なし)
  - 問 まつやま保育園 ☎22-1194 ☒22-7904

## 地域包括支援センター便り

### 頑張りすぎない介護~肩の力を抜こう~

責任感が強い人ほど「私が全て面倒を見なければ」と自分を追い詰めてしまいます。自分を追い詰めないために、2つのポイントを心掛けてみましょう。

#### 専門機関に相談する

事態が深刻にならないうちに、早めに専門機関に相談しましょう。市内には担当地区ごとに5か所の地域包括支援センターがあり、高齢者に関するさまざまな相談を受けています。気軽にご相談ください。

#### 同じ境遇の人と介護の悩みを話してみる

介護を一人で頑張りすぎてしまうと、心も体も疲れてしまいます。疲れたな、と感じたら「介護者の集い」や「認知症カフェ」のような場所で、同じ境遇の人たちとお茶を飲みながら気軽に話してみませんか。悩みを打ち明けられたり、同じ経験を持つ仲間と交流したりすることができます。

介護を受けている家族だけではなく、介護しているあなたの生活も大切です。肩の力を抜いて、少し誰かと話してみませんか。

問 高齢介護課 ☎22-7733 ☒22-7731

## 重度心身障害者の医療費助成

重度心身障害者に対し、医療機関等で受診した際の医療費の一部負担金を助成します。助成を受けるには、あらかじめ受給資格の登録申請が必要です。

#### 対象者

次のいずれかに該当する人(ただし、平成27年1月1日以降に65歳以上で新たに障害の程度が該当の等級になった人は対象外)

- 身体障害者手帳1・2・3級をお持ちの人
- 療育手帳A・A・Bをお持ちの人
- 精神障害者保健福祉手帳1級をお持ちの人(ただし、精神病床への入院費用は助成対象外)
- 65歳から74歳までの人で後期高齢者医療制度の障害認定を受けた人、又は75歳以上で市長の認定を受けた人

- ④の認定は、65歳の誕生日の前日までに次の手帳の交付を受けている人、又は年金の受給権を取得している人
- 身体障害者手帳4級のうち、音声・言語機能又は下肢機能の一部
- 精神障害者保健福祉手帳1・2級
- 障害年金1・2級

#### 所得審査

平成31年1月以降に、障害者手帳の取得や転入等により、新規に登録申請する人には毎年所得審査があります。

平成30年12月以前に資格取得をした人は、経過措置が終了し、令和4年10月から所得審査が始まります。所得情報が把握できない等の所得審査ができない人については、助成対象外となりますので、所得がない人も所得の申告等が必要です。

#### 所得制限の基準額

扶養親族の数	所得制限の基準額	給与収入換算額(目安)
0人	3,604,000円	5,180,000円
1人	3,984,000円	5,656,000円
2人	4,364,000円	6,132,000円
3人	4,744,000円	6,604,000円
4人	5,124,000円	7,027,000円

※詳細は、障害者福祉課にお問い合わせください。

申・問 障害者福祉課 ☎21-1452 ☒24-6066