

令和 7年度版

# ちゅいしーじーの 高齢者福祉



宜野湾市 健康推進部  
介護長寿課

# も く じ

このまちに住み、このまちで日々生活をしていく中で、体が弱くなったり健康管理に不安になったときに支えになるのが「公的福祉」のサービスです。介護を必要としないけれど自分の力だけでは日常生活を過ごすことが難しい、おおむね65歳以上の方などを対象として、市（国・県）等が提供するいろいろな福祉サービスをご紹介します。どうぞご参考になさって、ちゅいしーじー（一人ひとりが助けあう）のお気持ちでお気軽にご相談下さい。

<b>福祉サービス（介護長寿課）</b>	ページ
○ シルバーパスポート事業	1
○ 「食」の自立支援事業、介護予防・日常生活支援総合事業	2
○ 福祉電話設置事業	3
○ 緊急通報システム設置事業	4
○ 家族介護用品支給事業	5
○ 敬老祝金支給事業	6
<b>介護予防事業（介護長寿課）</b>	
○ 一般介護予防事業	7
○ 通所型サービスC（短期集中予防サービス）	8～9
○ 介護予防・日常生活支援総合事業 高齢者住宅改修費助成事業	9
○ 各種ボランティア養成講座・研修	10
○ 「通いの場」一覧	11
○ 老人福祉センター	12
<b>福祉サービス（宜野湾市社会福祉協議会）</b>	
○ 宜野湾市社会福祉協議会	13
○ 生きがい対応型デイサービス事業	14～15
○ 保健飲料給付事業	16
<b>相談窓口</b>	
○ 地域包括支援センター	17
<b>その他</b>	
○ 福祉サービス利用援助事業	18
○ 成年後見制度	19～20
○ 宜野湾市老人クラブ連合会	21
○ 民生委員児童委員	22
<b>資 料</b>	
○ 宜野湾市の高齢化状況、全国・沖縄県の高齢化状況	23

# 健康づくり生きがいがづくりを応援します

## 【シルバーパスポート事業】



健康づくりやスポーツ、趣味・文化活動等で高齢者の皆様が外出する機会を増やし、生きがいがづくりを応援する事業として、「宜野湾市シルバーパスポート事業」を実施しています

- 対象者** ・市内在住の65歳以上の方  
65歳のお誕生日、又は本市へお引越しの翌月に【シルバーパスポート】を郵送しています

- シルバーパスポート 利用特典**  
提示することにより、市内協力事業所にて様々な割引きや特典を受けることができます

施設・店名	特典内容	住所	備考
宜野湾市立体育館 トレーニングルーム	利用料無料	真志喜4-2-1 TEL:897-2751	火曜日休室日
天然温泉アロマ	入泉料200円割引	大山7-7-1 TEL:0120-06-1126	他の特典との併用不可
カラオケハウス とまと宜野湾店	飲食代金10%割引	志真志4-30-6 TEL:897-1255	他の特典との併用不可
サンフティーマ 普天間りうぼう	料金5%割引 (土曜日・日曜日のみ)	普天間2-14-1 TEL:896-1177 (代)	テナント各店にも同様の割引あり
ラグナガーデンホテル	レストラン利用料金10%割引 (ホテル内全レストラン対象)	真志喜4-1-1 TEL:897-9009	団体での利用不可
沖縄プリンスホテル オーシャンビューぎのわん	レストラン利用料金10%割引 (最大8名まで/団体利用対象外)	真志喜3-28-1 TEL:943-3937	他の特典との併用不可
パティスリーきゃつする テラス長田店	合計金額から8%割引	長田4-5-1 TEL:893-5355	他の特典との併用不可
めえみち おむすびと美味しいお食事	合計金額から100円割引	大山2-6-5 TEL:090-8292-7168	他の特典との併用不可
東江メガネ 宜野湾市役所通り店	メガネ一式購入代金より 1,000円割引	上原1-4-1 TEL:892-8839	他の特典との併用不可
ENEOS上原サービスステーション	セルフ洗車以外の、機械又は手洗い 洗車料金より200円割引	上原1-3-1 TEL:892-2706	他の特典との併用不可
”地域のなんでも屋さん” サポートグループ バディ	合計金額から10%割引 <small>買物代行・携帯操作説明・草刈りからリフォームまで</small>	赤道2-2-1 2F 090-6867-0192/080-3379-8171	他の特典との併用不可
ゆいまーる水道	合計金額から10%割引	愛知3-2-17 1F TEL:0120-049-939	他の特典との併用不可
リフォームサイエンス 株式会社	外壁塗装工事のご契約で、網戸張替 え3枚まで無料 (詳しくはお問合せ下さい)	伊佐3-9-12 TEL:899-2222	他の特典との併用不可
草刈 仲ちゃん	見積金額より1,000円割引 (詳しくはお問合せ下さい)	志真志1-20-5 TEL:090-1948-0427	他の特典との併用不可
琉風堂 <small>室内清掃 (台所・トイレ・お風呂場等)</small>	合計金額から1,500円又は10%割引 (詳しくはお問合せ下さい)	我如古386-13 TEL:090-9785-1965	他の特典との併用不可
ブティック リッツモア	合計金額から10%割引	真栄原6-102 TEL:080-1728-4866	他の特典との併用不可
Hair Salon Eagle ヘアサロンイーグル	Tポイント2倍	普天間1-28-12 TEL:893-2883	他の特典との併用不可
CPちゅらら本店サロン (エステサロン)	【初回限定】フェイシャル&メイクアップサービス (60分) 通常7,700円を6,600円 (税込) に割引	真志喜2-7-7 1F TEL:897-6340	他の特典との併用不可
B. t shimon ビューティーシモン	エステ・ネイル (初回のみ) ・ホワ イトニング 500円割引	我如古3-1-7 1F TEL:893-2883	他の特典との併用不可

○その他市主催の催し物 (お芝居など) で割引されることがあります

令和7年4月現在

◎ お問い合わせは 介護長寿課 長寿支援係・・・ (電話) 893-4411

## 配食サービスはいかがですか

### 【「食」の自立支援事業】 【介護予防・日常生活支援総合事業】

#### □ こんなときに

- ・高齢であることや疾患により、年齢・疾患に配慮した食事を作るのが難しい。
- ・毎日同じものばかりの偏った食事内容のため、低栄養ではないかと気になる。
- ・一人暮らしのため日中の見守りや声かけがほしい。

#### □ 対象者

おおむね65歳以上の一人暮らし、または高齢者のみの世帯で調理が困難な方の内

① 現在要介護認定を受けていて、市内に支援者のいない非課税世帯の方  
又は

② 総合事業対象者または要支援認定を受けている方

※二世帯同居や同敷地内に親族が住む場合、日中のみ独居の場合は原則対象外となります。

#### □ サービス詳細

高齢者の栄養に配慮した食事を月曜日～土曜日の間に5食以内で、昼食として配食。安否確認のため、必ず対面（またはお声を確認）し、弁当をお渡しします。

※デイサービス等昼食の提供がある介護サービス利用日には、本サービスを利用することはできません。

※安否確認と衛生面の観点から、置き配（玄関先などへ置いて配達を終了する行為）は致しません。

#### □ 費用は

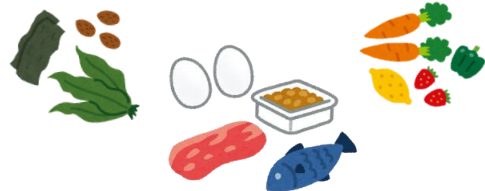
配食サービスに伴う実費（食材費・調理費）の自己負担額

1食あたり 普通食・・・ <u>400円</u> 特別食 <sup>*</sup> ・・・ <u>450円</u>
---

※特別食・・・カロリー・塩分・タンパク質等の制限、腎臓病食、糖尿病食、ミキサー食等を指す。

#### ◎ 申請するには

申請書などを必要とします。



#### ◆ 相談、申請は

お住いの地域	地域包括支援センター	所在地	電話番号
普天間1～3区、新城、喜友名、野嵩1～3区	地域包括支援センター ふてんま	普天間 1-9-3	943-4165
真志喜、宇地泊、大謝名、大謝名団地、嘉数ハイツ、伊佐、大山	地域包括支援センター かいほう	真志喜 2-22-2	942-8377
真栄原（佐真下）、嘉数、我如古、上大謝名	地域包括支援センター ふれあい	我如古402 ケアレジ ふれあい 我如古1F	897-4165
宜野湾、長田（志真志）、中原（赤道・上原）、愛知県（愛知・神山）	地域包括支援センター ぎのわん	宜野湾 3-3-13	896-1339

介護長寿課 長寿支援係・・・・・・・・・・・・・・・・（電話）893-4411

# 電話でのコミュニケーションでリフレッシュ

## 【福祉電話】

### こんなときに

ひとり暮らしの日常生活に不自由が多いお年寄りに電話を設置し、緊急時の連絡手段を確保したい。コミュニケーションによって孤独感をやわらげ、安否の確認を行いたい。

### こんな方に

おおむね65歳以上の電話がなく（携帯電話含む）日常生活に不自由が多いひとり暮らしの高齢者で、非課税世帯の方に福祉電話を貸与設置します。

### こんなサービスを提供

福祉電話を設置することにより、コミュニケーション及び緊急時の連絡手段が確保されます。

### 費用は

設置料、基本料金 ⇒ 市負担

通話料金 ⇒ 自己負担

### ◎ 申請するには

申請書、電話使用賃貸契約書、借家の場合は家主の承諾書、納付誓約書（保証人が必要です）などを必要とします。

#### ◆ 相談、申請は

お住いの地域	地域包括支援センター	所在地	電話番号
普天間1～3区、新城、喜友名、野嵩1～3区	地域包括支援センター ふてんま	普天間 1-9-3	943-4165
真志喜、宇地泊、大謝名、大謝名団地、嘉数ハイツ、伊佐、大山	地域包括支援センター かいほう	真志喜 2-22-2	942-8377
真栄原（佐真下）、嘉数、我如古、上大謝名	地域包括支援センター ふれあい	我如古402 ケアビレッジふれあい 我如古1F	897-4165
宜野湾、長田（志真志）、中原（赤道・上原）、愛知区（愛知・神山）	地域包括支援センター ぎのわん	宜野湾 3-3-13	896-1339

介護長寿課 長寿支援係・・・・・・・・・・・・・・・・（電話）893-4411

# 地域のひとり暮らし老人へ安心を提供

## 【緊急通報システム】

### こんなときに

ひとり暮らしの高齢者の急病や事故など、緊急事態の対応に困っている。

### こんな方に

おおむね65歳以上の虚弱なひとり暮らしの高齢者、または高齢夫婦のみの世帯でいずれかが虚弱な場合など、常時注意を必要とする方。

### こんなサービスを提供

対象者に緊急状態が発生した場合、ペンダント式の送信器のボタンを押すことによって、自動的に通報センターに連絡され、協力員を通して救急車の要請など対応をします。また、定期コール（月1回）、テスト発報（3か月毎）、相談も行います。

※固定電話（アナログ回線）が必要。光回線、インターネット電話（※1）の場合、緊急通報システムの設置はできません。（※1）NTTドコモ「homeでんわ」・KDDI「ホームプラス」・Softbank「おうちの電話」等、LTEとIPネットワークを組み合わせた固定電話のサービスを含む

※ペンダントを紛失した場合、有償になりますので紛失されぬようご注意ください。

### 費用は

機器の設置工事・レンタル料・定期コールのサービス料は市が負担します。

※利用者の責による故障・破損・紛失についての費用は、利用者負担となりますのでご注意ください。

### ◎ 申請するには

申請書、医師による診断書、住宅見取り図及び道路図などを必要とします。

#### ◆ 相談、申請は

お住いの地域	地域包括支援センター	所在地	電話番号
普天間1～3区、新城、喜友名、野嵩1～3区	地域包括支援センター ふてんま	普天間 1-9-3	943-4165
真志喜、宇地泊、大謝名、大謝名団地、嘉数ハイツ、伊佐、大山	地域包括支援センター かいほう	真志喜 2-22-2	942-8377
真栄原（佐真下）、嘉数、我如古、上大謝名	地域包括支援センター ふれあい	我如古402 ケビレッジふれあい 我如古1F	897-4165
宜野湾、長田（志真志）、中原（赤道・上原）、愛知県（愛知・神山）	地域包括支援センター ぎのわん	宜野湾 3-3-13	896-1339

介護長寿課 長寿支援係・・・・・・・・・・・・・・・・（電話）893-4411

# 在宅生活の継続を応援します

## 【家族介護用品支給事業】

### □ こんなときに

寝たきりの高齢者等を介護しているため、おむつ代が負担となっている。

### □ こんな方に

介護保険の要介護4又は5の認定を受けている方を在宅で介護している、非課税世帯のご家族に対し支給します。

※同住所地に世帯を分けた親族等が居住している場合（敷地内のはなれや二世帯住宅等含む）も同居とみなし、全員が非課税である必要があります。

### □ こんなサービスを提供

月額6,250円（年間上限額75,000円）の紙おむつ等が購入できる支給証を交付し、介護している家族の負担を軽減します。

※支給証の再発行はいたしません。紛失しないようご注意ください。

### ◎ 申請するには

申請書、判子、介護保険被保険者証、介護サービス利用票などを必要とします。

申請書のダウンロードはこちらから・・・・・・・・・・・・・・・・



☆支給証で購入できる介護用品は、5種類

- ・紙おむつ・尿取りパット・おしり拭き
- ・おむつカバー・使い捨て手袋 のみです。

☆支給証は市内の「登録事業所」でのみご使用いただけます。



◆ 相談、申請は  
介護長寿課 長寿支援係・・・・・・・・・・・・・・・・（電話）893-4411

# 長寿のお祝い

## 【敬老祝金支給事業】

こんなときに

高齢者のご長寿と敬老をお祝いし、併せてその福祉の増進のため、お祝い金を支給しています。

こんな方に

100歳以上の方、今年トーチ・カジマヤーを迎えられる方

お祝い金を支給

お祝いの種類	対象の年齢	お祝金と記念品
高齢祝	100歳以上	15,000円と記念品
カジマヤー祝	97歳	15,000円と記念品
トーチ祝	88歳	10,000円と記念品

◎ 対象となる方へ

公簿による確認をしてご本人へ通知し、支給しています。

※対象の生年月日は、毎年旧暦・数え年にて算出しております。



# 介護予防教室に参加してみませんか

## 【一般介護予防事業】

宜野湾市では、いつまでも元気に過ごすために65歳以上の方を対象にさまざまな介護予防教室を開催しています。主に介護認定をお持ちでない方に向けた教室です。

### □ がんじゅ〜広場

肩こり、膝痛・腰痛をやわらげたい、予防したい方に対し、「動作法」という身体のりきみを取る動きを身につけ、痛みを楽にすることを目標としています。

### □ 栄養・お口の出張健康講話

各種サークルや集いの場からの申し込みに応じて、管理栄養士、歯科衛生士、看護師による講話を実施し、バランスの良い食事とお口の健康について学びます。

### □ いきいき筋力アップ教室（筋力向上トレーニング教室）

いつまでも元気であるために、自宅で無理なくできる筋力トレーニングや、ストレッチ、脳トレを学ぶ教室です。健康に役立つ講話もあります。

※送迎については要相談

### □ はごろも長寿大学（認知機能低下予防教室）

仲間との交流を図りながら専門家による講話（高齢者の生き方、健康、福祉サービス、沖縄の歴史文化、芸能等）を通して学び、認知機能低下を予防します。

※送迎はありません。公共交通機関をご利用いただくか、お乗り合わせのうえお越し下さい。

### □ 元気はつらつシニア塾

介護予防や健康づくりに役立つさまざまな知識を学べる講座です。月1回開催し毎回2テーマを学習。人生100年時代を長く健康でいきいきと過ごすためには、元気なうちから学び備えておくことが大切です。ご家族・ご友人とお誘いあわせのうえ、お気軽にご参加ください。

※送迎はありません。

### □ わくわく脳力アップ教室

「もの忘れが気になる・・・」「認知症を予防したい！」そんな方に、脳トレや認知機能低下予防のプログラム、手工芸を通してあなたの脳力を鍛えます。

※送迎については要相談

### ◎ お問い合わせ・お申込みは

介護長寿課 長寿支援係・・・・・・・・・・・・（電話）893-4411



## 要支援認定・総合事業対象者の方

### 【通所型サービスC（短期集中予防サービス）】

「通所型サービスC」は、要介護認定で「要支援」と認定された方、基本チェックリストにおいて生活機能に低下がみられた方が利用できるサービスです。基本チェックリストは25項の質問からなります。詳しくはお問い合わせ下さい。

#### □ 疼痛改善教室（動作法）

主に痛みの改善を目的とした教室です。個別指導もあります。筋力をつける事を目的とした教室ではないため、無理なくご参加いただけます。

費用	1,500円（全16回分）
場所	赤道老人福祉センター
日程	月曜日 週1回 全16回 14:00～16:00

#### □ ふくふく複合型教室

専門職を招き、各種運動や調理実習、お口の体操など幅広いプログラムを通して身体機能や健康に対する知識を高めます。

費用	2,000円（全24回分）
場所	男女共同参画支援センターふくふく
日程	火・木曜日 週2回 全24回 10:00～12:00

#### □ 認知機能低下予防教室 ふれあい脳活クラブ

軽い運動で体の健康を促すと同時に脳の活動を活発にする機会を増やし、認知症の発症を遅延させることを目的としています。

費用	1,000円（全12回分）
場所	ふれあい我如古
日程	木曜日 週1回 全12回 10:00～12:00

#### □ 筋力向上トレーニング



##### A) フォスタ運動教室

座った状態での筋力や持久力を高める全身運動や、頭で考えながら身体を動かすデュアルタスク（脳トレ）を行います。

費用	2,000円（全24回分）
場所	ファミリー&キッズ空手教室
日程	月・木曜日 週2回 全24回 ※開催時期・時間はお問い合わせ下さい

## B) おもと園パワーリハ教室

普段使っていない筋肉や神経をまんべん無く動かすことで、体の動きや安定感を向上させていきます。機械を使用して軽い負荷をかけながら行います。

費用	3,000円（全32回分）
場所	ぎのわんおもと園
日程	火・金曜日 週2回 全32回 11:00~13:00



## C) かいほう予防教室

座った状態での筋力や持久力を高める体操を、映像媒体等を用いて行います。頭で考えながら身体を動かすプログラムなどもあります。

費用	2,000円（全24回分）
場所	デイサービスかいほう
日程	火・木曜日 週2回 全24回 15:30~17:00

## 手すりの設置や段差の解消等、自宅の改修に

### 【介護予防・日常生活支援総合事業高齢者住宅改修費助成事業】

#### こんなときに

要支援や要介護の申請をしていないが転倒に不安のある高齢者に対し、安心・安全な生活を支援するため、転倒予防に係る住宅改修費の一部を助成します。

#### こんな方に

宜野湾市内に住所があり居住する方で、次の全てに該当する方

- 1、基本チェックリストに該当し事業対象者として承認された方のうち、ここ1年で転倒した、又はふらつきがあるなど転倒の危険性が高い方
- 2、介護保険の認定申請を行っていない。
- 3、現在居住する家屋で、介護予防・日常生活支援総合事業の高齢者住宅改修 助成を受けたことがない。
- 4、介護保険料の滞納がない。
- 5、持ち家又は同一世帯の持ち家である。（賃貸の場合は家屋の所有者または管理者から承諾を得ている）

※要支援・要介護の認定を受けた方は、介護保険を利用する住宅改修になります。

#### こんなサービスを提供

例えば・・・玄関、台所、浴室、洗面所、トイレ、廊下等の手すり設置。  
段差緩和のための踏み台設置、その他転倒予防に資する工事。

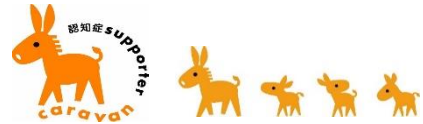
75,000円を上限とし、宜野湾市より改修事業者へ直接支払います。上限額超過分の改修費用はすべて利用者負担となり、利用者から改修事業者へ直接支払います。申請出来る回数は、1人につき1回とします。

## 誰でも住みやすい地域づくりのために

### 【認知症サポーター養成講座・認知症カフェ】

高齢者が元気にいきいきと暮らせるようにサポートしてみませんか？  
各講座・研修修了後には、講座で得た知識を生かし地域活動の幅が広がります

#### □ 認知症サポーター養成講座



誰にでも起こりうる脳の病気「認知症」。高齢者の4人に1人は何らかの認知症の症状があるといわれています。本講座では認知症について正しく理解し、地域で認知症の方やその家族を支えていくにはどうしたら良いかを学びます。

宜野湾市内在住または在勤・在学の方に参加費無料で開催します。  
通いの場などのサークルでも開催できます。  
詳しい日程、参加申し込み方法はお問い合わせください。

#### □ 認知症カフェ



認知症の方や、ご家族・地域の住民・介護や医療の専門職など、誰でも気軽に集える場です。認知症に関する相談や介護に関する情報交換、レクリエーションなど気分のリフレッシュもはかれます。

みんなでお茶を飲みながら交流しませんか？ 各回、テーマに沿って学び、交流します。

令和7年度 認知症カフェのご案内（市内地域包括支援センター合同開催）	
5月28日（水） 14：00～16：00	【第1回】 認知症の母親を介護した方のお話を伺う ＜私はこうして認知症の親を看取りました＞
7月23日（水） 14：00～16：00	【第2回】 学ぼう！介護保険サービス・介護保険サービス外のこと
9月24日（水） 14：00～16：00	【第3回】 考えよう！認知症の方が地域で暮らすという事 ＜「認知症になっても住みよい地域にするには？」を皆で考えよう！＞
11月26日（水） 14：00～16：00	【第4回】 見つめてみましょう、あなた（＝介護者）の心 ＜認知症の方を介護されている介護者自身のメンタルヘルスについて＞
1月28日（水） 14：00～16：00	【第5回】 寄り添ってみましょう、相手（＝認知症の方）の心 ＜認知症の方への接し方を考えてみましょう＞
3月25日（水） 14：00～16：00	【第6回】 主治医や病院と上手に付き合おう ＜医師への相談のポイント、病院の選び方・お薬について＞

場所：天然温泉アロマ セミナールーム 参加費：無料  
上記以外の日程でも開催を予定しています。詳しくはお問合せ下さい。

#### □ ボランティア募集

通いの場(百歳体操)や生きがい対応型デイサービスでは、高齢者の活動をサポートするボランティアスタッフを募集しております。  
詳しくはお問い合わせ下さい。

#### ◎ お問い合わせは

介護長寿課 長寿支援係・・・・・・・・・・・・・・・・（電話） 893-4411



## 住み慣れた地域で集う



### 【住民主体の自主サークル「通いの場」一覧】

「通いの場」とは、介護予防・閉じこもりの予防などを目的に、集会場等で地域の住民が運営する「集う場」のことです。気の置けない仲間と一緒に「いきいき百歳体操」などの介護予防体操を行ったり健康講話やユンタクを楽しみます。

1	ひまわり体操クラブ	毎週金曜日 10:00～11:30	野嵩3区公民館 (野嵩4-18-1)	参加：他区の方もOK 参加費：月200円
2	スマイルマンデークラブ	毎週月曜日 10:00～11:30	新城区公民館 (新城2-29-1)	参加：新城区自治会員の方 参加費：月200円
3	きらきら体操クラブ	毎週木曜日 14:00～15:30	普天間1区公民館 (普天間1-19-1)	参加：他区の方もOK 参加費：月300円
4	すみれ体操クラブ	毎週木曜日 10:00～11:30	普天間2区公民館 (普天間1-4-1)	参加：他区の方もOK 参加費：月200円
5	長田さわやかクラブ (新規参加停止中)	毎週木曜日 10:00～11:30	長田区公民館 (長田3-28-1)	参加：他区の方もOK 参加費：月100円
6	平松体操サークル	毎週木曜日 10:00～11:00	我如古公民館 (我如古1-36-12)	参加：我如古区自治会員 および老人会会員の方 参加費：月100円
7	若返り体操サークル	毎週金曜日 10:00～11:00	真栄原区公民館 (真栄原3-5-13)	参加：他区の方もOK 参加費：月100円
8	嘉数はつらつクラブ	毎週水曜日 10:00～11:30	嘉数区公民館 (嘉数3-2-22)	参加：嘉数区民の方 参加費：無料
9	大謝名いきいきクラブ	毎週金曜日 10:00～11:30	大謝名区公民館 (大謝名5-10-1)	参加：他区の方もOK 参加費：月100円
10	ターシャクラブ	毎週木曜日 10:00～12:00	大謝名5-3-8	参加：他区の方もOK 参加費：1回100円
11	OP会	毎週月曜日 14:00～16:00	大謝名団地2号棟1階 (大謝名5-23-1)	参加：大謝名団地区自治会員 参加費：年300円
12	宇地泊はつらつクラブ (新規参加停止中)	毎週木曜日 13:30～15:00	宇地泊公民館 (宇地泊242番地)	参加：他区の方もOK 参加費：月500円
13	健康づくりサークル	毎週月曜日 10:00～11:30	大山児童センター (大山4-14-3)	参加：どなたでもOK 参加費：無料
14	えいちゃん体操サークル (新規参加停止中)	毎週木曜日 11:00～12:30	伊利原老人福祉セン ター(伊佐4-3-17)	参加：どなたでもOK 参加費：無料
15	いきいきストレッチサークル	毎週水曜日 10:00～11:30	上大謝名区公民館 (大謝名2-26-7)	参加：他区の方もOK 参加費：月200円

◎ お問い合わせは 介護長寿課 長寿支援係・・・(電話) 893-4411



まずは揃って出かけてみませんか



## 【老人福祉センター】

### □ こんなときに

健康づくり生きがいがづくりの場として、集会室、教養娯楽室、生活相談室、図書室、機能回復訓練室、作業室、風呂場などが備えられており、高齢者が共に集い、講座やサークル活動に仲間と一緒に楽しく、有意義に過ごせる施設です。

### □ こんな方に

市内に居住する60歳以上の方。

### □ こんなプログラムでお待ちしています

※利用時間：午前9時～午後5時

※休館日：12月29日～1月3日、慰霊の日(6月23日)

※機能回復訓練室 ⇄ 月～金 午前9時～午後5時(ご自由に利用できます)

※健康相談 ⇄ 毎月第2水曜日(願寿ひろば伊利原)

※お風呂 ⇄ 毎週月・木 午前10時～午後4時(願寿ひろば赤道)  
毎週月・木 午前10時～午後3時(願寿ひろば伊利原)

※教養講座(教材費は自費負担)

琉舞、古典音楽三味線、民謡三味線、大正琴、パッチワーク、民謡カラオケ、歌謡カラオケ、絵画、書道、生け花、陶芸、社交ダンス、ちぎり絵、囲碁、ウクレレ、絵手紙、オカリナ、気功太極拳、フラダンス、自分史の作り方、詩吟等

### ◎ お問い合わせは

赤道老人福祉センター(願寿ひろば赤道)

宜野湾市赤道1-5-17 電話：893-6400

伊利原老人福祉センター(願寿ひろば伊利原)

宜野湾市伊佐4-3-17 電話：890-7131

## 【宜野湾市社会福祉協議会】

### 高齢者の福祉は

宜野湾市社会福祉協議会では『だれもが安心・快適に暮らせるまちづくり』を目指し、在宅福祉サービスを展開しているところです。高齢者福祉サービスとして次のような事業を行っています。どうぞお気軽にご活用下さい。

#### 在宅福祉支援サービス事業

短期間無料で車いすを貸し出し、介護の負担軽減を図り在宅介護を支援します。  
※原則として介護保険受給者は対象外となります。

#### 移送サービス事業

リフト付き車両の無料貸出を行い、車いす利用者の社会参加の促進を図ります。  
(原則として車の貸出)

◆ 予約制（電話可） ◆ 申請書

#### 見守り活動

虚弱なひとり暮らし、ひとり暮らしの高齢者や障がい者の世帯をボランティアが必要に応じて定期的に話し相手、安否確認を行います。

#### ふれあい相談所 専用電話 896-2020

心配ごと、悩みごとなど、お気軽にご相談下さい。

◆ 心配ごと相談 月曜日 から 金曜日（午前8時30分～午後5時）

#### 生きがい対応型デイサービス事業（市補助事業）

あしび村やーデイサービスのことです。 [詳しくは14ページをご覧ください。](#)

#### ひとり暮らし老人等保健飲料給付事業（市補助事業）

[詳しくは16ページをご覧ください。](#)

#### ◎ お問い合わせは

社会福祉法人 宜野湾市社会福祉協議会（宜野湾市社会福祉センター内）  
宜野湾市赤道2-7-1 電話 892-6525

## あしび村やーへ行こう！

### 【生きがい対応型デイサービス】

宜野湾市社会福祉協議会

#### こんなときに

外出する機会が少なく家の中だけで1日中過ごしてしまう。そのために家族以外の方と交流する機会が少ない。

#### こんな方に

一人暮らしや外出する機会が少ないおおむね65歳以上の高齢者で、地域の方と交流する機会を増やし楽しく過ごしたい方。

#### こんなサービスを提供

地域の公民館に月4回集まっていただき、趣味の講座や地域でやりたいことを計画し事業を実施して生きがいづくり活動を行います。

#### 費用は

参加する度に100円の利用料がかかります。(食事、教材費は実費自己負担)

#### 実施場所・時間など

次ページ(15ページ)の実施場所等一覧表をご覧ください。

#### ◎ お問い合わせ・お申込みは

地域の公民館に申請書を準備してあります。

日程などは地域によって異なります。

○ 地域の公民館(次ページ実施場所)

○ 社会福祉法人 宜野湾市社会福祉協議会(宜野湾市社会福祉センター内)

宜野湾市赤道2-7-1 電話 892-6525

適度な換気、マスクの着用、ソーシャルディスタンスを保って楽しく活動





# 生きがい対応型デイサービス

実施場所・時間・連絡先など

実施場所	曜日	時間	連絡先
野嵩1区公民館	火	12:00～15:00	892-2252
野嵩2区公民館	火	11:00～14:00	892-3863
野嵩3区公民館	火	11:00～14:00	892-6100
普天間1区公民館	火	11:00～14:00	892-2045
普天間2区公民館	火	11:00～14:00	892-2796
普天間3区公民館	火	10:00～14:00	892-2327
新城区公民館	水	10:00～13:00	892-2528
喜友名区公民館	火	10:30～14:00	892-3649
伊佐区公民館	水	10:00～13:00	898-2944
大山区公民館	水	第1～第3週 13:00～15:00	897-3303
真志喜区公民館	火	10:00～14:00	897-3765
大謝名区公民館	火	10:00～13:00	897-2900
嘉数区公民館	火	10:00～13:00	897-7561
真栄原区公民館	火	10:30～14:00	898-2326
我如古区公民館	火	11:00～14:00	898-6304
長田区公民館	火	10:00～13:00	892-3321
宜野湾区公民館	火	13:00～15:00	892-3206
愛知区公民館	火	10:30～14:00	892-1766
中原区公民館	火	10:30～14:00	892-5303
大謝名団地自治会	水	12:00～15:00	897-3010
嘉数ハイツ自治会	木	10:00～14:00	898-4599
上大謝名自治会	火	11:00～14:00	897-2043
宇地泊区公民館	火	10:00～14:00	897-4048
愛知高層住宅(集会所)	水	13:00～15:00	893-7628

【対象者】宜野湾市にお住まいの65歳以上の方

【お申込み・お問い合わせ】……各自治会(公民館)または 宜野湾市社会福祉協議会 ☎ 892-6525

## 心のふれあいの保健飲料をご家庭へ

### 【ひとり暮らし老人等保健飲料給付事業】

宜野湾市社会福祉協議会

こんなときに

閉じこもりがちなどひとり暮らしのお年寄りの方で、日々の生活の中に、出会い、ふれあい、コミュニケーションを必要としている。

こんな方に

65歳以上のひとり暮らしの高齢者、又は65歳未満のひとり暮らしの身体障がい者

費用は

無料です。

◎ 申請するには

申請書などを必要とします。

◆相談、申請は

※宜野湾市社会福祉協議会・・・・・・・・・・・・（電話）892-6525

お住いの地域	地域包括支援センター	所在地	電話番号
普天間1～3区、新城、喜友名、野嵩1～3区	地域包括支援センター ふてんま	普天間 1-9-3	943-4165
真志喜、宇地泊、大謝名、大謝名団地、嘉数ハイツ、伊佐、大山	地域包括支援センター かいほう	真志喜 2-22-2	942-8377
真栄原（佐真下）、嘉数、我如古、上大謝名	地域包括支援センター ふれあい	我如古402 ケアビレッジふれあい 我如古1F	897-4165
宜野湾、長田（志真志）、中原（赤道・上原）、愛知区（愛知・神山）	地域包括支援センター ぎのわん	宜野湾 3-3-13	896-1339

## 高齢者の相談窓口

### 【地域包括支援センター】

#### □ こんなときに

高齢者の生活や介護、医療、サービスに関する相談、介護予防に関する相談、その他どこに相談にしたらいいかわからないことなど、様々な相談に応じる窓口です

#### □ こんなサービスを提供

保健師等、社会福祉士、主任ケアマネージャーなどが以下の支援をします。

##### ① 介護予防ケアマネジメント

要支援1又は要支援2の認定を受けている方、介護認定を受ける程ではないが、体力の衰えが気になる方（総合事業対象者）の介護予防のための計画づくりをします

##### ② 総合相談・支援

介護保険だけでなく、色々な地域資源を利用した総合的な支援をします。

##### ③ 権利擁護、高齢者虐待早期発見・防止

高齢者の人権や財産を守るために、成年後見制度の活用や虐待の早期発見・防止を進めます。

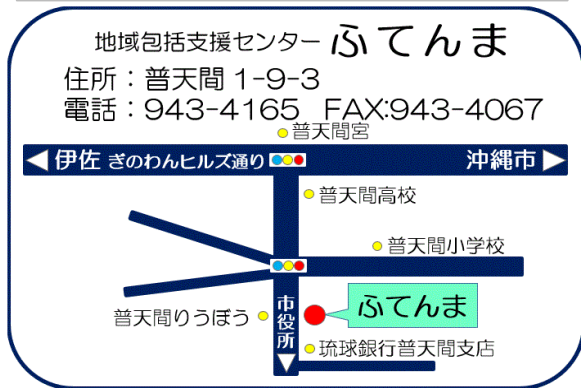
##### ④ 包括的・継続的ケアマネジメント

ケアマネージャーのネットワーク構築や、困難事例への助言などを行います。

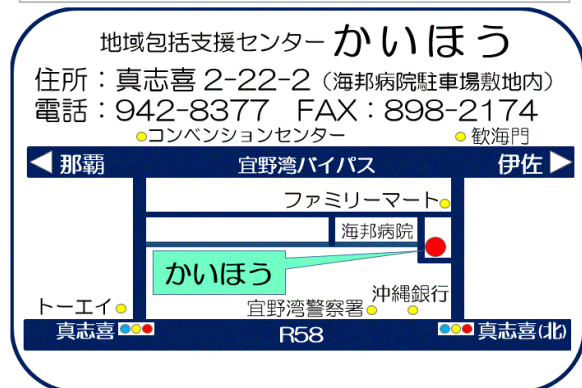
#### □ 費用は

無料です。電話・面談・訪問で相談を受けています。どうぞお気軽にご相談下さい

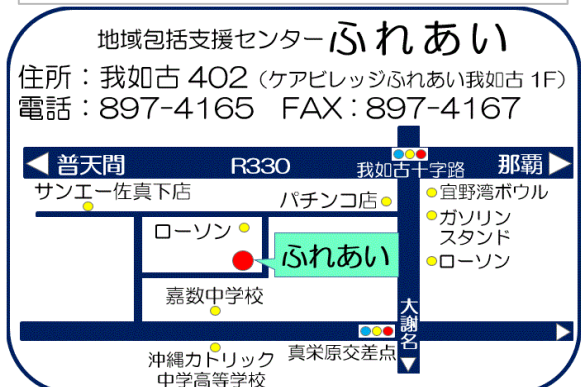
野嵩1区・2区・3区、新城、喜友名、  
普天間1区・2区・3区にお住まいの方



伊佐、大山、真志喜、宇地泊、大謝名、  
大謝名団地、嘉数ハイツにお住まいの方



真栄原 (佐真下)、嘉数、我如古、  
上大謝名にお住まいの方



中原 (赤道・上原)、愛知 (愛知・神山)、  
宜野湾、長田 (志真志)にお住まいの方



# 福祉サービス利用援助事業

(日常生活自立支援事業)

## 【地域福祉権利擁護センター】

住み慣れたまちで、障がいがあっても認知症や精神疾患を患っていてもいつまでも安心して暮らせるよう、権利擁護支援センターがお手伝いします。宜野湾市権利擁護支援センターうるるでは、福祉サービスの利用手続き・金銭管理のお手伝い等、ご相談を受けたのち専門員がご自宅を訪問・支援計画を作成し契約後支援を行っていきます。

### □ こんな方に

- 1、認知症の高齢者、精神障がいのある方、知的障がいのある方など、福祉サービスの利用や支払いなどについて自分の判断で適切に行うことが困難な方。
- 2、日常生活において、ご自身で契約などの判断や金銭管理に不安のある方。  
(認知症と診断されていない方、療育手帳や精神障害者保険福祉手帳を持っていない方も対象です)

### □ こんなサービスを提供

利用者と契約しサービスを行います。

- 1、福祉サービス利用援助事業  
福祉サービスについての説明・利用・更新・終了手続き  
福祉サービスに関する苦情解決制度の利用援助
- 2、日常的な金銭管理  
家賃・公共料金・税金・医療費などの支払い、年金・手当などの受取り  
預貯金の出し入れ
- 3、書類などの預かりサービス（通帳、印鑑、権利証など）

### □ 費用は

相談は無料ですが、契約後の援助は利用料がかかります。

### ◎ お問い合わせは

宜野湾市地域福祉権利擁護センター うるる  
宜野湾市赤道2-7-1 (宜野湾市社会福祉センター内)  
電話 098-893-6080

# 成年後見制度

## 【制度説明】

- ☆ 成年後見制度とは、認知症、知的障がい、精神障がいなどによって物事を判断する能力が十分ではない方について、本人の権利を守る援助者（成年後見人等）を選ぶことで、本人を法律的に支援する制度です。

### 法定後見制度とは？

後見（判断能力を欠いている状態にある人を対象）

保佐（判断能力が著しく不十分な人を対象）

補助（判断能力が不十分な人を対象）

の3つから成り、家庭裁判所への申し立て（補助は本人の同意が必要）を行い、審判をへて、それぞれ後見人、保佐人、補助人が選任されます。

### 任意後見制度とは？

本人の判断能力が十分ある間に、判断能力が不十分になったときの財産管理などをあらかじめ自分が信頼できる人を選んで委任（任意後見契約）しておく制度です。

## 【後見開始の審判申し立て】

- ☆ 申し立ては原則として、本人が住んでいるところの家庭裁判所に行います。
- ☆ 申し立てができるのは本人、配偶者、四親等以内の親族の方などです。
- ☆ 申し立てには手数料や鑑定におよそ5～10万円程度の費用がかかります。

## 【成年後見人等の仕事】

判断能力が不十分な人の判断能力を補い、その人がその人らしく生活していくために、本人の意思を代弁し、本人のなすべき以下の法律行為について本人に代わって決定したり行ったりします。その権限は代理権、同意権・取消権に基づいて実施されます。

- ☆ 預貯金の管理・払戻、不動産の処分等の財産管理
- ☆ 介護サービスや施設入所などについての契約の締結や費用の支払い等の身上保護

## 【注意！】 成年後見人ができないこと・役割ではないこと

- ★ 本人の財産を本人以外の者のために使うこと
- ★ 食事の世話や実際の介護など
- ★ アパートの保証人など
- ★ 手術の際の医療同意など

## 【成年後見人制度市長申立権】

65歳以上の者又は知的障がい者、精神障がい者で、成年後見人制度が必要であるにも関わらず、申立をする者がいない方について、その福祉を図るため特に必要があると市長が認める時は、市長による申立ができます。

宜野湾市成年後見人制度に係る市長による審判の請求手続等に関する要綱  
(平成14年4月1日施行)

### □ こんな方に

配偶者や四親等内の親族がいない方や、これらの親族がいても音信不通であったり、申立を拒否している場合など。

#### ◆ 相談、申請は

お住いの地域	地域包括支援センター	所在地	電話番号
普天間1～3区、新城、喜友名、野嵩1～3区	地域包括支援センター ふてんま	普天間 1-9-3	943-4165
真志喜、宇地泊、大謝名、大謝名団地、嘉数ハイツ、伊佐、大山	地域包括支援センター かいほう	真志喜 2-22-2	942-8377
真栄原(佐真下)、嘉数、我如古、上大謝名	地域包括支援センター ふれあい	我如古402 ケビレッジふれあい 我如古1F	897-4165
宜野湾、長田(志真志)、中原(赤道・上原)、愛知区(愛知・神山)	地域包括支援センター ぎのわん	宜野湾 3-3-13	896-1339

介護長寿課 長寿支援係・・・・・・・・・・・・・・・・（電話）893-4411



## 老人クラブで楽しみを！

### 【宜野湾市老人クラブ連合会】

#### □ 老人クラブでは

各地域にあった「健康・友愛・奉仕」をはじめ、高齢者の生きがいと健康づくりをすすめる多彩な活動を展開しています。

#### □ こんな方に

60歳以上の方でゲートボールやグランドゴルフ、書道や社交ダンスなど趣味活動を通して、いろいろな人たちと交流しながら楽しく過ごしたい。

#### □ 活動内容

ゲートボール大会、囲碁大会、グランドゴルフ、体験発表会、サークル活動、トーチカ・カジマヤーの祝賀訪問、作品展示会、レクリエーション大会、輪投げ大会 など

#### □ 老人クラブへ参加するには

単位老人クラブ（地域にある老人クラブ）への加入が必要です。その際、会費が必要となります。

※会費については各自治会（公民館）の老人クラブへお問い合わせ下さい。

#### ◎ お問い合わせは

※ 宜野湾市老人クラブ連合会

宜野湾市赤道1-5-17 （電話 892-6526）

〈赤道老人福祉センター（願寿ひろば赤道）内〉

### 《 老人クラブ会員募集 》

おおむね60歳から入会できます

- ★ 老人クラブは若くなるための会です！
- ★ 老人クラブ活動で生きがいを高めよう！
- ★ 入会希望者は居住地の公民館か老人クラブ連合会までお問い合わせ下さい。



## 地域の相談役として活動しています

### 【民生委員児童委員】

#### □ 民生委員児童委員とは

宜野湾市には厚生労働大臣より委嘱を受けた約120名の民生委員児童委員が、相談業務など市民の福祉向上のために活動しています。

皆さんの生活に関するいろいろな  
ご相談をお受けします。  
お気軽に声をかけて下さい。

常に住民の立場で

奉仕の心を持って

地域を大切に

#### □ どんな相談を受けてくれるの？

- \*子育てが大変で悩んでいる
- \*子どもの学校のことで気になることがある
- \*生活が苦しくて・・・
- \*介護が大変なんです



ご相談を受けると・・・

関係行政機関、社会福祉協議会、福祉施設、福祉団体などと連携し、皆さんが適切なサービスを受けることができるように調整いたします。

#### □ どこに行けば相談できるの？

民生委員児童委員は、それぞれ担当地区を持っています。  
また専門部（児童福祉部、老人福祉部、生活福祉部、障がい者（児）福祉部、母子父子福祉部、広報部）もありますので、相談内容やご家庭の状況に合わせて対応しています。ご相談したい場合は市社会福祉協議会で各地区の民生委員・児童委員の連絡先をおたずね下さい。

#### ◎ お問い合わせは

※宜野湾市社会福祉協議会・・・・・・・・・・・・（電話）892-6525

## 宜野湾市の高齢者人口推移

(各年3月31日現在 単位：人)

	令和2年度	令和3年度	令和4年度	令和5年度	令和6年度
総人口	100,042	99,902	99,757	100,009	100,032
65歳以上人口	19,820	20,225	20,533	20,966	21,274
高齢化率	19.81%	20.24%	20.58%	20.96%	21.27%
60歳～64	5,387	5,382	5,415	5,444	5,493
65歳～69	5,652	5,556	5,410	5,322	5,242
70歳～74	4,939	5,365	5,399	5,530	5,487
75歳～79	2,993	2,885	3,199	3,462	3,950
80歳～89	5,046	5,164	5,244	5,304	5,154
90歳～99	1,128	1,194	1,227	1,298	1,382
100歳以上	62	61	54	50	59

## 宜野湾市の高齢者世帯の状況

(各年3月31日現在 単位：世帯)

	令和2年度	令和3年度	令和4年度	令和5年度	令和6年度
一人暮らし世帯	6,268	6,541	6,869	7,285	7,530
二人暮らし世帯	3,501	3,599	3,661	3,785	3,888
その他の世帯	4,667	4,629	4,543	4,480	4,366
合計	14,436	14,769	15,073	15,550	15,784

## 全国・沖縄県の高齢化状況

(単位：千人)

区分		令和3年10月1日 現在	令和4年10月1日 現在	令和5年10月1日 現在	令和6年10月1日 現在
全 国	人口	125,502	124,947	124,352	123,802
	65歳以上人口	36,214	36,236	36,227	36,243
	高齢化率	28.9%	29.0%	29.1%	29.3%
沖 縄 県	人口	1,468	1,468	1,468	1,466
	65歳以上人口	339	344	350	355
	高齢化率	23.1%	23.4%	23.8%	24.2%

\*総務省統計局HP：人口推計の結果の概要「Ⅱ.各年10月1日現在人口」より

## 老人福祉法(基本的理念、抜粋)

老人は、多年にわたり社会の進展に寄与してきた者として、かつ、豊富な知識と経験を有する者として敬愛されるとともに、生きがいを持てる健全でやすらかな生活を保障されるものとする。



### 宜野湾市 ちゅいしーじーの高齡福祉

令和7年5月

発行 宜野湾市健康推進部  
介護長寿課

〒901-2710 宜野湾市野嵩1-1-1

TEL 098-893-4411

FAX 098-896-2031



長寿支援係キャラクター  
介くとゴーちゃん