

2019年度版

高齢者

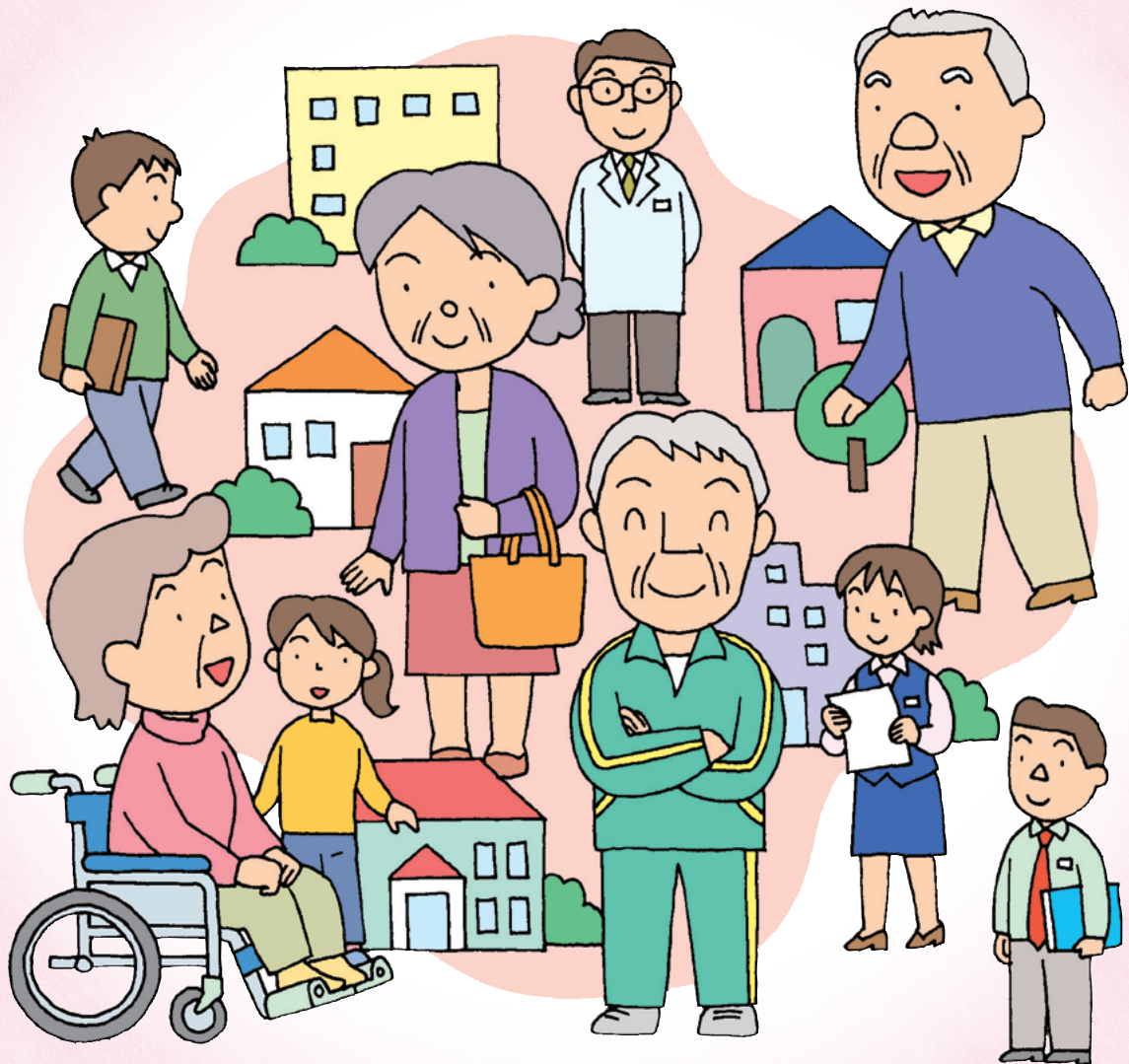
い

き

い

き

ガイド



目次

① 相談

高齢者の様々な相談に応じる総合相談や生活のこと、健康づくり等様々な相談窓口があります。

総合相談……………3
 安心して生活をおくるために……………4
 生活習慣病等の相談……………7
 認知症のかたへの支援……………8

② 医療

医療制度……………10
 その他助成等……………10
 健康診査等……………11
 歯科診療……………12
 公益財団法人 柏市医療公社……………13
 往診のできる医療機関……………14

③ 介護保険

心身の機能が低下し、介護が必要になったら、介護保険の申請をしましょう。
 介護保険とは……………16
 介護サービス利用までの流れ……………17
 介護保険のサービス……………18

市からのお知らせ

- かしわ認知症オレンジ構想……………19
- 交通事故にご注意ください……………27
- 健康長寿とフレイル予防……………31
- 振り込め詐欺にご用心！！……………36
- このハガキ、詐欺です！……………41



④ 在宅福祉サービス

介護保険以外にも、自宅で暮らしている高齢者を支えるための様々なサービスがあります。

一人暮らしのかたが利用できるサービス……………20
 おおむね自立のかたが利用できるサービス……………20
 要支援・要介護認定を受けているかたが利用できるサービス……………21
 要介護1～5の認定を受けているねたきりのかたが利用できるサービス……………22
 要介護2～5の認定を受けているかたが利用できるサービス……………23
 要介護3～5の認定を受けているかたが利用できるサービス……………23
 その他のサービス……………24

⑤ 施設等

施設・住まいの種類……………26

⑥ 健康づくり・フレイル予防

介護が必要になるのを未然に防ぎ、いつまでも自分らしく暮らせることを目指すための事業です。
 健康づくり・フレイル予防……………28

⑦ 生きがいづくり

趣味・学習やボランティア、仲間づくりを通して、いきいきと暮らしましょう。
 生涯現役で活躍……………34
 仲間づくり……………34
 趣味・学習……………35
 就労……………37
 敬老事業……………37
 市の施設等……………38
 市で募集しているボランティア……………39

⑧ その他

柏市老人福祉センター送迎バス予定時刻表……………42
 索引……………44

1 相談



総合相談

地域包括支援センター

高齢者が住み慣れた地域で安心していきいきと暮らしていくために、介護保険サービスだけではなく、介護、保健、医療、福祉の専門職や、地域における介護予防や福祉の住民活動などと連携し、総合的に支援します。

- 業務時間 各窓口の相談時間は、原則として月曜日から土曜日の午前8時30分～午後5時15分です。(祝日・休日・年末年始を除く)
 ※北柏第2地域包括支援センター、柏西口第2地域包括支援センターの窓口相談時間は午前10時～午後6時です。
- 業務内容
 - ① 高齢者のくらしや介護に関する相談支援
 - ② 高齢者の介護予防プランの作成
 - ③ 高齢者の権利擁護に関する相談支援
 - ④ 地域のケアマネジャー支援・医療・介護のネットワークづくり

地域包括支援センター名 (下段は所在地)	電話番号 下段 (Fax 番号)	担当地域 (コミュニティ地域)
柏北部地域包括支援センター 柏市十倉二363-15 (県道守谷流山線柏の葉キャンパス入口近く)	☎ 04 - 7140 - 8818 (04 - 7134 - 6501)	田中地域 西原地域
北柏地域包括支援センター 柏市布施1-3 介護老人保健施設はみんぐ1階 (柏市立柏病院裏)	☎ 04 - 7130 - 7800 (04 - 7134 - 0664)	富勢地域
北柏第2地域包括支援センター 柏市大山台2-3 モラージュ柏2階	☎ 04 - 7179 - 5500 (04 - 7179 - 5506)	松葉地域 高田・松ヶ崎地域
柏西口地域包括支援センター 柏市豊四季台1-3-1 (柏地域医療連携センター近く)	☎ 04 - 7142 - 8008 (04 - 7142 - 8778)	豊四季台地域
柏西口第2地域包括支援センター 柏市豊町2-5-25 イオンモール柏3階	☎ 04 - 7147 - 8001 (04 - 7147 - 8002)	新富地域 旭町地域
柏東口地域包括支援センター 柏市東上町2-6 久大マンション1階 (柏銀座通り商店街)	☎ 04 - 7168 - 7070 (04 - 7168 - 7770)	柏中央地域 新田原地域
柏東口第2地域包括支援センター 柏市中央2-9-12 リッツハウスC号室 (柏第三小学校入口近く)	☎ 04 - 7192 - 6610 (04 - 7192 - 6615)	富里地域 永楽台地域
光ヶ丘地域包括支援センター 柏市今谷南町4-20 (光ヶ丘小学校近く)	☎ 04 - 7160 - 0003 (04 - 7170 - 7130)	光ヶ丘地域 酒井根地域
柏南部地域包括支援センター 柏市南増尾58-3 リフレッシュプラザ柏1階	☎ 04 - 7160 - 0002 (04 - 7160 - 0220)	藤心地域 南部地域
柏南部第2地域包括支援センター 柏市増尾台3-8-51 もりこビル102号 (県道51号 市川柏線沿い)	☎ 04 - 7170 - 9300 (04 - 7170 - 9301)	増尾地域
沼南地域包括支援センター 柏市風早1-2-2 沼南社会福祉センター1階	☎ 04 - 7190 - 1900 (04 - 7191 - 7336)	風早北部地域 風早南部地域 手賀地域

柏地域医療連携センター

柏地域医療連携センターは、在宅医療における地域医療・介護の連携を推進する拠点として整備された施設です。総合窓口では、在宅医療を希望するかたへの主治医や必要となる多職種の調整をしたり、在宅医療・介護に関する相談に対応し、市民の皆様がいつまでも安心して、住み慣れた地域で過ごせるように支援します。

●業務内容 ①在宅医療に関する相談・啓発 ②在宅医療が必要なかたへの調整支援
③医療・介護の連携強化

●場所 柏市豊四季台1-1-118

●アクセス 〈徒歩〉柏駅西口から徒歩18分
〈バス〉柏駅西口から
1番のりばから乗車「団地センター前」下車徒歩2分
2番のりばから乗車「向原住宅」下車徒歩4分
柏の葉キャンパス駅西口から
2番のりば柏駅西口行乗車「向原住宅」下車徒歩4分

●相談日 月曜日～金曜日（土曜日・日曜日・祝日・年末年始を除く）

●時間 午前8時30分～午後5時15分

お問い合わせ先 ▶▶ 地域医療推進課 ☎ 04 - 7197 - 1510

柏市地域生活支援センター あいネット

経済的な理由などで生活にお困りのかたをはじめとして、その他の福祉および生活に関する問題を抱えているかたに、専門の相談支援員が相談に応じ、その問題を解決するためさまざまな機関や制度を利用しながら支援をおこなっています。

●場所 柏市柏下65-1 総合保健医療福祉施設（ウェルネス柏）3F

●相談日 月曜日～金曜日（祝日・年末年始を除く）

●時間 午前8時30分～午後5時15分

※相談日および時間以外のおときでも、急を要する相談は電話で受けられます。

お問い合わせ先 ▶▶ 柏市地域生活支援センター あいネット ☎ 04 - 7165 - 8707

安心して生活をおくるために

柏市防災福祉 K-Net

災害時にひとりでの避難が困難なかた（避難行動要支援者）が住んでいることを近所にお住まいのかた（支援者）に知っていただき、災害発生時や災害の発生が予想される時に安否確認等の避難支援を行う制度です。

お問い合わせ先 ▶▶ 社会福祉課 ☎ 04 - 7167 - 1131
高齢者支援課 ☎ 04 - 7167 - 1135
障害福祉課 ☎ 04 - 7167 - 1136

民生委員・児童委員活動

柏市の民生委員・児童委員は564名の定数で、市内を22地区に分け、地区ごとに「地区民生委員児童委員協議会」を置き地域福祉の諸活動を行っています。

地域住民の一番身近な相談窓口として地域で活動し、必要に応じ行政とのパイプ役も担っています。ご相談等で知り得た秘密は固く守られます。悩みごとのあるかたは、お気軽にご相談ください。

*柏市民生委員児童委員協議会（事務局＝柏市社会福祉協議会総務課）

●対象者 地域住民

お問い合わせ先 ▶▶ 柏市社会福祉協議会 総務課 ☎ 04 - 7163 - 9000
社会福祉課 ☎ 04 - 7167 - 1131

市民相談

市民相談として、各種専門の相談を行っております。相談日など、都合により休む場合がありますので、事前にご確認いただくか、予約方法など詳しくは「広報かしわ」の毎月1日号をご覧ください。また、このほか市政に関するご意見・ご要望をお受けしています。

◆すべて来所による相談（①～⑥は予約制、⑦～⑨は当日先着順）

●相談場所 市役所相談室（本庁舎3階）

①法律相談（原則毎週月・水・木曜日）

②税理士による税務相談（毎月第2金曜日）※1・2月第3、3月第1金曜日：沼南庁舎

③登記相談（毎月第2火曜日）

④司法書士による相談（毎月第2火曜日）※偶数月第3火曜日：沼南庁舎

⑤行政書士の暮らしの手続き相談（毎月第4火曜日）

⑥社会保険労務士による相談（毎月第4金曜日）

⑦人権身の上相談（毎月第1・第3火曜日）

⑧行政相談（毎月第1・第2水曜日）※毎月第3月曜日：沼南庁舎

⑨不動産相談（毎月第1金曜日）

お問い合わせ先 ▶▶ 広報広聴課 ☎ 04 - 7167 - 1119

心配ごと相談

民生委員等の相談員が、高齢者の悩みごとなどについて相談に応じ、適切な助言をします（開催日に直接会場へおこしてください）。

●相談場所

①いきいきプラザ（1階相談室） ☎04 - 7163 - 2734

水曜日 午前10時～午後3時

②沼南社会福祉センター（1階相談室） ☎04 - 7193 - 2942

木曜日 午前10時～午後3時



お問い合わせ先 ▶▶ 柏市社会福祉協議会 かしわ福祉権利擁護センター ☎ 04 - 7163 - 1234

街角の年金相談センター柏

街角の年金相談センター柏では、対面による年金相談を行っております。
(相談時間の予約を電話で受け付けております)

*お電話での年金相談は受け付けておりませんのでご了承ください。

◆来所による相談

- 所在地 柏市柏4-8-1 柏東口金子ビル1階
- 業務内容 国民年金・厚生年金の相談(加入記録の確認)、年金請求、受給諸手続き
- 相談受付時間 平日(月曜日～金曜日) 午前8時30分～午後5時15分(祝日・年末年始を除く)
週初の開所日 午前8時30分～午後7時
第2土曜日 午前9時30分～午後4時

予 約 相 談 受 付 先

☎ 04-7160-3111

消費生活相談

高齢者を狙った悪質商法が増えています。専門の消費生活相談員が苦情相談や問題解決への助言を行っておりますので、ご相談ください。

◆来所による相談

- 場 所 消費生活センター(柏市柏下73 中央体育館管理棟1階)
- 相談日時 月曜日～金曜日(祝日・年末年始を除く) 午前9時～午後4時30分

◆電話による相談

- 相談電話 ☎04-7164-4100(相談専用)
- 相談日時 月曜日～金曜日(祝日・年末年始を除く) 午前9時～午後4時30分
毎月第3土曜日 午前9時～午後4時30分

お問い合わせ先 ▶▶ 柏市消費生活センター

☎ 04 - 7163 - 5853
Fax 04 - 7164 - 4327

成年後見制度相談

高齢者や障がいがあるかたの意思能力・生活状況に応じて、成年後見制度に関するご相談をお受けいたします。また、普及啓発業務として成年後見制度に関する出張講座を行っております。

- 場 所 柏市柏5-11-8 いきいきプラザ内

お問い合わせ先 ▶▶ 柏市社会福祉協議会 かしわ福祉権利擁護センター ☎ 04 - 7163 - 7676

住宅リフォーム相談

高齢者が安心して在宅生活を送れるように、住まいの改造を希望するかたからの相談をお受けしています。また、手すりや段差の解消工事も承ります。

お問い合わせ先 ▶▶ 柏市住宅リフォーム相談員協議会

☎ 04 - 7163 - 5531

老いじたくあんしん相談室

弁護士、司法書士、税理士、行政書士、社会保険労務士、社会福祉士、ファイナンシャル・プランナーなど、さまざまな専門家で構成されるNPO法人「老いじたくあんしんねっと」による、遺言、相続、成年後見制度、高齢期のライフプランなどについての無料相談室です。

また、老いじたくあんしん相談室では、実際に業務にあたる専門家(有料)の紹介も可能です。

- 場 所 市役所相談室(本庁舎3階)
- 相談日 第2・第4金曜日
- 時 間 午前9時～正午(1回あたり50分)
- 対象者 市内在住・在勤のかた
- 申し込み 当月分を毎月2日から(土曜日・日曜日・祝日の場合は翌平日)午前9時～午後5時の間に老いじたくあんしんねっとへ電話で予約、各日先着3人

お問い合わせ先 ▶▶ 老いじたくあんしんねっと

☎ 04 - 7169 - 4165 よいろご

生活習慣病等の相談

健康相談

保健師、管理栄養士、歯科衛生士が、生活習慣病や健康づくり等の相談に応じます。詳細はお問い合わせください。

お問い合わせ先 ▶▶ 柏市保健所健康増進課

☎ 04 - 7167 - 1256
Fax 04 - 7164 - 1263

高齢者の栄養相談

「食欲がなく体重が減った、体力が落ちてきた」「必要な栄養がとれているか心配」など、栄養や食事に関する疑問や不安、悩みについて、管理栄養士が個別相談に応じます(電話にて予約制・無料)。

お問い合わせ先 ▶▶ 高齢者支援課

☎ 04 - 7167 - 1135

かしわ歯科相談室

歯や口のことで気になること、心配なことなど歯科医師が相談に応じます。また、歯科衛生士が歯みがき指導を行っております(予約不要・無料)。

- 対象者 市内在住のかた
- 相談日時 原則第4木曜日 午後1時30分～3時
- 時 間 ウェルネス柏1階 こども健康ルーム

*詳しい内容は「広報かしわ」の毎月1日号をご覧ください。

お問い合わせ先 ▶▶ 柏市保健所健康増進課

☎ 04 - 7167 - 1256
Fax 04 - 7164 - 1263

認知症のかたへの支援

かしわオレンジ介護者交流会

「認知症の介護はとても大変!」「どのように対応したらよいか、わからないことがある」等と悩んでいるかた、介護者同士が集まり、情報交換や思いを共有しながら、交流します。

- 対象者 認知症のかたを介護しているかた
- *場所、日程などの詳しい内容はお問い合わせください。

お問い合わせ先 ▶▶ 地域包括支援センター 3 ページ参照

かしわオレンジホッとカフェ

認知症のかたとその家族、地域住民、専門職等が集い、お茶やコーヒーを飲みながらリラックスした雰囲気の中で交流したり、認知症のかたを支えるつながりを支援します。

- *場所、日程などの詳しい内容はお問い合わせください。

お問い合わせ先 ▶▶ 地域包括支援センター 3 ページ参照

かしわオレンジSOSネットワーク事前登録

認知症等によりはいかいのおそれがあるかたを登録し、行方不明のときに初動の対応が迅速に行えるよう警察署と連携して対応しています。

お問い合わせ先 ▶▶ 地域包括支援センター 3 ページ参照

はいかい高齢者等みまもりシステム

はいかいのおそれのある高齢者等の衣類や持ち物に「みまもりステッカー」を貼り、行方不明になった際にステッカーのフリーダイヤルとID番号を利用して、あらかじめ登録した家族等に直接連絡がとれるシステムです。

また、「検索支援アプリ」(無料)を利用することで、行方不明の発生時に家族が検索依頼を配信したり、アプリの登録者が検索に協力できます。スマートフォンをお持ちの市民等に検索支援アプリの登録による協力をお願いしています。



ステッカー見本



みまもりあい

お問い合わせ先 ▶▶ 地域包括支援課 ☎ 04 - 7167 - 2318

- *システムについてのお問い合わせは
社団法人セーフティネットワーク (☎ 011-572-6865)

公益社団法人 認知症の人と家族の会 千葉県支部

1980年に京都で発足、全国47都道府県に支部がおかれています。認知症の人を介護している家族を中心に、認知症の問題に関心をもつかたがたの自主的な団体で、つどい(介護家族の交流会)、会報の発行、相談等の活動を行っています。

相談は、下記にて認知症の介護について経験豊富な相談員がお受けしています。

◆ちば認知症相談コールセンター

●電話相談日 月・火・木・土曜日(祝日を除く) 午前10時~午後4時

●電話 ☎043 - 238 - 7731

●面接相談 金曜日(事前予約が必要です)

※ちば認知症相談コールセンターは、千葉県と千葉市の委託事業として、公益社団法人 認知症の人と家族の会 千葉県支部が受託して行っております。

お問い合わせ先 ▶▶ 認知症の人と家族の会 千葉県支部(月・火・木 午後1時~4時)
☎ 043 - 204 - 8228 Fax 043 - 204 - 8256

認知症110番(電話相談)

認知症によって介護が必要な高齢者を抱えた家族や介護者のための相談。認知症一般の医学的な相談は予約の上、大学の専門医に直接相談できます。

●相談費用 無料

●利用時間 月曜日・木曜日(月曜日が休日の場合は原則翌火曜日)
の午前10時~午後3時

●専用電話 ☎0120 - 654874 (老後心配なし)

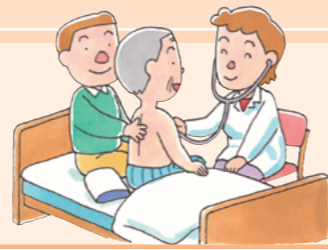


お問い合わせ先 ▶▶ 公益財団法人 認知症予防財団 ☎ 03 - 3216 - 4409
Fax 03 - 3216 - 3620

認知症にやさしいまちづくり会議

「かしわ認知症オレンジ構想」(P19)に位置づけた様々な取り組みの評価検証及び進捗管理を行い、また、啓発事業を実施する組織です。医療・介護の専門職や認知症の家族会、学識経験者の協力により、「認知症にやさしいまちづくり」を進めています。

お問い合わせ先 ▶▶ 地域包括支援課 ☎ 04 - 7167 - 2318



医療制度

後期高齢者医療制度

- 対象者 ① 75歳以上のかた
② 65歳以上75歳未満の一定の障がいがあるかたで、後期高齢者医療制度に加入を希望するかた
- 内 容 ◆一部負担金
医療を受けた場合の自己負担は、所得に応じて1割または3割負担となります。1か月の医療費が限度額を超えた場合は、高額療養費の支給が受けられます。
◆入院時に係る療養費の給付及び食事療養費、生活療養費
以下のいずれかに該当のかたは「限度額適用・標準負担額減額認定証」あるいは「限度額適用認定証」を医療機関に提示すると窓口負担が限度額まで抑えられます。(事前申請が必要)
① 市民税非課税世帯のかた
② 現役並み所得者の一部(現役ⅠⅡ)のかた
なお、食事療養費、生活療養費の減額は①のかたのみです。
◆人工透析が必要な慢性腎不全、血友病、抗ウイルス剤を投与している後天性免疫不全症候群の患者のかたには、当該疾病の事実に係る証明書を提出していただくことにより「特定疾病療養受療証」を交付します。(事前申請が必要)

お問い合わせ先 ▶▶ 保険年金課 (電話受付) ☎ 04 - 7191 - 2594
千葉県後期高齢者医療広域連合 ☎ 043 - 308 - 6768

その他助成等

保健事業利用券

- 対象者 市内在住の千葉県後期高齢者医療制度の被保険者のかた(他県の住所地特例は除く)と、柏市国民健康保険の被保険者で平成14年3月31日以前に生まれたかた(保険料の未納のないかた)
- 内 容 市の指定した施設で「はり等施術」、「お口のクリーニング」、「18歳から39歳の健診」、「運動事業」を利用する場合、料金の一部を助成する利用券を交付します。

お問い合わせ先 ▶▶ 保険年金課 (保健事業担当) ☎ 04 - 7164 - 4455

高齢者インフルエンザ予防接種

実施時期・自己負担額等は、実施前に「広報かしわ」でお知らせします。(対象者は65歳以上)

お問い合わせ先 ▶▶ 柏市保健所健康増進課 (予防接種) ☎ 04 - 7128 - 8166

高齢者肺炎球菌予防接種

対象年齢のかたには個別通知を送付します。

お問い合わせ先 ▶▶ 柏市保健所健康増進課 (予防接種) ☎ 04 - 7128 - 8166

健康診査等

柏市国民健康保険の特定健康診査

- 対象者 柏市国民健康保険の被保険者で年度内(4月～翌年3月)に40～75歳になるかた(4月・5月に75歳になるかたは「柏市75歳以上の健康診査」の対象です)
※国保以外のかたはご自分の健康保険被保険者証を発行している医療保険へお問い合わせください。
- 内 容 ◆生活習慣病予防のための健康診査を行います。
◆事前の登録は必要ありません。対象者に受診券をお送りします。
◆結果に応じて、必要なかたには生活習慣改善のサポートを行う「特定保健指導」をご案内します。

お問い合わせ先 ▶▶ 保険年金課 (保健事業担当) ☎ 04 - 7164 - 4455

柏市75歳以上の健康診査

- 対象者 市内在住の千葉県後期高齢者医療制度の被保険者証をお持ちのかた(他県の住所地特例は除く)
- 内 容 事前の登録は必要ありません。対象者に受診券をお送りします。

お問い合わせ先 ▶▶ 保険年金課 (保健事業担当) ☎ 04 - 7164 - 4455

がん検診

胃がん検診	40歳以上
大腸がん検診	40歳以上
結核・肺がん検診	40歳以上 (肺がん検診) ※必要のあるかたに痰の検査を 65歳以上 (結核・肺がん検診) します。
乳がん検診	30歳以上の女性 (30歳代のかたは超音波検査 (集団)、40歳以上のかたはマンモグラフィ検査)
子宮頸がん検診	20歳以上の女性

*各種がん検診は登録制です(事前に登録が必要です)。各近隣センター、柏駅前行政サービスセンター、柏の葉サービスコーナー等に置いてある「がん検診登録申込書(専用はがき)」を郵送、または市のホームページから電子申請で登録できます。

お問い合わせ先 ▶▶ 柏市保健所健康増進課 (成人健診) ☎ 04 - 7168 - 3715
Fax 04 - 7164 - 1263

歯科診療

訪問歯科診療

「入れ歯があわない」「痛みがある」「噛めない」「飲み込みづらい」などお口のことによって困っている通院困難なかたに対し、訪問による歯科診療や誤嚥性肺炎等を予防する口腔ケアを行います。歯科衛生士が無料にて訪問調査、ご相談に伺い、その後、歯科医師による訪問歯科診療を行います。



●対象者 歯科医院に通院困難なかた

●費用 診療は健康保険、指導および口腔ケアは介護保険（在宅）を利用。

お問い合わせ先 ▶▶ (一社) 柏歯科医師会附属歯科介護支援センター

☎ 04 - 7147 - 6480

特殊歯科診療（愛称：かむかむ歯科診療所）

●対象者 一般の歯科診療所では治療および口腔清掃が困難なかたや要介護状態にある高齢者。一般歯科診療所では治療および口腔清掃が困難な障がい児・者。

●診療内容 要介護者、障がい児・者の歯科治療と予防
摂食・嚥下機能の評価・診断と摂食・嚥下リハビリテーション
外科的難症例（親知らずの抜歯、感染症など）
がん治療における口腔有害事象の（口内炎）予防

●診療日 毎週火曜日～土曜日

（日曜日・月曜日、祝日、年末年始及び指定日は休診）

●受付時間 午前9時から11時30分、午後1時から4時まで。

●受診方法 完全予約制。一般歯科診療所もしくは医科病院（診療所）等のかかりつけ医の紹介状が必要。

但し、摂食・嚥下療法希望のかたや障害者手帳を所持しているかたは紹介状不要。

●費用 診療は健康保険を利用

●診療所 (公財) 柏市医療公社医療センター 特殊歯科診療所（愛称：かむかむ歯科診療所）

所在地	柏市柏下65-1 ウェルネス柏1階
電話番号	04 - 7128 - 2233
F a x	04 - 7128 - 2255

公益財団法人 柏市医療公社



公益財団法人 柏市医療公社

地域のみなさまの健康の増進を図ることを目的に、柏市が出資して設立した公益財団法人です。

◆病院 (<http://www.kashiwacity-hp.or.jp>)

柏市立柏病院（内科、内分泌・代謝内科、神経内科、呼吸器内科、消化器内科、肝臓内科、循環器内科、腎臓内科、外科、整形外科、眼科、リハビリテーション科、泌尿器科、麻酔科、放射線科、小児科）

所在地：柏市布施1-3 電話番号：☎04 - 7134 - 2000

受付時間：午前8時30分～午前11時／休診日：日曜日、国民の祝日・休日、年末年始
※小児科のみ月曜日～金曜日の午後も1時～3時30分まで受付。但し火曜、木曜日の午後については予防接種のみとなり一般診療はありません。
※診療体制については、変更している場合がありますので、ホームページでご確認いただくか、お電話でお問い合わせください。
※整形外科は紹介制を導入しています。初めて受診される場合は他の医療機関からの紹介状が必要となります。

◆医療センター (<http://www.kashiwacity-hp.or.jp/iryocenter/>)

医療センター（夜間急病診療、特殊歯科診療、休日急患歯科診療）

所在地：柏市柏下65-1 ウェルネス柏1階 電話番号：☎04 - 7163 - 0120
（夜間急病診療所☎04 - 7163 - 0813、特殊歯科診療所☎04 - 7128 - 2233、休日急患歯科診療所☎04 - 7164 - 8114）

◆老健施設 (<http://www.kashiwa-haming.jp>)

柏市立介護老人保健施設はみんぐ（入所、短期入所、通所リハビリテーション）

病状が安定したかたへ医療・介護・リハビリを行い、在宅復帰・在宅生活を支援します。
所在地：柏市布施1-3 電話番号：☎04 - 7134 - 0660

◆介護支援 (<http://www.kashiwa-haming.jp/house-care/>)

はみんぐ居宅介護支援事業所

介護保険の諸手続きを始め、介護相談、ケアプランの作成などを行っています。

所在地：柏市布施1-3 電話番号：☎04 - 7134 - 5225

◆訪問看護 (<http://www.kashiwa-haming.jp/home-nursing/>)

はみんぐ訪問看護ステーション

看護師がご家庭を訪問し、療養上のお世話や医療的な支援を行っています。

所在地：柏市布施1-3 電話番号：☎04 - 7134 - 2122

◆通所介護 (<http://www.kashiwa-haming.jp/day-care/>)

北柏デイサービスセンター

入浴・食事・機能訓練を行って、在宅生活での介護予防・介護軽減をお手伝いします。

所在地：柏市根戸467-18 電話番号：☎04 - 7140 - 8300

◆地域包括支援センター (<http://www.kashiwa-haming.jp/area-support/>)

北柏地域包括支援センター ※詳細は3ページ

北柏第2地域包括支援センター ※詳細は3ページ

往診のできる医療機関

往診のできる医療機関

さほど急を要さないが、医療機関で受診できない場合に対応する往診が基本となりますので、往診を依頼される場合は、事前に下記の医療機関にご相談ください。

- 内……内科
- リ……リハビリ科
- 脳……脳神経外科
- ア……アレルギー科
- 呼……呼吸器科
- 小……小児科
- 眼……眼科
- 放……放射線科
- 消……消化器科
(消化器内科)
- 神……神経科
- 胃……胃腸科
- 循……循環器科
(循環器内科)
- 皮……皮膚科
- 肛……肛門科
- リウマチ科
- 外……外科
- 泌……泌尿器科
- 整……整形外科
- 神内……神経内科
- 耳……耳鼻科

No	医療機関名	所在地	電話番号	医師名	診療科目
1	大野医院	柏市大津ケ丘1-45-5	04-7191-3133	加藤 義一	内 外
2	おかだクリニック	柏市布施2171-1	04-7135-8300	岡田 邦博	内 循
3	小沼医院	柏市大津ケ丘4-28-1	04-7191-2200	小沼 心	内
4	かしわ在宅診療所	柏市旭町1-1-5 浜島ビル8F A号室	04-7186-7855	銚之原敏博	内 皮 眼
5	柏東口よしだクリニック	柏市中央1-6-1 クレスビル1F	04-7166-1001	吉田 雅彦	内 泌 皮 ア 外
6	柏ビレジクリニック	柏市花野井1814-12	04-7133-1090	遠藤 久人	胃 内 小 循
7	加藤医院	柏市光ケ丘3-5-11	04-7172-5398	加藤 隆	内 小
8	金森医院	柏市高田1075-47	04-7145-8481	金森 直明	内 小 皮
9	上笹医院	柏市大島田1-5-1	04-7191-2421	上笹 皓	脳 外 胃
10	北柏ファミリークリニック	柏市北柏5-3-3	04-7160-3773	澁谷 富雄	内 小
11	亀甲台内科	柏市亀甲台2-3-1	04-7163-5635	礒部 洋子	内 小
12	クリニック柏の葉	柏市柏の葉3-1-34	04-7132-8881	村川 壽	内 小 ア 耳
13	くわのクリニック	柏市豊四季台1-3-1	04-7189-7715	桑野 雄介	内
14	こんどうクリニック	柏市柏3-2-3 マツモトキヨシビル4F	04-7168-8810	近藤 公一	内 外 整
15	須田医院	柏市緑ケ丘7-5	04-7157-3939	須田 憲男	内 循 呼
16	誠和クリニック	柏市南増尾4-3-28	04-7171-2350	白石 一也	内 脳 神 リ

No	医療機関名	所在地	電話番号	医師名	診療科目
17	玉田クリニック	柏市柏3-9-21 山崎ビル402	04-7165-8760	玉田 文子	内 納 リ
18	つくしが丘医院	柏市つくしが丘 1-6-1	04-7172-2024	原 彰夫	外 内 胃
19	手賀の杜クリニック	柏市岩井789-6	04-7196-7102	志賀 元	内 外 小
20	東洋眼科・胃腸内科・外科	柏市大津ケ丘4-25-2	04-7193-3041	石橋 正樹	内 眼 胃 肛 外
21	豊四季診療所	柏市豊四季台1-3-1	04-7145-7247	金 重輝	内 胃 小
22	中島クリニック	柏市高柳1142-1	04-7193-3077	中島 基博	内
23	のぞみの花クリニック	柏市北柏台3-16 ベルハイム北柏台103	04-7192-6180	古賀 友之	内 外
24	橋本眼科医院	柏市柏1-1-7	04-7167-4100	橋本 哲也	眼
25	花野井クリニック	柏市大室1218-6	04-7137-3777	蔡 榮基	循 消 内 小 リ
26	東山医院	柏市柏3-3-3	04-7167-3803	松岡 茂	内 胃 外 皮
27	平野医院	柏市豊住1-1-45	04-7175-2222	平野 清	内 消 循 小 皮
28	ファミリークリニック成島	柏市宿連寺関場23-1	04-7133-1561	成島 健	内 小 循 胃 皮 外 消 リ 整
29	ホームクリニック柏	柏市桜台1-8	04-7160-2588	織田 暁寿	内 小
30	ホームクリニック東葛	柏市高柳1-1-1-103	04-7128-7002	杉原 崇大	脳 内 小 皮 整 納
31	まえだクリニック	柏市柏1-1-7 池松ビル5F	04-7199-7377	前田 清貴	内 外 整 小 泌
32	松葉町内科クリニック	柏市松葉町2-15-8 よしいビル1F	04-7137-1710	古村 雅利	内 循
33	三富医院	柏市布施新町4-1-9	04-7131-2350	三富 規行	内 消 リ 外
34	悠翔会在宅クリニック柏	柏市明原4-10-12-1F	04-7141-0610	小林 真介	内 消 神
35	よしかファミリークリニック	柏市南増尾2280	04-7174-2345	吉岡 信二	内 小

※すでに訪問先を持っている医療機関が多く、ご連絡いただいても意に沿えない場合がありますのでご了承ください。



介護保険とは

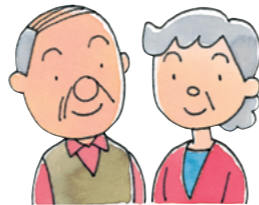
介護保険とは、老後の安心を地域で支える制度です。

介護や支援を必要とする状態になっても、できる限り住み慣れた地域で生活を送るよう、必要とされる介護や支援の程度、からだの状態の維持・改善の可能性に応じたサービスを総合的、一体的に提供する仕組みです。

介護保険の被保険者

●65歳以上のかた（第1号被保険者）

介護や支援が必要と認定されたときに、介護サービスを利用できます。



●40～64歳のかた（第2号被保険者）

介護保険の対象となる特定疾病が原因で、介護や支援が必要と認定されたときに、介護サービスを利用できます。



介護保険の保険料

介護保険料は、市民税の課税状況などにより段階的に決められています。

*災害などの特別な事情で納付が困難な場合は、申請により保険料の減免等を受けられることがあります。

お問い合わせ
および 申請受付

高齢者支援課
地域包括支援センター
沼南支所・窓口サービス課（福祉担当）

☎ 04 - 7167 - 1135
3ページ参照
☎ 04 - 7191 - 7392

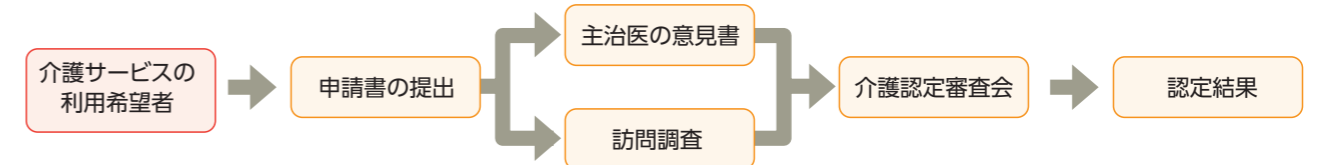


介護サービス利用までの流れ

介護保険のサービスを利用できるのは、「介護が必要」なからです。そこで、まず要介護認定申請をし、介護が必要かを判定する認定を受けます。認定を受けたら、サービスの利用計画を作成し、それにもとづいてサービスを利用することになります。

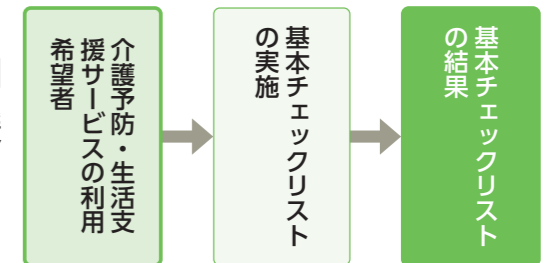
要介護（要支援）認定までの流れ

介護保険のサービスを利用するには、要介護・要支援の認定を受ける必要があります。柏市役所高齢者支援課、沼南支所窓口サービス課、地域包括支援センターで申請できます。



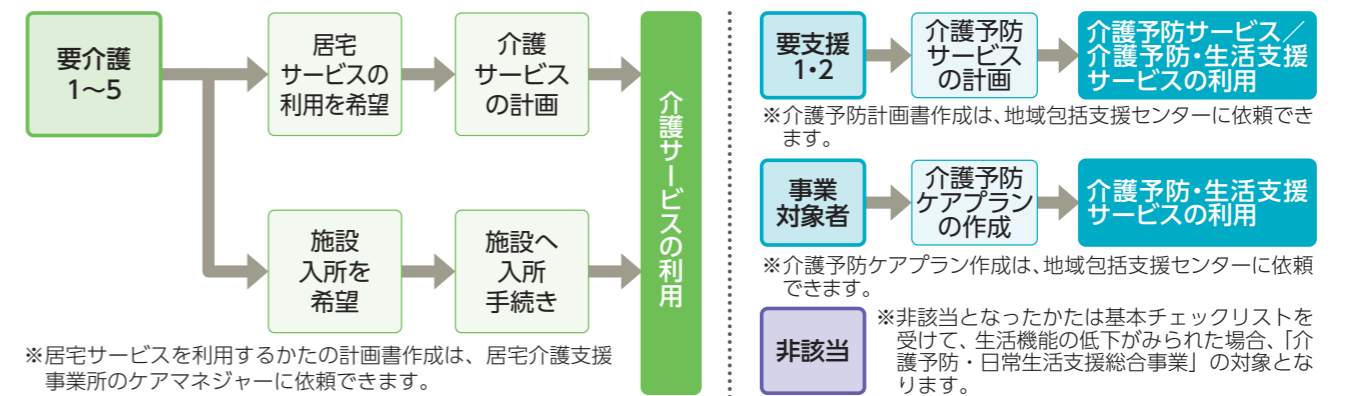
●介護予防・生活支援サービスのみの利用を希望する場合（事業対象者）

要介護（要支援）認定の手続きをしなくても、基本チェックリストによる判定で、サービスを利用できます。基本チェックリストは地域包括支援センターで受けることができます。



介護サービスの利用までの流れ～サービスの使いかた～

介護サービスの利用のしかたは、認定結果や利用したいサービスによって異なります。



※居宅サービスを利用するかたの計画書作成は、居宅介護支援事業所のケアマネジャーに依頼できます。

※（看護）小規模多機能型居宅介護を利用するかたの計画書作成は、その事業所のケアマネジャーに依頼してください。

※介護予防計画書作成は、地域包括支援センターに依頼できます。

※介護予防ケアプラン作成は、地域包括支援センターに依頼できます。

※非該当となったかたは基本チェックリストを受けて、生活機能の低下がみられた場合、「介護予防・日常生活支援総合事業」の対象となります。

介護保険のサービス



介護保険のサービス

介護サービス（要介護1～5）

- | 居宅サービス | その他 |
|---|---|
| 訪問サービス <ul style="list-style-type: none"> 訪問介護 訪問入浴介護 訪問看護 訪問リハビリテーション 居宅療養管理指導 | <ul style="list-style-type: none"> 居宅介護支援 福祉用具貸与 特定福祉用具販売 住宅改修 特定施設入居者生活介護 |
| 通所サービス | 施設サービス |
| <ul style="list-style-type: none"> 通所介護 通所リハビリテーション | <ul style="list-style-type: none"> 介護老人福祉施設*1 (特別養護老人ホーム) 介護老人保健施設 介護医療院*2 介護療養型医療施設*2 |
| 短期入所サービス | 地域密着型サービス |
| <ul style="list-style-type: none"> 短期入所生活介護 短期入所療養介護 | <ul style="list-style-type: none"> 夜間対応型訪問介護 認知症対応型通所介護 小規模多機能型居宅介護 認知症対応型共同生活介護 (グループホーム) 地域密着型介護老人福祉施設入所者生活介護 (地域密着型特別養護老人ホーム) 定期巡回・随時対応型訪問介護看護 地域密着型通所介護 看護小規模多機能型居宅介護 |

介護予防サービス（要支援1・2）

- | 居宅サービス | その他 |
|---|--|
| 訪問サービス <ul style="list-style-type: none"> 介護予防訪問入浴介護 介護予防訪問看護 介護予防訪問リハビリテーション 介護予防居宅療養管理指導 | <ul style="list-style-type: none"> 介護予防支援 介護予防福祉用具貸与 特定介護予防福祉用具販売 介護予防住宅改修 介護予防特定施設入居者生活介護 |
| 通所サービス | 地域密着型サービス |
| <ul style="list-style-type: none"> 介護予防通所リハビリテーション | <ul style="list-style-type: none"> 介護予防認知症対応型通所介護 介護予防小規模多機能型居宅介護 介護予防認知症対応型共同生活介護*3 (グループホーム) |
| 短期入所サービス | 介護予防・生活支援サービス |
| <ul style="list-style-type: none"> 介護予防短期入所生活介護 介護予防短期入所療養介護 | <ul style="list-style-type: none"> ★介護予防訪問サービス (訪問介護相当サービス) ★生活支援訪問サービス (訪問型サービスA) ★たすけあいサービス (訪問型サービスB) ★介護予防通所サービス (通所介護相当サービス) ★…事業対象者のかたもご利用いただけます。 |

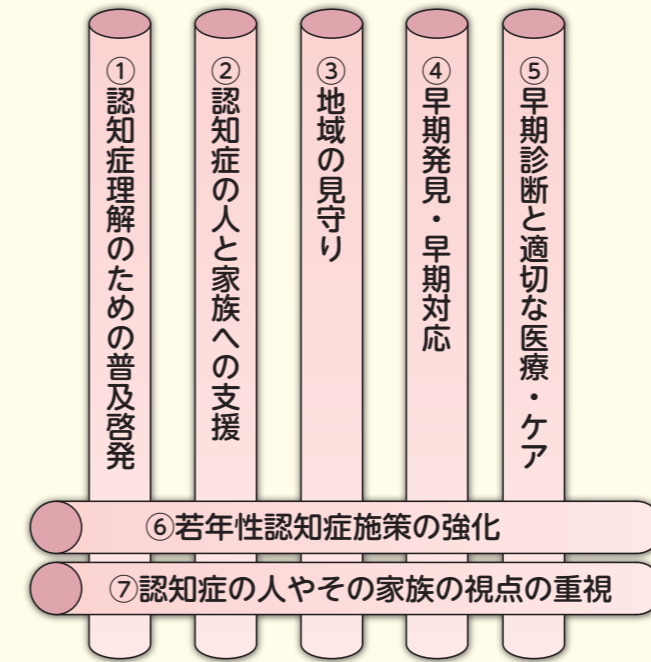
*1 介護老人福祉施設（特別養護老人ホーム）の利用は、原則要介護3以上のかたが対象です。
 *2 介護医療院・介護療養型医療施設については、柏市内には施設はありません。
 *3 介護予防認知症対応型共同生活介護（グループホーム）は、要支援1のかたは利用できません。
 *介護予防訪問介護、介護予防通所介護については、「介護予防・日常生活支援総合事業」へ移行しました。

介護保険サービスの利用料

介護保険サービスを利用したときは、原則として利用料の1割、2割または3割を支払います（残り9割、8割または7割は介護保険から給付されます）。ただし、利用できる額には限度があり、利用限度額を超えてサービスを利用した分については、全額自己負担になります。

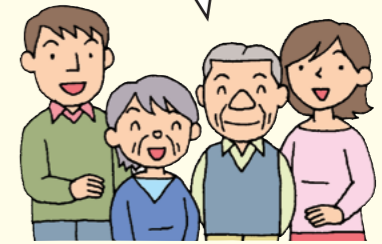
※サービスの利用者負担の割合は、要介護認定を受けたとき等に交付される「介護保険負担割合証」でご確認ください。
 ※介護保険サービス利用料の支払いが困難な低所得のかた等に対する負担の軽減制度があります。制度の詳細や申請方法については、高齢者支援課にお問い合わせください。

◆かしわ認知症オレンジ構想 ～認知症にやさしいまち・柏～を目指して



柏市は、平成27年度から「かしわ認知症オレンジ構想」により、認知症にやさしい地域づくりを推進しています。

柏市において、認知症のかたが住み慣れた地域で尊厳を持ち安心して生活できるよう①から⑤の5本の柱のすべてに⑥と⑦を反映させます。



認知症にやさしいまちづくり

認知症理解のための普及啓発

- かしわ認知症オレンジパス等の普及
- アルツハイマーデー啓発活動
- 認知症サポーターの養成・活動支援

認知症の人と家族への支援

- 認知症カフェ（かしわオレンジホッとカフェ）
- 認知症介護者交流会（かしわオレンジ介護者交流会）
- かしわ認知症対応ガイドブックの普及

早期診断と適切な医療・ケア

- 多職種による連携した支援



kashiwani© KIC 2009

早期発見・早期対応

- 認知症初期集中支援推進事業（医療や介護に繋がっていない市民を専門職が最長6か月支援）
- 認知症疾患医療センターとの連携

地域の見守り

- かしわオレンジSOSネットワーク（認知症のかたの事前登録と行方不明者の早期発見）
- はいかい模擬訓練等

詳しくは、地域包括支援課 ☎ 04-7167-2318
 または、市内の各地域包括支援センターへご相談ください。

4 在宅福祉サービス



ここからの在宅福祉サービスについては、まずこちらにご相談ください

高齢者支援課 ☎ 04 - 7167 - 1135
 地域包括支援センター 3ページ参照
 沼南支所・窓口サービス課 (福祉担当) ☎ 04 - 7191 - 7392

一人暮らしのかたが利用できるサービス

緊急通報システム

ボタン一つで受信センターの相談員に連絡できる装置をお貸しします。健康に関する相談があるときや、急に具合が悪くなり助けを呼びたいときにボタンを押して通報すると、受信センターが24時間対応します。

- 対象者 ◆65歳以上の一人暮らしのかた
 ◆市民税所得割額が16万円未満のかた

- 自己負担額 生活保護世帯 無料
 ※予定 市民税非課税世帯 500円/月
 ※予定 課税世帯 1,200円/月



協力員について

- ◆申請の際には、民生委員・児童委員とご家族、ご近所のかたなどに「協力員」として協力をしてもらっていただきます。
- ◆「協力員」のかたには、利用者の状況確認のために、受信センターから連絡をすることがあります。

※平成31年10月より、消費税の変更に伴い、自己負担額が変わります。

おおむね自立のかたが利用できるサービス

生活支援短期宿泊費助成

体調調整やご家族の都合により家にいることのできないときなどに、短期間老人ホームに宿泊することができます。

- 対象者 65歳以上で、おおむね自立のかた
- 利用回数 年10日間まで
- 助成額 施設利用料を助成 (食事代等は自己負担となります)



要支援・要介護認定を受けているかたが利用できるサービス

(☆) 印は、総合事業のチェックリストで、事業対象者と認められたかたを含みます。

配食サービス費助成

噛むことや飲み込むことが困難なため、嚥下食（ミキサー食、ムース食など）による食事摂取が必要なかたが、市が指定した業者によるお弁当の配達を利用した場合に、その費用の一部を助成します。

- 対象者 ◆要支援、要介護認定を受けている65歳以上のかたで、嚥下食による食事摂取が必要なかた (☆)
 ◆対象者および同一住所の親族の市民税所得割額の合算が16万円未満のかた

- 自己負担額 500円/食

寝具 (ふとん) 乾燥消毒

ふとん干しが困難な高齢者に、乾燥車が自宅にお伺いし、ふとんの乾燥消毒サービスを行います。

※原則、乾燥車の駐車スペースと電源 (コンセント) が必要です。

- 対象者 ◆65歳以上で要支援、要介護認定を受けている一人暮らしまたは高齢者のみの世帯で、世帯全員が寝具の乾燥および消毒を行えないかた (☆)
 ◆対象者および同一住所の親族の市民税所得割額の合算が16万円未満のかた

- 利用回数 月1回

- 自己負担額 無料

寝具 (ふとん) 丸洗い

ふとんをお預かりし、丸洗いして返却します。(ふとんの返却までに10日間ほどかかります。その間、代替りのふとんは各自ご用意ください)。

- 対象者 ◆65歳以上で要支援、要介護認定を受けているねたきりまたは認知症のかたのうち、失禁の症状のあるかた (☆)
 ◆対象者および同一住所の親族の市民税所得割額の合算が16万円未満のかた

- 利用回数 年2回まで

- 自己負担額 無料



要介護高齢者等住宅改造費補助

高齢者が安心して在宅生活を送れるよう既存住宅の改造を行うとき、改造費の一部を補助します。(新築、増築等大規模改修は対象となりません。工事中、工事済みのものも対象となりません)

●対象者 (以下の条件を全て満たす必要があります)

- ◆介護保険の要支援または要介護の認定を受けていること
- ◆柏市に居住しており、住民登録があること
(子などが他市町村などから本人を呼び寄せ、同居する場合は、呼び寄せるかたが柏市に居住しており、住民登録されていること)
- ◆対象者および同一住所の親族の市民税所得割額の合算が16万円未満のかた。詳しくは高齢者支援課にお問い合わせください。

●補助対象工事

- ①浴槽の交換
- ②流しおよび洗面台の交換
- ③和式から洋式便器への交換
- ④手すり設置、段差解消工事
- ⑤その他市長が認めた工事

●補助額

市民税額等によって異なりますので、ご相談ください。

ご注意! ▶▶

- ◆工事中および工事終了後の住宅については対象となりませんので、**必ず工事を始める前にご相談ください。**
- ◆補助を受けることができるのは、一人1回です。
- ◆介護保険制度の住宅改修費支給を優先とします。

要介護1～5の認定を受けているねたきりのかたが利用できるサービス

訪問理髪費助成

自宅で理髪を受けられる際の助成利用券を交付します。理美容師がご自宅へ伺います。

- 対象者 ◆65歳以上で要介護認定を受けているねたきりのかた
◆対象者および同一住所の親族の市民税所得割額の合算が16万円未満のかた
- 利用回数 年4回まで (申請月により異なります)
- 助成額 出張費を助成 (理髪費は自己負担となります)

要介護2～5の認定を受けているかたが利用できるサービス

介護用品 (紙おむつ) 給付

ご自宅に紙おむつを配達します。

- 対象者 65歳以上で、下記のすべてに当てはまるかた
①要介護2以上の認定を受けている (または身体障害者手帳1・2級)
②失禁があり常時紙おむつを使用している
③対象者および同一住所の親族の市民税所得割額の合算が16万円未満
*介護保険施設等に入所しているかたはご利用いただけないのでご注意ください。
- 利用回数 月1回
- 自己負担額 無料



要介護3～5の認定を受けているかたが利用できるサービス

送迎費助成

ねたきりの高齢者がストレッチャー装着のワゴン車 (横になったままで乗れる車) で医療機関への送迎を利用した場合に、その費用の一部を助成します。

- 対象者 ◆要介護3、4、5の認定を受けているねたきりの高齢者で、寝台車によらなければ移動することが困難なかた
◆対象者および同一住所の親族の市民税所得割額の合算が16万円未満のかた
- 利用条件 自宅から医療機関への通院、入退院 (転院は対象となりません)
- 助成額 片道1回 4,000円を上限とし、年間 96,000円まで (申請月により異なります)

これまでの在宅福祉サービスについては、**まずこちらにご相談ください**

高齢者支援課 ☎ 04 - 7167 - 1135
地域包括支援センター 3ページ参照
沼南支所・窓口サービス課 (福祉担当) ☎ 04 - 7191 - 7392

図書館サービス

身体に障がいがあり来館が困難なかたに対して図書館資料の郵便による貸出しを実施しています。

- 対象者 市内在住で重度身体障害もしくは、ねたきりの状態が続いており、介添えがなければ日常生活が著しく困難なかた
- 自己負担額 無料

お問い合わせ先 ▶▶ 柏市立図書館 ☎ 04 - 7164 - 5346

その他のサービス

車いすの貸出し

在宅の高齢者、その他のかたが緊急、一時的に車いすが必要になったときに、3か月以内で車いすを貸出します（無料）。対象者等、詳しくはお問い合わせください。

お問い合わせ先 ▶▶ 柏市社会福祉協議会（午前9時～午後5時）
 ◆ ボランティアセンター ☎ 04 - 7165 - 0880（月曜日～金曜日）
 ◆ 沼南社会福祉センター ☎ 04 - 7193 - 2941（月曜日～土曜日）

さわやかサービス

高齢者や障がいのあるかたが、住みなれた家で安心して暮らせるよう市民相互の支えあいを基本に、会員登録制による在宅サービスを提供しています。

* 社会福祉協議会独自のサービス事業であり、介護保険事業ではありません。

在宅福祉サービス

サービスの種類	サービス内容	利用時間	利用料金
生活援助サービス	掃除、調理、買物、洗濯、産前産後支援など	月曜日～土曜日 午前7時～午後7時	1時間 880円 その後30分毎に440円
介護サービス	外出、食事、更衣、排泄、見守りなど	※日曜日・祝日・年末年始は休み	1時間 1,100円 その後30分毎に550円
緊急通報サービス	緊急時にボタンを押すと、救援に急行し状況に応じて病院への搬送手配	24時間（年中無休）	1か月 4,104円 別に機器設置料あり
相談事業	各種在宅福祉相談、訪問相談	月曜日～金曜日 午前9時～午後5時 ※土曜日・日曜日・祝日・年末年始は休み	無料

お問い合わせ先 ▶▶ 柏市社会福祉協議会 さわやかサービス ☎ 04 - 7162 - 2557

移動サービス

車いすをお使いのかたで、公共交通機関等を利用して移動することが困難な場合に、車いす専用車両を使用して、目的地までお送りする会員制のサービスです。利用の際は、同乗者が1名必要となります。

利用料金：柏市内 1回500円／柏市外 1回600円（片道が1回となります）

利用時間：月曜日～土曜日 午前9時（車庫発）～午後5時（車庫着）

お問い合わせ先 ▶▶ 柏市社会福祉協議会 さわやかサービス（移動サービス） ☎ 04 - 7193 - 2941

福祉有償運送

社会福祉法人やNPO法人等が、公共交通機関を単独で利用することが困難な身体障がい者や要介護者等の輸送を行います。利用にあたっては、事業者への会員登録が必要です。

お問い合わせ先 ▶▶ 社会福祉課 ☎ 04 - 7167 - 1131

住民同士のたすけあいサービス

●市内広域で活動する団体

掃除、買い物、草取り、通院介助など、日常のちょっとした困りごとを住民同士でたすけあおう、という団体がいくつもできています。困ったときに気兼ねなく利用できるように、そして責任をもって応じられるように、有償、非営利にしています。

サービス内容、費用等についての詳細は各団体にお問い合わせください。

●対象者 高齢者・障がい者・子育て中のかたなど手助けを必要とするかた

●費用 利用料は1時間あたり1,000円前後。他に入会金・年会費など

各団体へのお問い合わせ先 ▶▶

名称	電話番号	名称	電話番号
① 暮らしの支援・えんがわ	080-8081-7659	⑩ 柏ひまわり会	090-8318-2157
② たすけ合いの会シニアハウス柏	04-7176-0374	⑪ NPO ふれあいの広場	04-7144-5465
③ タイムストック柏の会	090-9678-5792	⑫ VAIC コミュニティケア研究所	04-7170-0939
④ パーソナルアシスタンス・遊民	04-7157-2100	⑬ 花いちりん有償ボランティア部	04-7148-7677
⑤ うらら会	04-7172-8338	⑭ コープみらいおたがいさま	0800-500-2647
⑥ NPO法人 住まいるへるぶ	04-7174-8301	⑮ NPO ワーカーズコレクティブういず	04-7134-7201
⑦ 在宅サポート・さくら	04-7163-0634	⑯ たすけあいSOS	080-9694-0421
⑧ NPO法人 いしずえ	04-7190-1428	⑰ さわやかサービス	04-7162-2557
⑨ ナルグ東葛北ブロック	04-7174-4329	⑱ SLF ガーデンサポート	04-7100-2839

●町会等やコミュニティエリア（おおむね中学校区）で活動する団体

活動するエリア、サービス内容、費用（無償～有償）は団体により様々です。詳細については、市および柏市社会福祉協議会のホームページでご覧いただけます。

お問い合わせ先 ▶▶ 柏市社会福祉協議会 体制整備グループ ☎ 04 - 7163 - 1200

福祉サービス利用援助事業

福祉サービスを利用する時の手続きや預貯金の預入れおよび払戻し、公共料金や家賃の支払い等にお困りの高齢者や障がい者を支援するサービスです。生活支援員が、定期的に訪問し支援を行います。

●対象者 高齢者や障がい者等のかた

●費用

区分	利用料
年会費	年間3,600円（月額300円）
① 福祉サービス利用援助	援助が1時間30分未満の場合1,000円
② 財産管理サービス	以降30分ごとに500円加算
③ 財産保全サービス	年間3,000円（月額250円）

*生活保護世帯は無料です。 *上記利用料の他に交通費がかかります。

*利用料の一部助成制度もあります。助成については高齢者支援課へお問い合わせください。

お問い合わせ先 ▶▶ 柏市社会福祉協議会 かしわ福祉権利擁護センター ☎ 04 - 7165 - 1144



施設・住まいの種類

施設について

施設	特別養護老人ホーム	介護老人保健施設	認知症対応型共同生活介護(グループホーム)	軽費老人ホーム(ケアハウス)
特徴	ねたきりや認知症で日常生活において常時介護が必要で、自宅では介護が困難なかが入所します。食事、入浴、排せつなどの日常生活介護や健康管理が受けられる施設です。	病状が安定しているかたに対し、医学的管理のもとで看護、介護、リハビリテーションを一体的に提供し、自宅への復帰を支援する施設です。	認知症のかたが、少人数での共同生活を行いながら、食事や入浴などの介護や支援、機能訓練を受けられる施設です。	60歳以上のかたで、自炊ができない程度の身体機能の低下があつて、高齢等のため自立して生活するのに不安があり、家族による援助を受けることが困難なかが生活するための施設です。
入所できる人	介護保険の認定区分が原則要介護3以上	介護保険の認定区分が要介護1以上	介護保険の認定区分が要支援2および要介護1以上	上記「特徴」のとおり
月額費用	介護保険の費用の原則1割、2割または3割負担、居住費、食費等			施設によって異なりますので施設へ直接お問い合わせください。
申し込み	それぞれの施設へ直接お問い合わせください。			

養護老人ホーム

施設名	所在地	電話番号
ひかり隣保館	柏市十余二 175 - 42	☎ 04 - 7131 - 6600

お問い合わせ先 ▶▶ 地域包括支援課 ☎ 04 - 7167 - 2318

老人ホーム等の施設は、「住居・家庭環境・介護の問題」などの事情によってご家庭での生活が困難な高齢者のかたが生活するための施設です。医療行為は一部例外を除いて提供されません。

なお、施設等に入所・入居する際の介護サービスの利用については、③介護保険の欄(P16~18)も併せてご覧ください。

介護付き有料老人ホーム	住宅型有料老人ホーム	サービス付き高齢者向け住宅	養護老人ホーム
高齢者が入居し、入浴・排せつ・食事の提供・洗濯・掃除等のサービスが受けられる施設です。介護が必要になれば老人ホームと契約することで介護保険の対象となる介護サービスを利用することができます。	高齢者が入居し、入浴・排せつ・食事の提供・洗濯・掃除等のサービスが受けられる施設です。施設が提供するサービスは介護保険の対象となりませんが、外部の事業者と契約することで介護保険サービスを利用することができます。	建物はバリアフリー構造で、安否確認・生活相談・その他日常生活を支援するサービス等を受けることができる住居です。施設が提供するサービスは介護保険の対象となりませんが、外部の事業者と契約することで介護保険サービスを利用することができます。	自分で身の回りのことがだいたい行えるが、住環境および経済的な事情により自宅で生活することができないかたで、低所得(市民税均等割課税以下)世帯に属している、おおむね65歳以上のかたが生活するための施設です。
施設によって異なりますので施設へ直接お問い合わせください。			上記「特徴」のとおり(老人ホーム入所判定審査会の入所適否により決定)
家賃、食費、管理費等。介護保険によるサービスを利用した場合、費用の原則1割、2割または3割の負担が必要となります。			本人およびその扶養者の収入等に応じて費用の負担があります。
それぞれの施設へ直接お問い合わせください。			地域包括支援課へご相談ください。

◆交通事故にご注意ください

高齢者の交通事故は、自宅付近で朝・夕の散歩や通院、買い物などで外出中、夕暮れ時から夜間にかけて道路横断中に多く発生しています。通り慣れた道でも油断せずに、夜間外出する際は、明るい色の服装で、また、反射材を身につけるよう心がけましょう。また、車運転中の事故も増えています。体調が優れない時は外出を控え、運転に自信がなくなったら、運転免許自主返納についても考えてみましょう。

お問い合わせ先 ▶▶ 交通施設課

☎ 04 - 7167 - 1304



健康づくり・フレイル予防

フレイル予防・健康づくり出前講座

フレイル予防や健康づくりを目的として活動している市民グループ（サロン等）や団体に対して、高齢になっても地域でいきいきと暮らせるよう、フレイル予防や健康づくりに関する各種講座を出前形式で行います。

フレイルチェックは市民サポーターが、その他の講座は栄養士、歯科衛生士、リハビリテーション専門職、スポーツトレーナー等が、健やかな生活に役立つヒントをお伝えします。プログラムは年間4つまで利用できます。（同じプログラムは利用できません）



●申し込み 希望日の30日以上前（①は90日以上前）までに、ほのぼのプラザますおへお申し込みください。営利・宗教・政治活動および介護保険法で規定している指定居宅サービス事業所は対象外となります。詳しくはご相談ください。

●費用 無料

フレイルチェック・栄養・口腔・運動の4種類のプログラムをご利用いただくことをお勧めします

種類	プログラム	内容	概要
総合	①フレイルチェック (約2時間)	★年1回の受講をお勧めしています！ 東京大学開発（飯島教授監修）のプログラムで楽しく健康チェックしませんか？栄養（食とお口）、運動、社会生活など、あなたの健康に大切なことが分かります。	講義 測定
栄養	②栄養から介護予防 (栄養士の講座・1時間)	高齢期に必要な栄養は？食事メニューなどをもとに栄養士と一緒に考えましょう。	講義
口腔	③お口の健康と介護予防 (歯科衛生士の講座・1時間)	全身の健康を守るために、お口の機能を維持・回復するための体操や、口の健康を守る手入れ方法を歯科衛生士がお伝えします。	講義 実技
運動	④かしわロコトレ！ (1時間)	柏市在宅リハビリテーション連絡会監修による、柏市オリジナルのロコモ予防体操です。6分間、10種類の体操を手軽に楽しく取り組みます。スポーツトレーナーなどがお伝えします。	実技
	⑤体操やレクリエーションで楽しく 介護予防(1時間)	健康運動指導士、スポーツトレーナー、レクリエーションインストラクター、介護予防指導士などが、体操やストレッチの運動講座、レクリエーションを通じてフレイル予防に役立つポイントをお伝えします。	実技
	⑥体のネジしめ体操 ～頭・お口・お腹・お尻のネジしめ～ (1時間)	ゆるんだ体を鍛える体操（認知症予防、肺炎予防、コアマッスル強化、尿もれ対策など）をリハビリ専門職が行います。	講義 実技
	⑦知って得する節約術！ ～健康であることは、節約になる!?～ (1時間)	ねたきりにならない方法など日常生活のコツをリハビリ専門職がわかりやすくお伝えします。	講義 実技

※利用時間 原則として月～金曜日（祝日・年末年始を除く）午前9時から午後4時まで

お問い合わせ先 ▶▶ ほのぼのプラザますお

☎ 04 - 7170 - 5570

介護支援サポーター

介護支援サポーター制度は、高齢者の地域福祉活動を通じた社会参加および地域貢献を奨励するとともに、高齢者自らのフレイル予防を支援する制度です。

- 対象者 市内在住の65歳以上のかた（介護保険料の滞納がないかたが対象）
- 内容 事前の説明会に参加して介護支援サポーターとして登録し、介護保険施設などにおいてボランティア活動をするることにより、年額5,000円を上限に奨励金が受け取れます。

*サポーター、受入機関の登録については、下記までお問い合わせください。

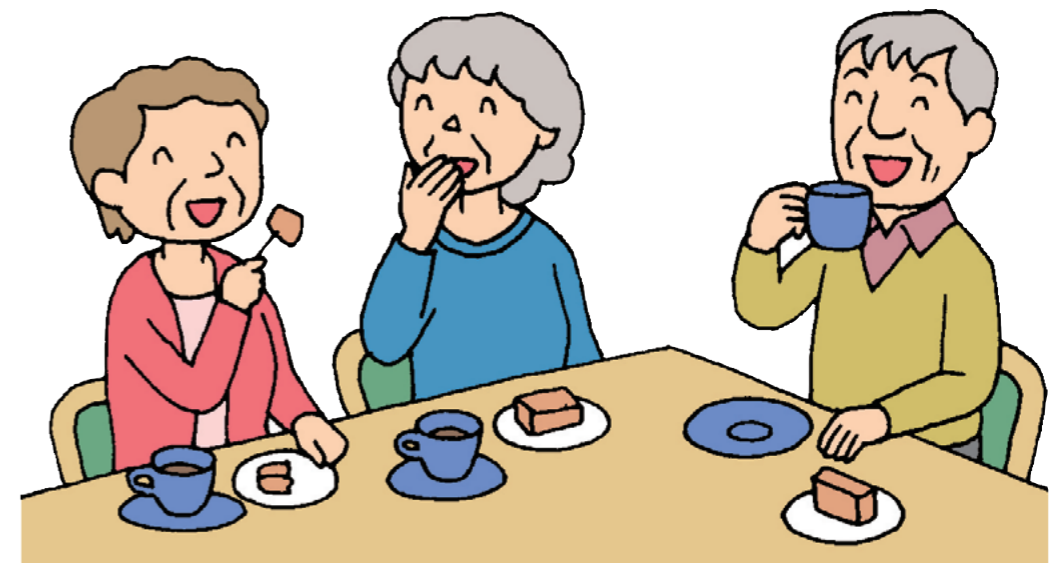
お問い合わせ先 ▶▶ 柏市社会福祉協議会 ボランティアセンター ☎ 04 - 7165 - 0880

ふれあいサロンとコミュニティカフェ（月1～2回程度開催）

身近な地域における居場所づくり、見守り・支えあいの取り組みの1つとして、ふれあいサロンや世代を問わず誰もが気軽に利用できるコミュニティカフェがあります。

多くのかたに「地域にある居心地よい場所」として利用されています。
開催日時、場所などは、柏市社会福祉協議会までお問い合わせください。

お問い合わせ先 ▶▶ 柏市社会福祉協議会 地域支援グループ ☎ 04 - 7163 - 9001



行ってみよう！通いの場

(週1回以上開催しているサロンやコミュニティカフェ)

柏市は、高齢者をはじめとし、広く地域住民を対象として活動している、ふれあいサロンやコミュニティカフェ等の通いの場を推進しています。

通いの場は、地域に住む誰もが自由に参加可能な、歩いていける距離にある「地域の居場所」です。運営するのも、参加するのも住民のみなさまです。各団体ごとにフレイル予防講座や体操、囲碁・将棋・健康麻雀、合唱など、様々なイベントを行っています。

通いの場は、いつ来てもいつ帰っても大丈夫です。ぜひお気軽にお立ち寄りください。

● 柏市内通いの場一覧

※詳細は、実施団体へ直接お問い合わせください。

地域	通いの場名称 (実施団体名称)	活動場所	お問い合わせ先	開催曜日							時間
				月	火	水	木	金	土	日	
西原	ふれあいの場 きらりん	西原2-9-1 (特養) 柏きらりの風1Fロビー	04-7155-2161				■				10:00~16:00
田中	コミュニティカフェひふみ (柏の葉サポート隊ひふみ)	柏の葉1丁目集会所 (柏の葉1-5-13)	04-7132-5621					■			13:00~16:00
田中	コミュニティルームはなみすき/ I V Y-L A B O	花野井1811 柏ビレジ商店会内	04-7149-8734	■	■	■		■	■		11:00~16:00
田中	ブチカル柏の葉	柏の葉2-3-27	04-7100-8439	■	■	■	■	■			10:00~17:00
松葉	ふれあいサロン ラ・コバン	松葉町2-15-7	04-7128-6871	■	■	■	■	■			11:00~17:00
松葉	民家ギャラリー結 (NPO法人ワークスコレクティブういす)	松葉町2-12-3	04-7134-7201		■			■			火(第1,3) 10:00~14:00 金(第2,3) 10:00~14:00
松葉	お元気かい	松葉町ライフタウン 1丁目集会所 (松葉町1-19-1 29)	04-7133-8391					■			12:00~16:00
松葉	まつばR	松葉町4-10-B7	04-7197-4521			■	■	■	■	■	水木 9:00~18:00 金土日 9:00~20:00
富勢	布施新町ものがたり広場	布施新町4-13-8	04-7133-1658		■			■			火(第1,3) 金(第2,4) 10:00~15:00
柏中央	ハートほっとサロン (宮前町会)	宮前ふれあい会館 (柏979-2)	04-7164-2018			■	■	■			水(第2,4) 金(第1,3) 9:30~12:30 金(第2) 木(第4) 13:30~16:30
富里	ご近所カフェ・みんなのたまり場 (一般社団法人NeighborhoodCare)	緑ヶ丘11-5	080-4946-0700	■	■	■	■	■			10:00~15:00
土	コミュニティー のこのこ	増尾4-1-33 増尾ふるさと会館	04-7172-9737					■			9:30~12:30
藤心	ケアラズ&オレンジカフェ みちくさ亭 (NPO法人ケアラーネットみちくさ)	藤心1-29-12	04-7138-5032	■	■	■	■		■		月火水木 11:00~17:00 土(第2,4) 13:00~16:00
風早北部	ふれあいカフェ クルトコ (NPO法人ワークスコレクティブういす)	大津ヶ丘3-4-103	04-7191-5775	■	■	■	■	■			10:00~15:00
風早北部	サロン・ド・ふれあい	大井934-2 マンション沼南エリカ内 スタジオエリカ	04-7192-1640		■		■				火 13:00~16:00 木(第1,3) 14:00~15:15
風早南部	コミュニティ「茶論」 (多世代交流型コミュニティ実行委員会)	高柳1652-1	090-1852-0207	■	■	■		■			11月~2月 9:30~16:30 3月~10月 10:00~17:00

※平成31年1月末の情報になります。

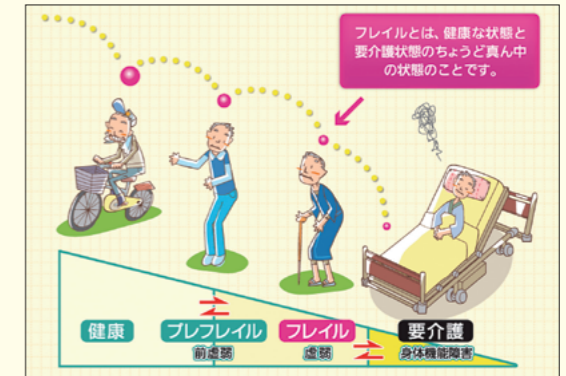
最新の情報は柏市および柏市社会福祉協議会のホームページに更新しています。

お問い合わせ先 ▶▶ 柏市社会福祉協議会 体制整備グループ ☎ 04-7163-1200

◆ 健康長寿とフレイル予防

フレイルってなんだろう？

年をとって心身の活力（筋力、認知機能、社会とのつながりなど）が低下した状態を「フレイル」と言います。フレイルは「虚弱」を意味する英語「frailty」を語源として作られた言葉です。多くの人が健康な状態からこのフレイルの段階を経て、要介護状態に陥ると考えられています。



監修：飯島勝矢教授 東京大学高齢社会総合研究機構

健康寿命に大切な3つの柱！

東京大学高齢社会総合研究機構が実施した「栄養とからだの健康増進調査」結果の分析を進めていくと、フレイルを予防して健康長寿を実現するために大切なポイントが見えてきました。それが栄養（食・口腔機能）・運動・社会参加です。

これらの3つの柱は相互に影響し合っており、特に社会参加の機会が低下すると、フレイルの最初の入口になりやすくなってきます。



監修：飯島勝矢教授 東京大学高齢社会総合研究機構

さあ、あなたもフレイル予防！

柏市では、身近な地域でフレイル予防に取り組んでいただけるよう、介護予防センターいきいきプラザ、ほのぼのプラザますおをはじめ、市内各地でフレイル予防教室やロコモフィットかしわなどの事業を行っています。詳しくは健康づくり・フレイル予防のページ（P28~P33）をご覧ください。

あなたも、健康長寿を目指し、フレイル予防に取り組んでみませんか。

お問い合わせ先 ▶▶ 地域包括支援課

☎ 04-7167-2318

介護予防センターの介護予防講座

高齢者の健康長寿を目指し、フレイル予防の概念である運動・栄養（食・口腔）・社会参加の3つの柱に基づく各種講座や地域におけるフレイル予防の担い手育成のための講座などを下記の施設を中心にして開催しています。

- 対象者 市内在住で60歳以上のかた
- 申し込み 介護予防センターが発行する「講座案内」又は「広報かしわ」をご覧になりお申し込みください。

施設名	ほのぼのプラザますお	いきいきプラザ
所在地	柏市加賀3-16-8 (東武アーバンパークライン 増尾駅徒歩5分)	柏市柏5-11-8 (柏市役所隣り)
休館日	月曜日・祝日（月曜日が祝日の場合は火曜日も休み）・年末年始	土曜日・日曜日・祝日・年末年始
利用時間	午前9時～午後4時30分	午前8時30分～午後5時15分
施設内容	1階 くつろぎ館、パソコンルーム 2階 まなび館、ものしり館、ふれあい館	1階 デイサービス室 2階 研修室

お問い合わせ先 ▶▶ ほのぼのプラザますお ☎ 04 - 7170 - 5570



ロコモフィットかしわ

骨や筋肉などの運動器（うんどうき）が衰えることにより、十分歩くことができず日常生活に支障をきたすロコモティブシンドロームを予防するために、近隣センターなどでロコモ予防体操教室を行っています。詳しくは、お問い合わせください。

- 会場 市内の近隣センター、ふるさと会館 など
- 対象者 市内在住で65歳以上のかた、40～64歳の柏市国民健康保険加入者
各会場ごとに定員があります。
- 費用 無料

お問い合わせ先 ▶▶ 地域包括支援課 ☎ 04 - 7167 - 2318

ロコモ予防体操「かしわロコトレ！」

6分間の音楽に合わせて気軽に楽しくロコモ予防に取り組める柏市オリジナルロコモ予防体操です。取り組むかたの体力に合わせて、立つ、座るのいずれの姿勢でも行えます。

個人はもちろん、仲間同士で楽しく取り組んでみませんか。

●個人で取り組む場合

柏市オフィシャルウェブサイトから体操の動画を閲覧できるほか、体操のリーフレット（解説写真入り）をダウンロードすることもできます。

●グループや団体で取り組む場合

地域でフレイル予防に取り組む市民グループ（サロンなど）や団体に対し、DVDやCDの無料配布を行うほか、ご希望があれば体操講師を派遣します。詳しくはお問い合わせください。



お問い合わせ先 ▶▶ 地域包括支援課 ☎ 04 - 7167 - 2318

7 生きがいづくり



生涯現役で活躍

柏市生涯現役促進協議会

窓口、セミナー、ホームページを通して、新たにお仕事やボランティア、趣味・学習、健康づくりなどをスタートしたいかたに、ご希望に応じた情報を提供・紹介しております。

●かしわ生涯現役窓口

協議会の相談員が、皆さまのご相談に応じて、丁寧にお話をお伺いして、様々な情報の提供や就職活動のアドバイス、シルバー人材センターやハローワーク、社会福祉協議会など様々な関係機関への橋渡しをいたします。電話でのご相談も承っております。(予約・登録不要)

●場 所 DayOneタワー3F パレット柏内(柏市柏1-7-1-301)

●開所日時 平日午前10時～午後4時(年末年始・祝日除く)

●電話番号 04-7157-0282

●かしわ生涯現役ネット

協議会のホームページ「かしわ生涯現役ネット」でも、情報提供や体験談のご紹介などしております。詳しくは「かしわ生涯現役ネット」でインターネット検索をしてください。

●生涯現役セミナーの実施

福祉、小売り・サービスなどの分野別のお仕事セミナーやその他、相談会などを実施しております。広報紙やかしわ生涯現役ネットを通してお知らせいたしますので、「ちょっと話を聞いてみたい!」というかたは是非セミナーをご活用ください。

お問い合わせ先 ▶▶ 柏市生涯現役促進協議会 ☎ 04-7157-0282

仲間づくり

シニアクラブ

豊かな経験を活かし、生きがいを高めるとともに、健康、友愛、奉仕の精神を理念におき、地域福祉活動、研修・教養の向上、社会福祉活動など地域社会づくりを推進するため活動している集まりです。

柏市シニアクラブ連合会には、約95のクラブ加入があり、約5,600人の会員がおります。

●対象者 市内在住でおおむね60歳以上のかた
加入の申し込みは地域のシニアクラブへ

お問い合わせ先 ▶▶ 柏市シニアクラブ連合会事務局 南部老人福祉センター内
(土曜日・日曜日・祝日休み) ☎ 04-7138-5970
Fax 04-7138-5980

趣味・学習

シルバー作品展

高齢者が趣味や教養の一環として創った陶器、絵画、書道、写真、手工芸品、短歌、俳句、川柳を展示して、交流を深めるとともに、その活動について市民の理解を深めようとするものです。

お問い合わせ先 ▶▶ 高齢者支援課 ☎ 04-7168-1996

生涯学習まちづくり出前講座

柏市の職員が、ご指定の場所にお伺いして、様々なメニューについてお話をさせていただきます。町会の集まりやサークルの学習会などでご活用ください。



●対象者 柏市在住、在勤、在学の原則10名以上の団体

●申し込み 開催希望日のおおむね3か月前から3週間前までの間に直接担当課へ連絡し、日程等を調整のうえ、申し込み手続きをしてください。

※学習メニュー一覧は、柏市オフィシャルウェブサイトにご覧いただけます。

生涯学習課、近隣センター、図書館などでも、配布しております。

●その他 出前講座以外にも、ボランティア講師の情報を掲載した「生涯学習ボランティア登録者名簿」、柏市内等で開催が予定されている学習機会の情報を掲載した「生涯学習ガイド(春季版・秋季版)」も発行しておりますのでぜひご活用ください。

お問い合わせ先 ▶▶ 生涯学習課 柏市大島田48-1 ☎ 04-7191-7393
Fax 04-7190-0892

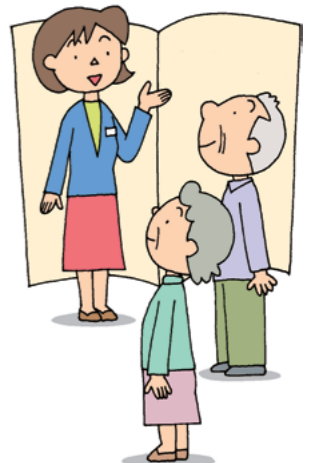
高齢者講座

中央公民館では生涯学習の観点にたった高齢者向けの講座を設けております。

学習内容はいろいろな分野から取り上げています(広報かしわに掲載)。

●対象者 60歳以上のかた

●費用 無料



お問い合わせ先 ▶▶ 中央公民館 ☎ 04-7164-1811

千葉県生涯大学校

千葉県生涯大学校は、シニアのかたがたが、新しい知識を身につけ、広く仲間づくりを図ることによって、学習の成果を地域活動に役立てるなど社会参加による生きがいの高揚に資することおよび高齢者等が福祉施設、学校等におけるボランティア活動、自治会の活動の担い手となることを促進することを目的としています。

●**対象者** 千葉県内に住所を有するシニアのかたで、健康づくりや仲間づくり、社会参加意欲のあるかた

●**費用** 入学金 無し

授業料 (年額)	◆健康・生活学部	16,100円 (週1回)
	◆造形学部園芸まちづくりコース	32,700円 (週1回)
	◆造形学部陶芸コース	58,200円 (週2回)
	◆地域活動専攻科	16,100円 (週1回)

実習に要する材料費、校外活動に要する交通費等は自己負担
※健康・生活学部と造形学部園芸まちづくりコースの修業年数は2年です。

お問い合わせ先 ▶▶ 千葉県生涯大学校 事務局 ☎ 043 - 266 - 4705

◆振り込め詐欺にご用心!!

被害者は、誰もが振り込め詐欺の存在を知っていたにもかかわらず、だまされてしまいました。自分だけは大丈夫だと思っていないか？

振り込め詐欺被害は、千葉県内では1日3～4件の割合で、柏市内でも1週間に2件の割合で発生しています。振り込め詐欺は、テレビや新聞で見ただけの事件ではありません。他人事ではありません。

	被害金額	被害件数
千葉県	26.3億円	1,343件
柏市	1.5億円	97件

(平成30年中)

これらは詐欺です!

- 息子や孫をかたり「お金が必要、他の人が取りに行く。」
- 警察官や銀行協会をかたり「キャッシュカードを預かりに行く。」
- 市役所職員をかたり「還付金がある、ATMで手続きを。」

電話がかかってきても…

ひとりで判断しない。家族以外にお金は手渡さない。電話でお金の話(金銭・キャッシュカードの要求、還付金がある、必ず儲かる)が出たら、迷うことなく必ず家族、友人、近所の人や警察署、市役所に確認・相談しましょう。

ご存知ですか?

振り込め詐欺対策ができる電話機があるんです!

- 柏市では、65歳以上のかたが対象電話機を購入した際に補助金(最大10,000円)を交付しています。
- 対象条件や申請手続きなどは、市ホームページまたは防災安全課へご確認をお願いします。

あやしい電話はすぐ相談!

柏警察署
☎ 04-7148-0110

防災安全課
☎ 04-7167-1115

就 労

ハローワーク松戸 ジョブパーク柏

ハローワークプラザ柏

柏地区でより充実した求人情報の提供、職業相談・職業紹介を行っております。

所在地	柏市柏4-8-1 柏東口金子ビル3F (柏駅東口より徒歩5分)
お問い合わせ先	☎ 04 - 7166 - 8609
業務時間	平日 午前10時15分～午後7時

公益社団法人 柏市シルバー人材センター

市内在住の60歳以上の健康で働く意欲のあるかたに会員になっていただき、地域の日常生活に密着した、高齢者にふさわしい仕事を紹介・提供します。

●**入会手続き** 入会説明会を毎月実施しています。入会説明会(入会受付)に必要な資料を自宅へ送りますので、お電話ください(月曜日～金曜日 午前8時30分～午後5時15分)。入会説明会后、(即日)入会受付をします。

●**年会費** 年会費2,400円(10月～翌年3月に入会されたかた1,200円)

●**休業日** 土曜日・日曜日・祝日・年末年始

- 仕事の内容**
- ①請負または委任事業…施設管理(近隣センター、駐輪場、駐車場、公園等)、屋内外清掃、パソコン訪問、植木手入れ、除草
 - ②派遣事業……………介護施設配膳、スーパーの品出し、レジ、販売等就業先の指揮命令下で働きます。
 - ③有料職業紹介事業……事業所等に直接雇用されます。臨時的かつ短期的またはその他の軽易な指揮命令のある業務。

お問い合わせ先 ▶▶ 柏市シルバー人材センター ☎ 04 - 7166 - 6681

所在地 ▶▶ 柏市柏下66-1 柏市保健勤労会館2階

敬老事業

敬老祝金

●**対象者** 4月1日現在に柏市に居住し、住民登録をしているかたで、100歳の年齢に達し、9月1日現在も居住しているかた(対象者の年齢は、4月1日から翌年3月31日に達するかた)

●**祝金** 30,000円

お問い合わせ先 ▶▶ 高齢者支援課 ☎ 04 - 7168 - 1996



市の施設等

老人福祉センター

高齢者が、お互いに親睦を図り、各種の相談や、教養の向上、レクリエーション、介護予防に役立つ講座など、高齢者の健康で明るい生活を支援するための施設です。

- 対象者 市内在住で60歳以上のかた
団体の場合は、構成員全員が60歳以上かつ過半数が市内在住者であること
- 利用方法 初回のみ住所、年齢のわかるもの（保険証等）をご持参ください。利用証を発行します。2回目からは、利用証のみをご持参ください。
※利用申し込みをされる際、万が一の場合に備えて緊急連絡先をお聞きしております。
- 費用 無料 ※電気式陶芸窯を利用される場合は、利用料がかかります。
- 利用時間 午前9時30分～午後4時
※入浴は、午前10時から午後3時（柏寿荘、沼南老人福祉センター）、
午前10時から午後3時30分（南部老人福祉センター）
- 送迎バス 各老人福祉センター行きの送迎バスが利用できます。詳しくは42、43ページをご覧ください。
※送迎バスの運行は、変更となる場合がありますので、ご了承ください。

◆ 柏寿荘（所在地 柏市船戸山高野 535）	
お問い合わせ先	☎ 04 - 7131 - 9511
休館日	日曜日・祝日・年末年始
主な施設	浴室、大広間、講座室、陶芸室、庭園等
◆ 南部老人福祉センター「かたくりの里」（所在地 柏市藤心293-1）	
お問い合わせ先	☎ 04 - 7176 - 6151
休館日	日曜日・祝日・年末年始
主な施設	浴室、大広間、陶芸室、会議室、和室等
◆ 沼南老人福祉センター「いこい荘」（所在地 柏市塚崎1356）	
お問い合わせ先	☎ 04 - 7192 - 1401
休館日	日曜日・祝日・年末年始
主な施設	浴室、集会室、講座室等

お問い合わせ先 ▶▶ ◆管理運営 柏市社会福祉協議会 ☎ 04 - 7193 - 2941 (代)
◆高齢者支援課 ☎ 04 - 7168 - 1996

豊四季台老人いこいの家



話し合いや娯楽の場としてご利用
いただく施設です。

休館日	月曜日・年末年始
利用できる時間	午前9時～午後4時
所在地	柏市豊四季台1-1-114
お問い合わせ先	☎ 04 - 7147 - 1990

- 対象者 市内在住で60歳以上のかた（団体の場合は、市内在住で60歳以上のかたが構成員の過半数であること）
- 申し込み 上記の電話番号にて空き状況をご確認のうえ、直接お越しくください。
（予約する場合は、使用する日の属する月の前月の初日から当該使用する日の間までに申し込み）
- 費用 無料

お問い合わせ先 ▶▶ 豊四季台老人いこいの家 ☎ 04 - 7147 - 1990

借上バス利用費補助事業

市内の地域活動に貢献している団体が民間のバスを借り上げて、視察、研修、ボランティア活動をする場合に、当該団体に対しバス借上料を補助します。

- 対象団体 ボランティア団体、子育て支援団体、青少年健全育成団体、高齢者等福祉団体、町会などの地縁団体など柏市の地域活動に貢献している団体（構成員は柏市民）でおおむね20人以上の団体
- 対象事業 視察、研修または学習活動、社会福祉等に関するボランティア活動
※観光、遊興その他娯楽が主たる目的の活動は対象となりません。
- 利用回数 1団体につき、1年度（4月1日から翌年3月31日まで）あたり2回まで
- 補助対象経費 バス借上料のみ
※高速道路等交通料、駐車場使用料等のその他の付帯費用は対象となりません。
- 申し込み 利用日3か月前の月の初日午前9時より受付を開始いたします。応募者多数の場合、抽選を行います。詳しくはお問い合わせください。
- 補助金額 バス1回の利用につき、下記のとおりとなります。
※①、②とも1,000円未満は切り捨て
①バス借上料が40,000円以内の場合→満額補助
②バス借上料が40,000円を超える場合→40,000円 + (40,000円を超える額×1/2) 但し、補助上限額は75,000円

お問い合わせ先 ▶▶ 高齢者支援課 ☎ 04 - 7168 - 1996

市で募集しているボランティア

柏市公園里親制度（アダプトプログラム）

市内の公園里親（養親）となって身近な公園を愛情を持って育てるボランティア活動です。
アダプトとは「養子縁組する」という意味で、公園を子どもにみたくて、市と活動の合意を取り交わしたうえで、清掃活動等を行っていただく公園美化活動です。

- 対象者 2名以上のグループで参加すること（市内外在住問わず）
※清掃用具等の貸与あり。 ※年1回活動報告を提出していただきます。

お問い合わせ先 ▶▶ 公園管理課 ☎ 04 - 7167 - 1309

エンジョイ・パトロール

好きな時間に好きな場所で帽子を被って歩くだけで、犯罪の抑止につながります。日ごろ、健康増進や趣味の一環として行っている散歩やジョギングに併せて、防犯パトロールを行うことにより、地域の子どもや財産を犯罪者から守りましょう。

- 対象者 柏市在住、在勤、在学の18歳以上のかたで「エンジョイ・パトロール」の目的に賛同され、柏市内を週1回以上パトロールできるかた
※帽子は無償貸与。
※市でボランティア保険に加入します。



お問い合わせ先 ▶▶ 防災安全課 ☎ 04 - 7167 - 1115

かしわファミリー・サポート・センター

子育ての援助をしてほしい人（利用会員）と子育ての援助をしたい人（協力会員）をつなぎ、地域で育児を助け合う活動です。活動例は、保育園や学童保育への子どもの送迎や、自宅での預かり等です。協力会員として子育て世帯を支援しませんか？



- 対象者 市内在住で、子育てを応援したいかた
※基礎研修会にご参加いただきます。
- 報酬 月～金曜日 午前7時～午後8時 1時間700円
上記以外の曜日と時間、祝日、年末年始 1時間800円

お問い合わせ先 ▶▶ 柏市社会福祉協議会 かしわファミリー・サポート・センター ☎ 04 - 7190 - 5225

ブックスタート

1歳6か月児健康診査を受診する親子に、絵本を介して親子で楽しむふれあいの時間の大切さについてメッセージを伝えていただきます。その他にも、ブックスタートにおける研修会などの企画にも参加していただけます。ボランティアが初めての方でも大歓迎です。見学から始めてみませんか？



- 対象者 子育て支援に興味のあるかた（年齢・性別は問いません）

お問い合わせ先 ▶▶ 柏市立図書館本館 ☎ 04 - 7164 - 5346

このハガキ、詐欺です！

ハガキの電話番号に電話をするとお金を要求されることも!?

総合消費料金に関する 訴訟最終告知のお知らせ

管理番号(け)7423

具体的な契約内容、
金額、契約日時が
書いてありません。

同じ方に何度も
届くことがあります。

この度、ご通知致しましたのは貴方の利用されていた契約会社、ないし運営会社から契約不履行による民事訴訟として、訴状が提出されました事をご通知致します。

裁判取り下げ最終期日を経て訴訟を開始させていただきます。

尚、ご連絡なき場合原告側の主張が全面的に受理され執行官立会いの元、給料差押え及び動産、不動産物の差し押さえを強制的に履行させていただきますので裁判所執行官による執行証書の交付を承諾していただくようお願い致します。

裁判取り下げなどのご相談に関しましては当局にて承っておりますので、職員までお問合せ下さい。

尚、書面での通達となりますのでプライバシー保護の為、ご本人様からご連絡頂きますようお願い申し上げます。

たくさんの方に
一斉に送ら
れています。

不安をおおるよ
うな表現がみ
られます。

※取り下げ最終期日 平成31年〇月×日

あわてて電話をか
けさせるため、数
日後が取り下げ最
終期日になってい
ます。

法務省管轄支局 国民訴訟通達センター
東京都千代田区霞が関〇-△-×
お問合せ窓口 03-〇〇〇〇-××××
受付時間9:00～19:00

公的機関のような差出人名を
使っていますが、国にはそのよ
うな名称の組織は存在しません。

心配なときは、消費生活センターにお電話を！

●柏市消費生活センター …… ☎04-7164-4100

月～金・第3土曜日 9:00～16:30

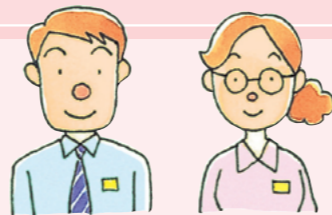
●千葉県消費者センター …… ☎047-434-0999

月～金曜日 9:00～16:30
土曜日 9:00～16:00

●消費者ホットライン …… ☎188

最寄りの消費生活相談窓口を案内する全国共通ナビダイヤル





柏市老人福祉センター送迎バス予定時刻表 (月・火・水曜日)

月曜日 (南部・沼南老人福祉センター行)		火曜日 (柏寿荘行)		水曜日 (沼南・南部老人福祉センター～柏寿荘)	
発車時間	停留所	発車時間	停留所	発車時間	停留所
(1回目)		(1回目)		(1回目)	
9:00	柏市役所玄関前	9:00	柏市役所玄関前	8:50	沼南老人福祉センター
9:06	柏駅東口企業バス停	9:04	柏駅西口企業バス停	9:00	南部老人福祉センター
9:08	セントマーガレット・ウエディング前	9:12	第四小学校入口	9:03	逆井駅東口
9:10	ホザナ幼稚園前	9:13	十余二東郵便局前	9:05	加文字歯科前
9:12	浅野板金前	9:18	松島そば屋前	9:08	第二ますお幼稚園入口
9:17	さくら寿司前	9:25	松葉第二近隣公園前	9:12	増尾近隣センター前
9:18	新柏駅東口	9:30	富勢中学校前	9:15	さくら寿司前
9:20	加賀郵便局前	9:35	布施近隣センター前	9:21	千代田町公園前
9:22	増尾西小学校前	9:37	新町ふるさとセンター前	9:26	アミュゼ柏前
9:24	夢庵増尾台店前	9:47	市立柏病院入口	9:30	柏市役所玄関前
9:25	加文字歯科前	9:49	花野井神社前	9:40	北柏北口前
9:27	逆井駅東口	9:56	田中近隣センター前	9:45	市立柏病院入口
9:31	南部老人福祉センター	10:02	柏寿荘 (着)	9:50	田中近隣センター前
9:41	沼南老人福祉センター(着)			9:56	柏寿荘 (着)
(帰宅バス時間)		(帰宅バス時間)		(帰宅バス時間)	
14:20	沼南老人福祉センター (発)	14:20	柏寿荘 (発)	11:00	柏寿荘 (発)
14:30	南部老人福祉センター			11:07	田中近隣センター前
(2回目)		(2回目)		(2回目)	
10:13	南部近隣センター前	10:28	みどり台郵便局通り	11:15	市立柏病院入口
10:17	ロイヤルホームセンター南増尾店前	10:31	クリニック柏の葉前	11:24	北柏北口前
10:20	南増尾バス停そば	10:41	松葉第二近隣公園前	11:31	柏市役所玄関前
10:22	東酒井根バス停前	10:47	北柏北口前	11:35	アミュゼ柏前
10:25	第二ますお幼稚園入口	10:52	市立柏病院入口	11:41	千代田町公園前
10:28	ほそや歯科医院前	11:10	柏寿荘 (着)	11:48	さくら寿司前
10:30	逆井駅東口			11:51	増尾近隣センター前
10:33	南部老人福祉センター			11:55	第二ますお幼稚園入口
10:43	沼南老人福祉センター (着)			11:58	加文字歯科前
(帰宅バス時間)		(帰宅バス時間)		(2回目)	
15:50	沼南老人福祉センター (発)	15:50	柏寿荘 (発)	13:40	沼南老人福祉センター (発)
16:00	南部老人福祉センター			13:50	南部老人福祉センター
				13:53	逆井駅東口
				13:55	加文字歯科前
				13:58	第二ますお幼稚園入口
				14:02	増尾近隣センター前
				14:05	さくら寿司前
				14:11	千代田町公園前
				14:16	アミュゼ柏前
				14:19	柏市役所玄関前
				14:30	北柏北口前
				14:35	市立柏病院入口
				14:40	田中近隣センター前
				14:48	柏寿荘 (着)
(帰宅バス時間)		(帰宅バス時間)		(帰宅バス時間)	
				15:20	柏寿荘 (発)

- ※(1) 交通事情により時刻どおりに運行ができないこともありますので、あらかじめご了承ください。
- (2) 停留所以外の乗車および下車はできません。
- (3) 帰宅バスは、行きと逆のルートで運行します。
ただし、火曜日2回目の帰宅バスは行きのルートです。
また、水曜日の帰宅バスは2回目ルートのみです。
- (4) 土曜日・日曜日・祝日・年末年始および老人福祉センター休館日は運行いたしませんのでご確認ください。

柏市老人福祉センター送迎バス予定時刻表 (木・金曜日)

木曜日 (柏寿荘行)		金曜日 (南部・沼南老人福祉センター行)	
発車時間	停留所	発車時間	停留所
(1回目)		(1回目)	
9:00	柏市役所玄関前	9:00	柏市役所玄関前
9:04	柏駅西口企業バス停	9:03	桜台交差点
9:06	柏中学校体育館脇	9:04	エステート荒工山前
9:07	東葛高校正門前	9:05	千代田町公園前
9:13	柏第二小学校前	9:06	日立台公園前
9:17	豊四季千葉興業銀行裏	9:07	マリモ理容店前
9:18	豊四季NTT入口	9:09	豊町保育園入口
9:19	旭町消防署前	9:12	南柏駅東口
9:22	豊四季団地6号棟前	9:12	昭花園前
9:24	西光院入口	9:15	光ヶ丘小学校前
9:26	金森医院前	9:18	光ヶ丘マツモトキヨシ前
9:33	小池農園前	9:21	酒井根保育園入口
9:34	クリニック柏の葉前	9:22	南増尾バス停そば
9:39	初石病院前	9:23	ロイヤルホームセンター南増尾店前
9:41	西原高架橋上	9:24	南部近隣センター前
9:43	みどり台郵便局通り	9:25	土南部保育園前
9:53	柏寿荘 (着)	9:31	南部老人福祉センター
		9:41	沼南老人福祉センター (着)
(帰宅バス時間)		(帰宅バス時間)	
14:20	柏寿荘 (発)	14:20	沼南老人福祉センター (発)
		14:30	南部老人福祉センター
(2回目)		(2回目)	
10:15	柏寿荘 (発)	10:08	さくら寿司前
10:25	田中幼稚園下	10:09	新柏駅東口
10:26	柏ビレジ近隣センター前	10:11	つくしが丘ふるさと会館前
10:30	松葉第二近隣公園前	10:12	東中新宿公園前
10:35	北柏北口前	10:14	酒井根東小学校前
10:50	市立柏病院入口	10:16	中原タバコ店前
10:52	タケヤ洋品店前	10:19	夢庵増尾台店前
11:00	柏寿荘 (着)	10:21	加文字歯科前
		10:22	逆井駅東口
		10:25	南部老人福祉センター
		10:35	沼南老人福祉センター (着)
(帰宅バス時間)		(帰宅バス時間)	
15:55	柏寿荘 (発)	15:50	沼南老人福祉センター (発)
		16:00	南部老人福祉センター

お問い合わせ先 ▶▶ 高齢者支援課

☎ 04 - 7168 - 1996

索引

あ	シニアクラブ	34
行ってみよう！通いの場	市民相談	5
エンジョイ・パトロール	住宅リフォーム相談	6
老いじたくあんしん相談室	住民同士のたすけあいサービス	25
往診のできる医療機関	生涯学習まちづくり出前講座	35
か	消費生活相談	6
介護サービスの利用までの流れ	シルバー作品展	35
～サービスの使いかた～	寝具（ふとん）乾燥消毒	21
介護支援サポーター	寝具（ふとん）丸洗い	21
介護保険サービスの利用料	心配ごと相談	5
介護保険のサービス	生活支援短期宿泊費助成	20
介護保険の被保険者	成年後見制度相談	6
介護保険の保険料	送迎費助成	23
介護用品（紙おむつ）給付	た	
介護予防センターの介護予防講座	地域包括支援センター	3
かしわオレンジSOSネットワーク事前登録	千葉県生涯大学校	36
かしわオレンジ介護者交流会	特殊歯科診療（愛称：かむかむ歯科診療所）	12
かしわオレンジホットカフェ	図書館サービス	23
かしわ歯科相談室	豊四季台老人いこいの家	39
柏市公園里親制度（アダプトプログラム）	な	
柏市国民健康保険の特定健康診査	認知症にやさしいまちづくり会議	9
柏市生涯現役促進協議会	認知症110番（電話相談）	9
柏市地域生活支援センター あいネット	は	
柏市75歳以上の健康診査	はいかい高齢者等みまもりシステム	8
柏市防災福祉K-Net	配食サービス費助成	21
柏市老人福祉センター送迎バス予定時刻表	ハローワーク松戸 ジョブパーク柏	37
柏地域医療連携センター	福祉サービス利用援助事業	25
かしわファミリー・サポート・センター	福祉有償運送	24
借上バス利用費補助事業	ブックスタート	40
がん検診	ふれあいサロンとコミュニティカフェ	29
緊急通報システム	フレイル予防・健康づくり出前講座	28
車いすの貸出し	訪問歯科診療	12
敬老祝金	訪問理髪費助成	22
健康相談	保健事業利用券	10
公益財団法人 柏市医療公社	ま	
公益社団法人 柏市シルバー人材センター	街角の年金相談センター柏	6
公益社団法人 認知症の人と家族の会	民生委員・児童委員活動	5
千葉県支部	や	
後期高齢者医療制度	要介護高齢者等住宅改造費補助	22
高齢者インフルエンザ予防接種	要介護（要支援）認定までの流れ	17
高齢者関係機関一覧	養護老人ホーム	26
高齢者講座	ろ	
高齢者の栄養相談	老人福祉センター	38
高齢者肺炎球菌予防接種	ロコモフィットかしわ	33
さ	ロコモ予防体操「かしわロコトレ！」	33
さわやかサービス		
施設について		

介護リフォームなら お任せください！

柏市密着で自然派健康住宅をご提供します。



地元で一番近い、
リフォーム専門店



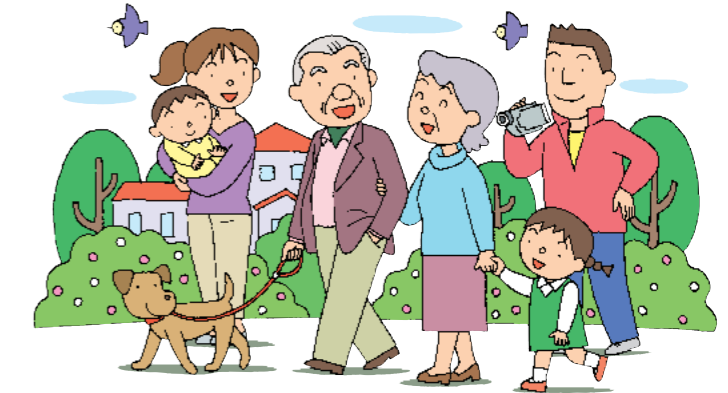
累計施工実績
7000件以上！

ドリームリビングリフォーム館

☎ 0120-66-7718 9:00～18:00 / 年中無休

創業 明治20年
SINCE 1887 **株式会社助川工務店**

〈本社〉〒277-0005 柏市柏 6-6-18 ☎ 04-7163-1011 (代)
http://www.sukegawanet.com



高齢者いきいきガイド 広告掲載のご案内

高齢者いきいきガイドは、市役所の窓口をはじめ、市内の近隣センターや地域包括支援センター、高齢者関連施設等の窓口に配架されます。また、65歳に到達した方に対して直接の郵送も行っているため、多くの高齢者の方々に見ていただく機会の多い冊子です。

ぜひ本冊子を活用して企業情報PR・活動PRをしてみませんか？

広告募集
予定時期

・12月～1月頃に、広報かしわ・市HP
において募集案内を掲載予定

広告の掲載基準・申込方法等の詳細については高齢者支援課（04-7168-1996）へお問い合わせください。

※上記の内容については、変更する可能性もあります



ハーブブランドグループ

地域の健康を心を込めてやさしくサポートいたします

健康サポート薬局 ハーブブランド薬局
 施設基準保険調剤薬局

薬剤師による無料健康相談・管理栄養士による無料栄養相談を随時承っております★全店かかりつけ薬剤師制度有

健康まつりの開催・無料講座あしたクラブ柏・あしたクラブ南柏開催
 ◎地域の健康と交流を応援します

★ハーブブランド薬局本店 TEL:04-7163-2532 ★ハーブブランド薬局柏3丁目店 TEL:04-7166-1515
 ★ハーブブランド薬局沼南店 TEL:04-7160-6682 ★ハーブブランド薬局中央店 TEL:04-7165-0123
 ★ハーブブランド薬局南柏店 TEL:04-7160-0082

居宅介護支援事業者 ハーブブランド介護サービス

ケアプラン作成・要介護認定申請代行・在宅介護、在宅生活に関する相談援助など
 TEL:04-7165-8882

指定訪問 看護事業者 ハーブブランド訪問介護ステーション

病気や障害を持った方が、その方らしく療養生活が送れるように主治医の指示書に基づいてサポートします
 TEL:04-7164-0088

お見積無料

観光バス(大、中、小型)・マイクロバス・トイレ付バス・リフト付バス

Motto is
 Safety(安全)
 Sure(確実)
 Solid(信頼)



おすすめ!!
 貸切バス事業者安全性評価認定車

(一社)全国旅行業協会正会員 (ANTA)
株 染谷観光旅行社
 SOMEYA TRAVEL AGENCY CO.,LTD.

☎ 04-7182-0034(代)

●住所 / 我孫子市台田 4-3-7
 ●FAX / 04-7182-0070
 ●Mail / s.ocean@mbk.nifty.com
 ●営業時間 /
 (月~金) 9:00 ~ 18:00
 (土) 9:00 ~ 15:00
 ●定休日 / 日曜、祝日
 ●駐車場 / 有



https://someyakankou.kagoyacloud.com/

柏市地域活動団体借上げバス受領委任払い業者

日帰研修バス 宿泊研修バス

研修先の予約致します
 (※一部施設除きます)

- ① 市役所(指定フォーム)見積書作成します
- ② バス、宿泊関係の手配致します
- ③ 研修のご相談お問合せ下さい

「SAFETY BUS」は安全に対し弛まぬ努力を
 し続けているバス会社です ご指定できます

千葉県知事登録旅行業第3-889号

東葛旅企画

〒277-0889 柏市西柏台2-3-1-103
 ☎ & FAX: 04-7154-8606

担当: 村松(携帯)080-3173-2805

MAIL: toukatsuk@outlook.jp

コープデリの夕食宅配・舞菜

- ◆月曜から金曜のうち週3日からお届けします。
- ◆管理栄養士が栄養バランスを考えた献立を日替わりでお届けします。

舞菜おかず



- 週平均1食あたり
- おかず 6種類
- 400kcal 基準
- 食塩相当量 4g以下

	週3日	週4日	週5日	1食あたり
本体	1,740円	2,320円	2,900円	580円
税込	1,879.4円	2,505.4円	3,132.4円	626.4円

舞菜弁当



- 週平均1食あたり
- おかず 5種類
- 500kcal 基準
- 食塩相当量 3g以下

	週3日	週4日	週5日	1食あたり
本体	1,605円	2,140円	2,675円	535円
税込	1,733.4円	2,311.4円	2,889.4円	577.4円

舞菜御膳



- 週平均1食あたり
- おかず 8種類
- 500kcal 基準
- 食塩相当量 4g以下

	週3日	週4日	週5日	1食あたり
本体	2,070円	2,760円	3,450円	690円
税込	2,235.4円	2,980.4円	3,726.4円	745.4円

- ※ 組合員でない方はコープみらいへのご加入が必要となります。
- ※ ご加入の際には出資金 500 円をお預かりします。出資金は脱退時に返金いたします。
- ※ 価格は 2019 年 2 月 11 日時点のものです。

フリーダイヤル **0120-502-160**
 受付 月曜日～金曜日 9:00～19:30
 土曜日 9:00～18:00



食卓を笑顔に、地域を豊かに。
 コープみらいは、組合員が出資し、食やくらしの
 願いを実現するために、運営している組織です。

高齢者関係機関一覧

機関名	所在地	電話番号 下段 (Fax 番号)
柏市役所・高齢者支援課	柏 5 - 10 - 1	☎ 04 - 7167 - 1111 (代) (04 - 7167 - 1282)
柏市役所沼南支所・ 窓口サービス課 (福祉担当)	大島田 48 - 1	☎ 04 - 7191 - 7392 (04 - 7192 - 2926)
柏市役所・地域包括支援課	柏下 65 - 1 (ウエルネス柏内)	☎ 04 - 7167 - 2318 (04 - 7167 - 8381)
柏市役所・地域医療推進課 (柏地域医療連携センター)	豊四季台 1 - 1 - 118	☎ 04 - 7197 - 1510 (04 - 7197 - 1511)
柏市役所・保険年金課	柏 5 - 10 - 1	☎ 04 - 7191 - 2594 (電話受付) (04 - 7167 - 8103)
柏市役所・保険年金課 (保健事業担当)	柏下 65 - 1 (ウエルネス柏内)	☎ 04 - 7164 - 4455 (04 - 7164 - 1263)
柏市保健所・健康増進課	柏下 65 - 1 (ウエルネス柏内)	☎ 04 - 7167 - 1256 (04 - 7164 - 1263) ☎ 04 - 7128 - 8166 (予防接種) ☎ 04 - 7168 - 3715 (成人健診)
柏市教育委員会・ 生涯学習課	大島田 48 - 1	☎ 04 - 7191 - 7393 (04 - 7190 - 0892)
柏市消費生活センター	柏下 73 (中央体育館管理棟 1 階)	☎ 04 - 7163 - 5853 (04 - 7164 - 4327)
柏市立図書館	柏 5 - 8 - 12	☎ 04 - 7164 - 5346 (04 - 7164 - 5905)
南部老人福祉センター 「かたくりの里」	藤心 293 - 1	☎ 04 - 7176 - 6151 (04 - 7176 - 6152)
柏寿荘	船戸山高野 535	☎ 04 - 7131 - 9511 (04 - 7132 - 3440)
沼南老人福祉センター 「いこい荘」	塚崎 1356	☎ 04 - 7192 - 1401 (04 - 7193 - 3303)
豊四季台老人いこいの家	豊四季台 1 - 1 - 114	☎ 04 - 7147 - 1990
介護予防センター 「ほのぼのプラザますお」	加賀 3 - 16 - 8	☎ 04 - 7170 - 5570 (04 - 7171 - 6611)
柏市社会福祉協議会・総務課	柏 5 - 11 - 8 (介護予防セ ンターいきいきプラザ内)	☎ 04 - 7163 - 9000 (代) (04 - 7163 - 9300)

高齢者 いきいきガイド

発行 / 柏市 高齢者支援課

〒277-8505 千葉県柏市柏五丁目10-1

☎04-7167-1111(代)

<http://www.city.kashiwa.lg.jp/>



環境に配慮し、古紙配合率60%の再生紙及び植物油インキを使用しています