

1.高齢者の相談・支援窓口

(1)高齢者の相談・支援窓口



社会福祉法人 大田市社会福祉協議会

大田市地域包括支援センター

地域で暮らす高齢者のみなさんの、介護や福祉に関する相談をお受けします。
まずは、下記へお電話ください！職員がご自宅に訪問し、ご相談に応じます。
(高齢者虐待に関する連絡・相談にも対応いたします。)

「お問い合わせ先」



0854-83-7766 又は **84-0326**

FAX 0854-83-7767

※ 開所時間：月曜日～金曜日：8時30分～17時15分

(土・日・祝・年末年始で急用の場合は 080-8444-3396)へ

「場所」 大田市大田町大田イ 128 番地 **大田市民センター 2階**

※案内図は裏面にあります。

地域包括支援センターの主な役割

総合相談支援

高齢者の方の介護や福祉に関する相談を受け、情報提供や関係機関と連携をとるなどの支援を行います。



介護予防ケアマネジメント

要支援の認定を受けられた方などの予防ケアプランの作成、サービス調整、評価などを行います。



権利擁護、高齢者虐待の

早期発見・防止

高齢者の人権や財産を守る権利擁護事業、虐待の早期発見・防止を進め、成年後見制度の紹介等を行います。



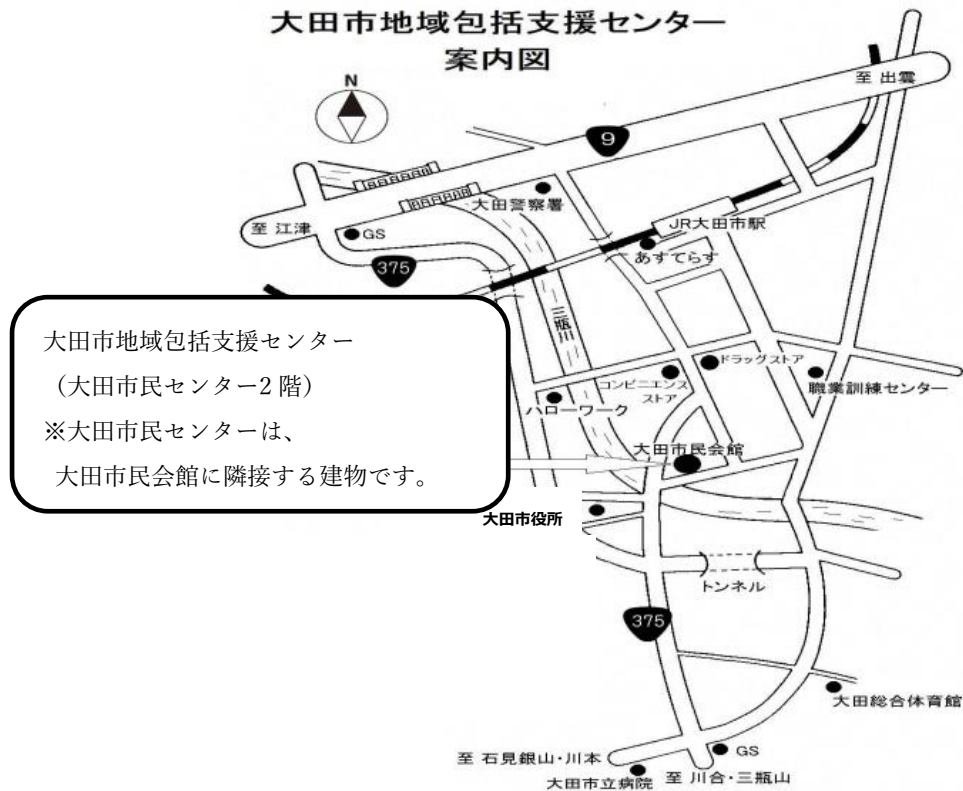
包括的・継続的ケアマネジメント

地域の様々なサービスの連携強化や、ケアマネジャーの後方支援を行うことにより、住みやすい地域づくりに取り組みます。



R6.4

大田市地域包括支援センター 案内図



(2)こころの相談

こころの不調に関することやアルコール、物忘れなどのこころの健康に関することについて、専門医による相談を行います。本人でなくても家族の方などでも相談可能です。

日程が決まっています。予約制です。事前にお電話ください。

島根県県央保健所 健康増進課

【電話】0854-84-9823

上記のほか、保健師相談は市役所でも随時受け付けています。

大田市健康増進課

【電話】0854-83-8056

安心して
ご相談ください



(3)難病専門相談

難病等でお困りの方に、年に2回、専門医による相談を行います。

難病と診断された方に限らず、治療しているがなかなか改善しない方、病名がわからず悩んでいる方、体調が悪いがどこに相談したらよいかかわからず悩んでいる方が対象です。

日程が決まっています。予約制です。事前にお電話ください。

島根県県央保健所 医事・難病支援課

【電話】0854-84-9844

島根県県央
保健所はこちら



2.各種相談支援機関・関係機関等一覧表

区分	名称	所在地	電話番号 (FAX 番号)
大田市の機関	大田市役所	〒694-0064 大田市大田町大田口 1111 番地	0854-82-1600
	大田市役所 温泉津支所 (市民生活課)	〒699-2598 大田市温泉津町小浜イ 486 番地	0855-65-3934 (0855-65-3114)
	大田市役所 仁摩支所 (市民生活課)	〒699-2301 大田市仁摩町仁万 562 番地 3	0854-88-2113 (0854-88-4276)
島根県の機関	島根県県央保健所	〒694-0041 大田市長久町長久ハ 7 番地 1	0854-84-9800 (0854-84-9819)
	島根県立心と体の相談 センター	〒690-0011 松江市東津田町 1741 番地 3 いきいきプラザ島根2階	0852-32-5905 (0852-32-5924)
法律相談	石見法律相談センター	〒697-0027 浜田市殿町 22 番地 浜田市役所北分庁舎 1 階(旧浜田警察署)	0855-22-4514 (0855-22-4814)
	山陰リーガルクリニック 大田事務所	〒694-0041 大田市長久町長久口 307 番地 5	0854-83-7780 (0854-83-7781)
社会福祉協議会	大田市社会福祉協議会本所	〒694-0064 大田市大田町大田イ 128 番地	0854-82-0091 (0854-82-9960)
	大田市社会福祉協議会 大田市地域包括支援センター	〒694-0064 大田市大田町大田イ 128 番地	0854-83-7766 (0854-83-7767)
	大田市社会福祉協議会 温泉津支所	〒699-2598 大田市温泉津町小浜イ 486 番地	0855-65-3950 (0855-65-3955)
	大田市社会福祉協議会 仁摩支所	〒699-2301 大田市仁摩町仁万 565 番地 1	0854-88-4421 (0854-88-4319)
医療機関名(病院)	大田市立病院 (地域医療連携室)	〒694-0063 大田市大田町吉永 1428 番地 3	0854-84-7199
	石東病院 (医療福祉相談室)	〒694-0064 大田市大田町大田イ 860 番地 3	0854-82-1035
	島根県立こころの医療センター (地域生活支援室)	〒693-0032 出雲市下古志町 1574 番地 4	0853-30-0556
	島根県立中央病院 (やおよろず相談プラザ)	〒693-8555 出雲市姫原 4 丁目 1 番地 1	0853-22-5111
	島根大学医学部附属病院 (地域医療連携センター)	〒693-8501 出雲市塩冶町 89 番地 1	(代表) 0853-23-2111
	島根県済生会江津総合病院 (地域医療連携室)	〒695-8505 江津市江津町 1016 番地 37	0855-54-0101

区分		名称	所在地		電話番号 (FAX 番号)
成年後見関係		大田市成年後見支援センター	〒694-0064 大田市大田町大田1 128 番地 大田市社会福祉協議会内		0854-82-0091 (大田市社会福祉協議会)
		山陰リーガルクリニック 大田事務所	〒694-0041 大田市長久町長久口 307 番地 5		0854-83-7780 (0854-83-7781)
		松江家庭裁判所 出雲支部	〒693-8523 出雲市今市町 797 番地 2		0853-21-2114
		島根県弁護士会	〒690-0886 松江市母衣町 55 番地 4 松江商工会議所ビル7階		0852-21-3225
		成年後見センター リーガルサポートしまね支部	〒690-0884 松江市南田町 26 番地		0854-22-1026
		出雲成年後見センター	〒693-0003 出雲市今市町南本町 21 番地 3 成瀬司法書士事務所内		0853-22-8097
		石見成年後見センター	〒695-0001 江津市渡津町 290 番地 1 相談支援センターえん		0855-52-7107
そ の 他 相談	こころの悩み	島根いのちの電話	0852-26-7575 (年中無休 9:00-22:00)	大田市役所健康増進課 (保健師による相談)	0854-83-8056 (平日 8:30-17:15)
		フリーダイヤル 「いのちの電話」	0120-783-556 (毎月 10 日 8:00～翌 8:00)	島根県県央保健所 (保健師による相談)	0854-84-9823 (平日 8:30-17:15)
		亀の子サポートセンター	0854-83-7278 (平日 8:30-17:30)	心と体の相談センター こころのダイヤル	0852-21-2885 (平日 8:30-17:15)
	借金、離婚、労働問題等法律に関する相談	法テラス島根	050-3383-5500 (平日 9:00～17:00)	法テラス・サポートダイヤル (はじめて相談される方)	0570-078374 (平日 9:00-21:00 土 9:00-17:00)
	公正証書作成等に 関する相談	浜田公証役場	0855-22-7281 (平日 8:30-17:00)		
	消費者問題、 悪質商法、詐欺等の相談	島根県消費者センター	0852-32-5916 (日曜～金曜日 8:30-17:00)	悪質商法 110 番 (島根県警察本部)	0852-27-4649 (平日 8:30-17:15)
		大田警察署	0854-82-0110 (年中無休 24 時間対応)	大田市消費生活センター	0854-83-8039 (平日 8:30-17:15)
	生活苦・生活不安・就労・福祉等の相談	大田市福祉事務所 (地域福祉課保護係)	0854-83-8144 (平日 8:30-17:15)	大田市社会福祉協議会	0854-82-0091 (平日 8:30-17:15)
	女性の相談	女性相談センター西部分室 (あすてらす女性相談室)	0854-84-5661 (平日 8:30-17:00)	女性相談センター	0852-25-8071
	人権に関する 相談	おおだふれあい会館	0854-82-0016 (平日 8:30-17:15)	松江地方法務局 人権擁護課	0852-32-4260 (平日 8:30-17:15)

※お電話の際は、おかけまちがえのないようご注意ください

3.生活・福祉総合相談・法律相談等

(1)生活サポートセンターおおだ

■失業・病気・人間関係などさまざまな問題で生活にお困りの方へ、各種関係機関と連携しながら解決に向けてのサポートを行います。

【受付時間】月曜日～金曜日 9時～17時 【相談料金】無料

【問い合わせ先】生活サポートセンターおおだ(大田市社会福祉協議会内)

電話:0854-82-0820

 大田市社会福祉協議会詳細はこちら

(2)生活に関する相談

■ふくしよろず相談(大田市社会福祉協議会職員が対応)

【受付時間】月曜日～金曜日 9時～17時

【場 所】大田市社会福祉協議会本所・温泉津支所・仁摩支所

【相談料金】無料

【問い合わせ先】ふくしよろず相談窓口(大田市社会福祉協議会内) 電話:0854-84-7577

■司法書士相談(島根県司法書士会大田支部の司法書士対応)

【期 日】原則、毎月第2火曜日 10時～12時

【場 所】大田市社会福祉協議会本所 【相談料金】無料 【予約】電話で事前に予約

【問い合わせ先】大田市社会福祉協議会 電話:0854-82-0091



(3)成年後見制度に関する相談

■判断能力が低下して財産管理や法律行為ができない場合などに、不利益を被らないように支援する制度です。制度について知りたい・困っていることがあるなど、お気軽にご相談ください。

【受付時間】月曜日～金曜日 9時～17時 【相談料金】無料

【問い合わせ先】大田市成年後見支援センター(大田市社会福祉協議会内)

電話:0854-82-0091

(4)消費者相談

■消費生活に関するトラブルや、詐欺・悪質商法などの相談窓口です。

【問い合わせ先】

消費者ホットライン 局番なしの 188

大田市消費生活センター(大田市人権推進課内)電話:0854-83-8039

島根県消費者センター 電話:0852-32-5916

悪質商法 110 番(島根県警察本部) 電話:0852-27-4649

【受付時間】月曜日～金曜日 8時30分～17時15分(祝日・年末年始除く)

島根県消費者センターは17時まで。日曜日は電話相談のみ対応(12時～13時は休業)。

島根県警察本部では、夜間・土日・祝日・年末年始は当直員が対応。

(5)石見法律相談センター相談会

■面談相談(石見法律相談センター弁護士による面談相談)

【期 日】原則、毎月第3金曜日 10時～16時

【場 所】おおだふれあい会館 【相談時間】40分以内

【相談料金】無料／3回目の継続相談から有料(5,000円) 【予約】電話で事前に予約

【問合わせ先】石見法律相談センター 電話:0855-22-4514

■パソコン相談(石見法律相談センター弁護士によるパソコン画面での相談)

【期 日】原則、毎週金曜日 10時～15時40分

【場 所】大田市社会福祉協議会本所【相談時間】40分以内

【相談料金】無料／3回目の継続相談から有料(5,000円) 【予約】電話で事前に予約

【問合わせ先】大田市社会福祉協議会 電話:0854-82-0091

(6)弁護士法人 山陰リーガルクリニック 大田事務所

■無料法律相談

【期 日】原則、月1回(いずれかの土曜日)

【場 所】弁護士法人 山陰リーガルクリニック 大田事務所

【相談時間】30分

【相談料金】初回に限り無料／2回目からの相談は有料
(60分まで 6,000円+消費税)

【予 約】電話で事前に予約(予約が多数の場合には出雲、松江、益田に
おいても対応可能)

【問合わせ先】弁護士法人 山陰リーガルクリニック大田事務所
電話:0854-83-7780

📍山陰リーガル
クリニック詳細は
こちら



(7)公証役場

■公証役場は、国の機関です。公正証書の作成(大切な遺言や契約など)についての相談を受け付けています。

【受付時間】 8時30分～17時(土・日・祝日を除く) 【相談料金】無料

直接行かれる場合は、事前に電話をして日時を相談してください。

【問合わせ先】浜田公証役場(いわみーる 2階)
電話:0855-22-7281

📍公証役場詳細は
こちら



4.有料宅配弁当事業所

有料宅配弁当事業所一覧表 (R6年度) ※値段はすべて税込みです。

NO	事業所名	所在地	電 話	FAX	配達日		メニュー	調理形態	常温・冷蔵	1食あたり値段
					昼 食	夕 食				
1	遊亀館 (杜食福祉法人亀の子)	大田市長久町 長久口267-6	0854 (84)0271	0854 (84)0272	月～金	月～金	■普通食 ■減塩食 ■糖尿病食 ■腎臓病食	■普通食 ■刻み食 ■極細み食	■常温弁当	■弁当:700円 ■おかずのみ:650円
令和7年3月31日をもって、閉業しました										
2	山崎食品センター	大田市大田町 大田口782	0854 (82)2241	0854 (82)3961	月～土	月～金	■健康気配り食	■健康気配り食(魚の骨を取り除き煮物を多め、揚げ物を少なめメニューです)	■常温弁当	■元気食弁当A:550円 (おかず5～6品) ■Aのおかずのみ:470円 ■元気食弁当B:600円 (おかず6～7品) ■Bのおかずのみ:520円 ■健康気配り弁当:550円 (おかず5～6品) ■おかずのみ:470円 ※お試し可能(5日間・有料) ※施設様へお届けも可能 ※配達可能エリア内でも不可の場合あり、要相談。 ※夕食は一部の地域限定。
3	生協しまね大田支所	大田市大田町 大田口1177-1	0120 (336)021	0854 (84)7157	月～金	月～金	■普通食	■普通食	■常温弁当	■弁当:610円 ■おかず5品:534円 ■おかず8品:734円 ご注文は一週間単位 ※申込は毎週水曜日16時前切 ※配達可能エリア内でも不可の場合あり、要相談。 ※翌週はお届け可
4	デイサービス やすらぎの里別府	邑智郡美郷町 別府8-5	0855 (75)8185	0855 (75)1600	土 ※5日分 お届け	土 ※5日分 お届け	■やわらか食 ■介護食 ■健康管理食	■やわらか食 ■刻み食・ムース食 ■カロリー調整食、たんぱく調整食	■冷蔵	■5,950円～9,801円 ※1日あたり2食*5日の10食分 ※申込は毎週水曜日16時前切 ※翌々週はお届け可
5	まごころ弁当大田支店	大田市大田町 大田口1177-19	0854 (84)7050	0854 (84)7080	月～土	月～土	■普通食 ■小町(小盛り) ■カロリー調整食 ■たんぱく調整食 ■ムース食	■普通食 ■刻み食 ■極細み食 ■ところみ付け ■おかゆ対応	■常温弁当 ■冷蔵弁当	■弁当:550円 ■おかずのみ:496円 対象の方:ご高齢の方、栄養管理の必要な方等 ※申し込みは配達日前日の18時前切。 ・各種調整食は702円～ ・普通食は大盛可能。

有料宅配弁当事業所の配食可能エリア

	社会福祉法人 亀の子	山陰食品 センター	生協しまね 大田支所		デイサービス やすらぎの里別府 (※デイサービス送迎 便で配達可能な場合 に限る)	まごころ弁当 大田支店 (☆:一週間分の冷凍宅配 弁当の配達可能エリア)
			夕食宅配弁当 (△:配達可能か 相談させていただ くエリア)	柔らか食、 介護職等		
大田町	○	令和七年三月三十一日をもって、 閉業しました	○	○	※	○
川合町	○		○	○	※	川合町川合、川合町吉永 (上記以外☆)
三瓶町池田			○	○	※	
三瓶町志学			○	○	※	
三瓶町多根			△	○		
山口町			△	○		
富山町			△	○		
朝山町			○	○		
波根町	○		○	○		○
久手町	○		○	○		○
鳥井町	○		○	○		○
長久町	○		○	○		○
静間町	○		○	○		○
五十猛町	○		○	○		
大屋町	○		△	○		☆
久利町	○		○	○		久利町久利、久利町松代、 久利町行恒 (上記以外☆)
大森町	○		○	○		
水上町			○	○		
祖式町			○	○		
大代町			○	○		
温泉津町湯里			△	○		
温泉津町温泉津			○	○		
温泉津町井田			△	○		
温泉津町福波			○	○		
仁摩町宅野	○		○	○		
仁摩町仁万	○		○	○		
仁摩町大田	○		○	○		
仁摩町天河内	○		○	○		
仁摩町馬路	○		○	○		

5.移動販売車事業所

事業所名	えびす商事	とくし丸事業部 (グッディーby ushio)	向日葵号
所在地	大田市大田町 大田イ157-2	大田市大田町 大田口930-2	出雲市佐田町 一窪田1236-4
電 話	0854(82)0185	0854(82)0976	090-1189-0348
FAX	0854(82)0862	0854(82)2011	—
運行日	週単位で同一個所訪問	月～土	月火木金
取り扱い商品	食肉、惣菜、菓子、野菜、 一般食料品等 注文に応じて 次回お届け可	グッディーで扱う商品 の全て 注文に応じて 次回お届け可	鮮魚、食料品、日用品等 注文に応じて 次回お届け可

※サービス内容は、各事業所に直接お問い合わせください。

販売可能エリア

	えびす商事	とくし丸事業部	向日葵号
大田町	○	○	
川合町	○	○	
三瓶町池田	○		○
三瓶町志学	○		○
三瓶町多根	○		○
山口町	○		○
富山町	○		○
朝山町	○	○	
波根町	○	○	
久手町	○	○	
烏井町	○	○	
長久町	○	○	
静間町	○	○	
五十猛町	○	○	
大屋町	○	○	
久利町	○	○	
大森町	○	○	
水上町	○	○	
祖式町	○	○	
大代町	○	○	
温泉津町湯里	○	○	
温泉津町温泉津	○	○	
温泉津町井田	○	○	
温泉津町福波	○	○	
仁摩町宅野	○	○	
仁摩町仁万	○	○	
仁摩町大国	○	○	
仁摩町天河内	○	○	
仁摩町馬路	○	○	

6.訪問理容・美容

訪問理美容事業所一覧表 (R6年度)

※値段はすべて税込みです。

NO	種別	事業所名	所在地	電 話	FAX	可能なメニュー	その他
1	訪問理容	ワダ・ヘアー&エステ理容ワダ	大田市大田町大田ハ234-1	0854-82-0746	同左	☒ シャンプー ☐ ブロー ☒ カット ☐ パーマ	・カット+顔そり 4,500円 ・カット+シャンプー+顔そり 5,000円 ・白髪染め+カット+シャンプー+顔そり 7,000円 (いずれも出張料含む) ・訪問対応曜日(月～日)
2		三上理容店	大田市久手町刺鹿2655-26	0854-82-8611	なし	☒ シャンプー ☐ ブロー ☒ カット ☐ パーマ	・カット+シャンプー 3,700円 ・カット+顔そり 4,000円 ・カット+顔そり+シャンプー 4,500円 ・白髪染め+カット+シャンプー+顔そり 6,800円 ※洗面所を使用させていただければシャンプーできます。 ※男女対応 ・訪問対応曜日(要相談)
3		ヘアーサロンのぎ	大田市仁摩町仁万1413-10	0854-88-3214	同左	☐ シャンプー ☐ ブロー ☒ カット ☐ パーマ	・カット+顔そり(男性) 3,700円～ ・カット(女性) 3,500円～ ・カット+顔そり(女性) 5,000円～ ※上記金額とは別に交通費500円～(距離による)必要 ・訪問対応曜日(要相談)
4	訪問美容	タビラ美容室	大田市大森町ハ194-2	0854-89-0434	同左	☐ シャンプー ☐ ブロー ☒ カット ☐ パーマ	・カットのみ 2,000円 ・白髪染め+カット+シャンプー+顔そり 7,000円 ・訪問対応曜日(月曜、要相談)
5		ソニヤ美容室	大田市大田町大田イ448-1	0854-82-0165	同左	☐ シャンプー ☐ ブロー ☒ カット ☐ パーマ	・カット 3,000円 ・訪問対応曜日(要相談)

訪問理美容事業所の対応可能エリア

	ワダ・ヘアー& エステ 理容ワダ	三上理容店	ヘアーサロンのぎ	タビラ美容室	ソニヤ美容室
大田町	○			○	○
川合町	○				○
三瓶町池田	○				
三瓶町志学	○				
三瓶町多根	○				
山口町	○				
富山町					
朝山町				○	○
波根町	○	○		○	○
久手町	○	○		○	○
鳥井町	○				○
長久町	○			○	○
静間町	○				○
五十猛町					
大屋町					○
久利町	○			○	○
大森町	○		○	○	
水上町	○		○	○	
祖式町	数件あれば対応				
大代町	数件あれば対応				
温泉津町湯里			○		
温泉津町温泉津			○		
温泉津町井田			○		
温泉津町福波			○		
仁摩町宅野			○	○	
仁摩町仁万			○	○	
仁摩町大国			○	○	
仁摩町天河内			○		
仁摩町馬路			○		



7.暮らしの困りごとと支援

その他、以下の事業所で暮らしの困りごとへの支援をおこなっています。日時や内容、利用料金のことなど、まずは電話でお問い合わせください。

名 称	所在地	連 絡 先	ホームページ QR コード	事業内容
おたがいさま大田 (生協しまね大田支所内)	大田町	0854-84-7055 080-6343-4346 月、火、木、金 10:00~16:00 ※水・土・日・祝日・年末 年始はお休み		家事や介助など、 生活でお困りのこ とに応援者が訪問 します。
企業組合 しまね就労福祉事業団 (すずらん・すずらん 川合)	大田町	0854-82-1004		掃除・除草・粗大 片付け・修繕・介 護保険サービスな ど、高齢者の皆さ んの生活を支援し ます。
(有)さひめランドリー	久手町	0854-82-8161		営業担当者が自宅 まで洗濯物の集配 に伺い、洗濯の代 行を行います。
片付け堂 大田店	久手町	0120-3310-55		家具・家電・不用品 処分・墓じまい・遺 品整理などのお困 りごとを解決しま す。



※高齢者べんり帳に掲載されていない同様のサービスがあり、
掲載を希望される場合は、下記までご連絡下さい。

■大田市役所介護保険課高齢者福祉係
〒694-0064 大田市大田町大田口1 1 1 1 番地
電話：0854-83-8175 FAX：0854-84-9204

8. 養護老人ホーム

1. 施設概要:

日常生活のお世話を適切に行う養護者がいない高齢者で、環境上の理由及び経済的理由により在宅での生活が困難であり、入所判定委員会にて養護老人ホームの対象と判定された方が、市長の措置によって入所できる施設です。

2. 実施施設: (ご相談・申込み手続きの受付窓口は大田市介護保険課です)

【市内の施設】福寿園

【所在地】大田市川合町川合 1085 番地1 【電話】0854-82-0291



3. 対象者:

おおむね 65 歳以上の高齢者であって、次のいずれにも該当する方です。

(1)	環境上の理由(次のア及びイに該当すること)により、在宅での生活が困難な方 ア. 健康状態 …入院加療を要する病態でないこと。 イ. 環境の状況…家族や住居の状況など、現在置かれている環境の下では在宅において生活することが困難であると認められること。
(2)	経済的理由(次のア～ウのいずれかに該当すること)により、在宅での生活が困難な方 ア. 生活保護世帯である場合。 イ. 入所希望者(以下、「本人」)及び生計中心者(同居家族等)が市民税の所得割を課されていない者である場合。 ウ. 災害の発生等により、本人の属する世帯の生活状態が困窮していると認められる場合。

※上記内容に該当することのほかに必要な要件

○本人の日常生活のお世話を適切に行う養護者がいないこと

○本人に入所意思があること

(認知症等のため本人が適切な意思表示ができない場合は、家族等に入所希望があること。)

4. 内 容:

入所者に対して、その生活の場として必要な介護と食事、入浴などの日常生活上の世話が行われます。また、健康の管理には特に注意を払うとともにレクリエーションなども行われます

5. サービス費用の負担:

月々の施設の費用(食費、部屋代、光熱費等)は市が措置費として施設に支払います。利用料(負担金)について、本人の年金等の収入や扶養義務者の課税状況に応じて、国が定めた基準※により決定した金額を大田市へ納めていただきます。

※本人分は別表1、扶養義務者分は別表2参照。

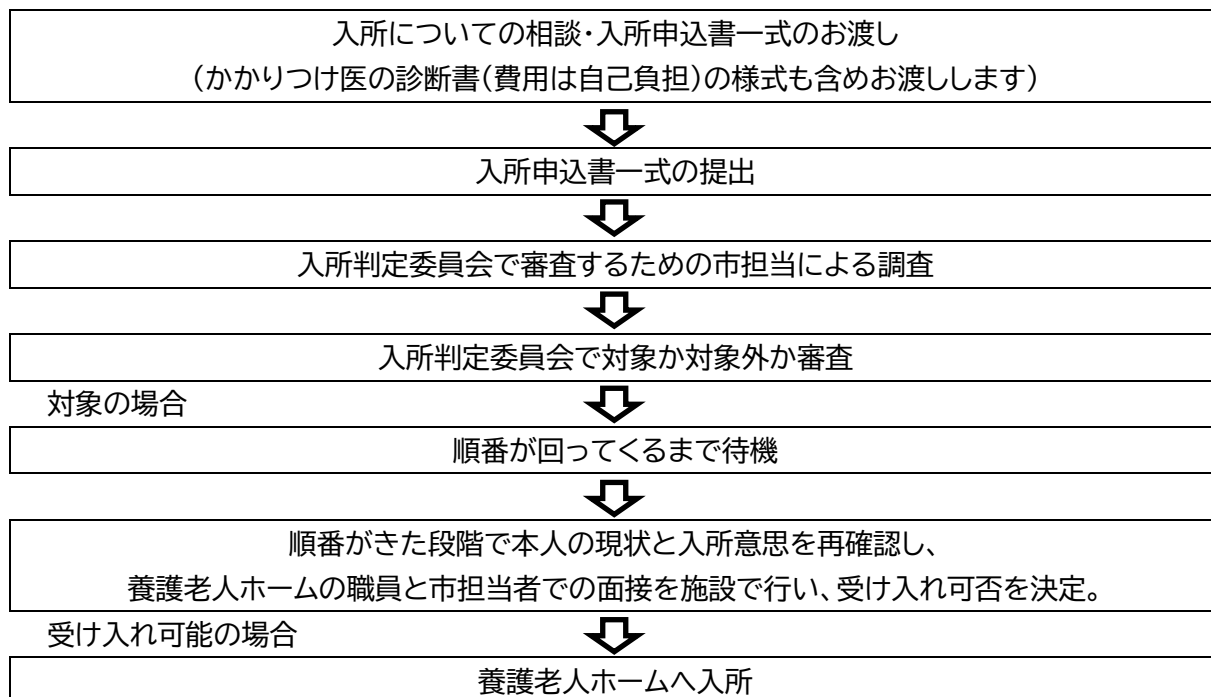
別途自己負担分 … 医療費(受診・薬代等)、介護サービス利用料、衣類、消耗品等。

6. 入所手続き:

養護老人ホームは、個人的な契約で入所することはできません。

大田市役所介護保険課に申請いただき、老人ホーム入所判定委員会で日常生活動作の状況や精神状況等を踏まえた審査により、養護老人ホームの対象であることの判定が出なければ入所できません。なお、対象となっても先着順ではなく、緊急度の高い方からの入所案内となります。

7. 申し込みから入所まで:



※養護老人ホーム入所後、以下の事項に該当する場合には、養護老人ホームを退所し適切な医療機関や施設へ入院・入所をお願いすることになります。

- ①特別養護老人ホーム等への入所が決まった場合
- ②3ヶ月以上の入院が見込まれる場合
- ③その他退所が必要と認められる場合

8. 手続き窓口・問い合わせ先:

大田市介護保険課 高齢者福祉係 電話 0854-83-8059

〔よくある問合せ〕

○身元引受人について

・入所に際して、親族の方に身元引受人をお願いしています。

入所者本人が入院した場合の手術の承諾書等の記名押印や、本人が亡くなった場合の遺留金品の引き取りなど、市や施設では対応できません。

・緊急時を除く定期受診の対応をお願いしています。病状によっては、市外や県外の医療機関へ受診が必要となった場合はご相談させていただきます。

○入所費用について

上記「5. サービス費用の負担」のとおり、基本的に本人の収入の範囲内での費用負担をお願いしています。課税状況に応じて扶養義務者の方に納めていただく場合もあります。

別表1

養護老人ホーム被措置者費用徴収月額表

対象収入による階層区分		費用徴収月額 (円)
1	270,000円以下	0
2	270,001円～280,000円	1,000
3	280,001円～300,000円	1,800
4	300,001円～320,000円	3,400
5	320,001円～340,000円	4,700
6	340,001円～360,000円	5,800
7	360,001円～380,000円	7,500
8	380,001円～400,000円	9,100
9	400,001円～420,000円	10,800
10	420,001円～440,000円	12,500
11	440,001円～460,000円	14,100
12	460,001円～480,000円	15,800
13	480,001円～500,000円	17,500
14	500,001円～520,000円	19,100
15	520,001円～540,000円	20,800
16	540,001円～560,000円	22,500
17	560,001円～580,000円	24,100
18	580,001円～600,000円	25,800
19	600,001円～640,000円	27,500
20	640,001円～680,000円	30,800
21	680,001円～720,000円	34,100
22	720,001円～760,000円	37,500
23	760,001円～800,000円	39,800
24	800,001円～840,000円	41,800
25	840,001円～880,000円	43,800
26	880,001円～920,000円	45,800
27	920,001円～960,000円	47,800
28	960,001円～1,000,000円	49,800
29	1,000,001円～1,040,000円	51,800
30	1,040,001円～1,080,000円	54,400
31	1,080,001円～1,120,000円	57,100
32	1,120,001円～1,160,000円	59,800
33	1,160,001円～1,200,000円	62,400
34	1,200,001円～1,260,000円	65,100
35	1,260,001円～1,320,000円	69,100
36	1,320,001円～1,380,000円	73,100
37	1,380,001円～1,440,000円	77,100
38	1,440,001円～1,500,000円	81,100
39	1,500,001円以上	1,500,000円超過額×0.9÷12月 +81,100円(100円未満切捨て)

【注1】この表における「対象収入」とは、前年の収入(社会通念上収入として認定することが適当でないものを除く。)から、租税、社会保障料、医療費等の必要経費を控除した後の収入をいいます。

別表2

扶養義務者費用徴収月額表

税額等による階層区分		費用徴収月額 (円)
A	生活保護法による被保護者(単給を含む。)	0
B	A階層を除き当該年度分の市町村民税非課税の者	0
C ₁	当該年度分の市町村民税所得割非課税 (均等割のみ課税)	4,500
C ₂	A階層及びB階層を除き前年分の 所得税非課税の者	6,600
D ₁	当該年度分の市町村民税所得割課税 30,000円以下	9,000
D ₂	30,001円～80,000円	13,500
D ₃	80,001円～140,000円	18,700
D ₄	140,001円～280,000円	29,000
D ₅	280,001円～500,000円	41,200
D ₆	500,001円～800,000円	54,200
D ₇	800,001円～1,160,000円	68,700
D ₈	1,160,001円～1,650,000円	85,000
D ₉	1,650,001円～2,260,000円	102,900
D ₁₀	2,260,001円～3,000,000円	122,500
D ₁₁	3,000,001円～3,960,000円	143,800
D ₁₂	3,960,001円～5,030,000円	166,600
D ₁₃	5,030,001円～6,270,000円	191,200
D ₁₄	6,270,001円以上	その月におけるその 被措置者に係る措置 費の支弁額

※ 扶養義務者負担金の発生する方は、民法に定める扶養義務者のうち、入所時に同居している配偶者又は子です。(税上の扶養にとっている場合や仕送りをしている場合等にも該当する可能性があります。)

9.生活支援ハウス・高齢者生活福祉センター



1. 目的:

居宅での生活に不安のある高齢者に対して、一時的に住居を提供することにより、安心して健康で明るい生活を送れるよう支援し、高齢者の福祉の増進を図ることを目的とします。

2. 実施施設: (ご相談・申込み手続きの受付窓口は大田市介護保険課です)

生活支援ハウス	大田市鳥井町鳥井 1881 番地1 サンデイズ双葉園内	(0854) 84-0222	定員 20 名
高齢者生活福祉センター (むつみ苑)	大田市仁摩町天河内 831 番地	(0854) 88-3910	定員 14 名

3. 対象者:

60歳以上で下記の理由等により独立して生活することに不安のある方。

ただし、自分で身の回りの事がひととおりできる方。

○ひとり暮らしの方 ○夫婦のみの世帯の方 ○家族による援助を受けることが困難な方

4. 内 容:

■利用期間:原則3ヶ月以内とします。

■部 屋:個人の自由とプライバシーを大切にしています。

生活支援ハウス	全室個室(ベッド、タンス、流し台、電気コンロ、冷蔵庫、トイレ付)、洗濯機は無料で使用可能。
高齢者生活福祉センター(むつみ苑)	和室:1人部屋6室・2人部屋2室(ベッド、流し台、トイレ付) 洋室:2人部屋2室(ベッド、トイレ付)

■生活援助:利用する目的に応じて相談や援助を行います。

■食 事:食堂の利用ができます。栄養士が地元食材を中心に季節感のある献立を作り、身体の状況及び嗜好に配慮した食事を提供します。

■入 浴:浴場が無料で利用できます。

■機能訓練:【生活支援ハウスのみ】各種訓練機器が 15 時以降は自由に利用できます。

(主治医の許可が必要となりますのでご希望の方はご相談ください。)

5. 利用料金: ※①と②の合計額

①施 設 への 支 払:1 日あたりの費用 2,050 円(部屋代 1,000 円+食事代 1,050 円)

②大田市への支払:利用者負担額(月額)については下記にお問い合わせください。

6. 手続き窓口・問い合わせ先: 大田市介護保険課 高齢者福祉係 電話 0854-83-8059

生活支援ハウス利用者負担基準

対象収入による階層区分		利用者負担額(月額)
A	1,200,000 円以下	0 円
B	1,200,001 円～1,300,000 円	4,000 円
C	1,300,001 円～1,400,000 円	7,000 円
D	1,400,001 円～1,500,000 円	10,000 円
E	1,500,001 円～1,600,000 円	13,000 円
F	1,600,001 円～1,700,000 円	16,000 円
G	1,700,001 円～1,800,000 円	19,000 円
H	1,800,001 円～1,900,000 円	22,000 円
I	1,900,001 円～2,000,000 円	25,000 円
J	2,000,001 円～2,100,000 円	30,000 円
K	2,100,001 円～2,200,000 円	35,000 円
L	2,200,001 円～2,300,000 円	40,000 円
M	2,300,001 円～2,400,000 円	45,000 円
N	2,400,001 円以上	50,000 円

【注1】「対象収入」とは、前年の収入(社会通念上収入として認定することが適当でないものは除く。)から、租税、社会保険料、医療費等の必要経費を控除した後の収入をいいます。

【注2】利用期間が1か月に満たない場合は、日割り計算となります。

10.サービス付き高齢者向け住宅

【サービス付き高齢者向け住宅とは】

「高齢者住まい法」の改正により創設された、介護・医療と連携し、高齢者の安心を支えるサービスを提供するバリアフリー構造の住宅です。住居としての居室の広さや設備、バリアフリーといったハード面の条件を備えるとともに、ケアの専門家による安否確認や生活相談サービスを提供することなどにより、高齢者が安心して暮らすことができる環境が整えられています。

【サービス付き高齢者向け住宅の規模・設備・サービス】

■規模・設備

各専用部分の床面面積は、原則25㎡以上（ただし、居間、食堂、台所その他のほかの住宅の部分が高齢者が共同して利用するため十分な面積を有する場合は18㎡以上）
各専用部分に、台所、水洗便所、収納設備、洗面設備、浴室を備えたものであること（ただし、共有部分に共同して利用するため適切な台所、収納設備または浴室を備えることにより、各戸に備える場合と同等以上の居住環境が確保される場合は、各戸に台所、収納設備、または浴室を備えずとも可）
バリアフリー構造であること

■サービス

安否確認サービスと生活相談サービスが必須のサービスです。ケアの専門家が少なくとも日中、建物に常駐しサービスを提供します。
--

【大田市内のサービス付き高齢者向け住宅一覧】

名 称	所 在 地	ホームページ QRコード	連 絡 先
シルバーハイツ しろがね	大田市大田町大田イ 353 番地		0854(83)1367
サービス付高齢者 向け住宅 和かち逢 う(わかちあう)家	大田市長久町長久ハ 24 番地 2	社会医療法人仁寿会 	0854(83)7100
高齢者生活支援 施設きれんげ	大田市鳥井町鳥井 1204 番地		0854(82)0233
サンライズさつか	大田市久手町刺鹿 1902 番地 2		0854(83)7222

※詳しい利用内容・料金等は、上記の施設に直接お問い合わせください。

11.住宅型有料老人ホーム

【住宅型有料老人ホームとは】

住宅型有料老人ホームは、食事などの生活支援サービスを提供し、介護が必要な場合は、入居しながら外部の介護サービス(ホームヘルパーやデイサービスなど)を利用しながら生活することができる有料老人ホームです。

【ご利用できる方】

入居時に年齢が概ね60歳以上の方
居室費用・管理費などの費用を負担できる方
共同生活に対応できる方

【サービス内容】

食事サービス・緊急時の対応などの日常生活の支援

【設 備】

選択制のプランとなっていて、そのプランごとに設備は異なります。

【大田市内の住宅型老人ホーム一覧】

名 称	所 在 地	連 絡 先	ホームページ QRコード
しろがねの里	大田市大田町大田口 985 番地 4	0854(83)1887	
ささゆり	大田市久利町行恒 18 番地 5	0854(82)5353	—

※詳しい利用内容・料金等は、上記の住宅型有料老人ホームにお問合わせください。



12. ケアハウス

【ケアハウスとは】

食事付き高齢者向け住宅で、居住施設はバリアフリーとなっています。在宅生活に不安を抱いておられるかたに食事の提供やお風呂の準備などの生活支援サービスを提供し、健康で楽しく、安心した生活を送っていただくことを目的としています。

ケアハウスビラおおだ

詳細はこちら👉

【施設概要】

【市内の施設】ケアハウスビラおおだ

【所 在 地】大田市川合町川合 1081 番地 2

【連 絡 先】0854-82-7476



【ご利用できる方】

年齢が60歳以上の方(ご夫婦の場合はどちらかが 60 歳以上であれば入居可能です)
身の回りのことがおおむね自分で出来る方
身元保証人を2人立てられる方(うち 1 名島根県内在住の方)

【居住設備】

キッチン(電磁調理器付)・冷暖房(エアコン)・洗面台・トイレ・クローゼット・ベランダ・電話・BSテレビ等視聴可

【サービス内容】

食事の提供・入浴の準備・生活面の相談支援と助言・緊急時の対応、身体機能向上に関する援助・介護保険サービス等の利用の手配

【利用料金等】

利用料金1人あたり:78,130円～136,230円/月

※国の定める基準利用料の改定により、料金が変更になる場合があります。

※入居されるかたの収入によって利用料金が異なります。

※上記のほか、光熱水費などの自己負担金が発生します。

13.緊急通報装置設置費補助事業

この事業は令和7年3月31日で終了しました

1. 緊急通報装置とは:

緊急ボタンを押すと、自動的に監視センターへ連絡が入ります。監視センターから状況確認の電話がかかり、また状況に応じて警備員が確認に駆けつけるシステムです。

2. 目 的:

急病や災害等の緊急時の対応に不安を感じている高齢者に、民間の緊急通報装置を利用するための設置費を助成することで利用者負担の軽減を図り、住み慣れた地域での安心・安全な生活の継続を支援します。

3. 対 象 者:以下の全ての要件に該当するかた

- 大田市内に住所を有するかた
- 高齢者(65歳以上)のひとり暮らしのかた、または高齢者のみの世帯のかた
- 大田市税等を滞納していないかた
- 住民税非課税世帯のかた

4. 内 容:

緊急通報装置の設置費(上限 25,000 円)を助成します。

なお、設置費以外の月額利用料金等については、利用者負担となります。

5. 申請方法:

補助金交付申請書に見積書を添えて下記窓口まで提出してください。

※ 必ず設置される前に申請してください。

この頁の掲載内容は R7.3.31 までのものになります。



©2012 大田市らとちゃん
K551



■手続き窓口・連絡先

大田市介護保険課 高齢者福祉係 電話 0854-83-8059

島根県内の住宅機械警備事業者にかかる緊急通報設置費一覧表

令和6年10月現在（表示金額は税込価格）

	ALSOK山陰株式会社	株式会社 セーフティクエスト ライフサポート24	セコム山陰株式会社	北陽警備保障株式会社
所在地	出雲市渡橋町3番地10	松江市西神田町362番地8	出雲市今市町北本町1丁目2	出雲市埴治善行町7番地1
連絡先	0853-22-9064	0852-25-4709	0853-22-9012	0853-22-5252
設置費用	22,000円	22,000円	33,000円	22,000円
月額料金 (自己負担)	3,036円	1,320円	3,410円	990円
出動料金 (自己負担)	なし	3,850円(1出動当り)	なし	3,300円(1出動当り)
機器構成	・非常用ボタン(固定) ・無線式押しボタン(ペンダント型)	・非常用ボタン(通信機内蔵の箱型) 住宅内を持ち運び可能。昼は居間、夜は 枕元などNTTドコモの通信可能範囲で使 できる。	・非常用ボタン(固定・リモコン型) ・緊急ボタン(ペンダント式防水) ・火災警報器(煙式) ・マグネットセンサー (扉開閉時音を鳴らす)	・非常用ボタン(固定)
サービス 内容	○24時間体制で非常通報と火災を監視し、緊急 時には警備員が駆け付けける。 ○非常通報ボタンは何回押しでも出動料金は発 生しない。 (無線式押しボタンは宅内持ち運び自由) ○相談ボタン(任意の1箇所と通話可能)を押す ことにより、24時間通話無料のALSOKケアセン ターに健康介護等の相談ができる。 ○コントローラーに温湿度センサー内蔵。熱中症 リスクを音声で警告。	○非常用ボタンを押されると電話回線を 通じて警備会社(ALSOK山陰)へ自動 送信され、ガードセンターから確認の電 話がかかる。 ○電話に出られない場合、緊急を要する 場合は、警備員が駆けつけ適切な処置 を行う。同時に予め登録されている第 2、第3通報先へガードセンターからの報 告がある。	○セコムの緊急通報システムは上記機 器が設置されているが、機器を増やして も月額料金は変わらず、工事料金のみのアッ プで導入できる。 ○異常発生(押し間違いも含む)でセコ ムが何うことがあっても対応料金がわか らない。 ○セコムのホームセキュリティを使用す るもの。 ○固定電話、インターネットの無い建物 でも利用可能。	○非常用ボタンをワンプッシュするだけで緊急通報を発信 し、通話が可能。センターや家族など、予め登録した3ヶ所 の通報先に順次通報する。 ○第1通報先が留守番電話中でも、通報を完了せずに第2 通報先へ巡回通報。より確かな通報が実現できる。 ○万一の停電でも、バッテリーからの給電によって使用で きるため安心してご利用いただける。※アナログ回線に限 る。 ○健康相談専用フリーダイヤルで、HANSが提携している 専門の健康相談窓口にて24時間365日つながる健康相談 サービスが利用できる。保健師、看護師、ケアマネジャーな どの有資格スタッフへの相談が通話料・相談料ともに無 料。
オプション	☆ ライフリズム監視サービス 〔設置費5,280円、月額594円〕 一定期間、トイレのドアが開閉しない場合ALSOK に通知。警備員が駆けつけ安全を確認。 ☆ 火災(煙)監視サービス 〔設置工事3,300円、月額352円〕 センサーを設置し、煙を感じると警備員が駆け 付けける。 ☆ 通信回線搭載プラン 〔設置費0円、月額1,100円〕 固定電話回線が無い家でも4G回線を使用・通信 できる。			☆ ワイヤレススイッチ 〔6,600円(機器+取付工事費)〕 携帯できる非常用ボタンの利用が可能。

14.高齢者見守り・安否確認サービス

高齢者見守り・安否確認サービス事業者一覧表

令和6年8月現在（表示金額は税込価格）

No.	1	2	3	4	5	6
事業所名	イワタニ島根株式会社 大田支店	伊藤忠エネクス ホームライフ株式会社 大田営業所	ヤマト運輸株式会社 大田営業所	日本郵便株式会社 (市内各郵便局)		
所在地	長久町長久口253-1	大田町大田イ2756-3	長久町長久口267-4	(各郵便局)		
電話	0854-82-0117	0854-82-0307	080-5068-1087	(各郵便局)		
FAX	0854-82-9116	0854-82-9397	0854-82-3642	(各郵便局)		
サービス名	イワタニゲートウェイ くらしあんしん相談	高齢者見守り隊	あんしん ハローライトプラン	① みまもり 訪問サービス	② みまもり でんわサービス	駆けつけサービス 〔①または②を利用の方のみ〕
対象者	当事業所ガス供給先で イワタニゲートウェイ設置先	当事業所 LPガス使用者 (温泉津町一郡地域を除く)	全世帯	全世帯		
利用者負担	○イワタニゲートウェイ〔設置費無料〕 サービス可能エリアは当事業所ガス供給先 で、au電波の受信可能先に限る。 ◇基本 0円/月 ◇マッピーセーフみまもりメール加入の 場合 220円/月	水漏れ修理費等 費用が発生する 場合あり	1,078円/月	2,500円/月	◇固定電話 1,070円/月 ◇携帯電話 1,280円/月	(1)家族向け 880円/月 (2)本人向け 〔セコム〕 みまもりホン2 2,750円/月 (加入料金 別途5,500円) 〔ALSOK〕 ・みまもりサポート 3,124円/月 ・まもるっく 1,870円/月 ※駆けつけ依頼は1回につき別途料金
サービス 内容	①ガスの利用状況に異常を検知すると 24時間対応のコールセンターから確認 のお電話をします。 ②ゲートウェイのくらし相談ボタンを押さ れるとご自宅にお電話をします。 ※相談内容によっては、費用が発生す る場合があります。 ③本機に温度湿度計がデジタル表示され るため、熱中症対策になります。 ④「みまもりメール」に加入頂きますと、 一定時間以上ガスが使用されない場合 に登録者様にメールで連絡がされま す。 ※未使用時間は24時間単位で最大96 時間まで設定可能。 ※メールアドレスは4人まで登録可能。	ご家庭の困った事、水漏れ 等の相談にのります。 業務中に高齢者宅へ伺った 際には、必ずお声をかけをし ます。	①電灯に動きが無い場合、事 前に設定した通知先へメール します。 ②通知先のご依頼(受付時間 9:00~18:00)に応じてスタッ フが設置先を訪問、必要に応 じて関係機関等への連絡を 行います。	毎月1回、郵便 局社員等が利 用者宅を訪問し 生活状況を確認 の上、ご家族等 へお知らせしま す。	毎日指定された 時間帯に自動 音声電話をお掛 けし、ご利用者 の体調確認結 果をご家族等へ お知らせしま す。	(1)家族向け ご家族からの要請で警備会社が利 用者宅へ駆けつけます。 (2)本人向け 緊急時に利用者が機器を操作するこ とで警備会社が駆けつけます。



15.通院交通費助成・外出支援制度

■障がい者等福祉タクシー利用料金助成事業

概要	重度の身体障がい者、重度の知的障がい者、あるいは、精神障がい者が社会参加・通院等のために利用するタクシー利用料金を助成します。	
対象者	身体障がい者手帳 1・2 級、療育手帳A、精神障がい者保健福祉手帳1～3級 (療育手帳と精神障がい者保健福祉手帳については、有効期限等内のものに限る)	
事業内容	タクシー利用券を交付します。1 枚につき 500 円の割引。年間 24 枚。 利用料金に応じて、1回に2枚までの使用が可能です。(1,000 円以上の利用料金の場合)	
手 続 き に 必要なもの等	利用券交付申請	申請書(窓口設置)、身体障がい者手帳、療育手帳または精神障がい者保健福祉手帳 ※該当の障がい者手帳を2種類以上お持ちの方は、全てご持参ください。
	タクシー利用時	タクシーの運賃を支払う時に、該当の「障がい者手帳」を提示し利用券を渡す。
窓口	大田市地域福祉課障がい者福祉係、 温泉津支所市民生活課市民生活係、仁摩支所市民生活課市民生活係	

■重度身体障がい者移動支援事業(地域生活支援事業)

概要	車いす利用者が一般の交通手段を利用することが困難な身体障がい者に対して、リフト付自動車による外出支援を行います。大田市社会福祉協議会へ委託。
対象者	車いす利用者が一般の交通手段を利用することが困難な身体障がい者(事前に登録が必要です)。
事業内容	リフト付自動車による外出支援を行います。 利用範囲は、市内。月3回までの利用が可能。利用料金は無料。
窓口	大田市社会福祉協議会 電話:0854-82-0091

■福祉バス運行事業(大田市社会福祉協議会)

目的	大田市に在住する高齢者や障がい者及び母子・父子等の団体が行う福祉活動の活性化や広域活動を支援するためにリフト付福祉バスを運行しています。
対象者	(1)大田市に在住する高齢者、障がい者及び母子・父子等の福祉活動を行う団体で、 大田市社会福祉協議会に登録している団体 (2)大田市社会福祉協議会会長が認める団体
事業内容	上記の団体が福祉活動の活性化や広域活動を行う際に、福祉バスの運行を行います。 運行区域は島根県内で、日帰りの運行に限ります。 利用料金は無料です。 ただし、その日に消費した燃料代、有料道路利用料、駐車料金等は、利用者の負担とします。
窓口	大田市社会福祉協議会 電話:0854-82-0091

■介護タクシー(民間事業者)

名 称	所在地	連 絡 先	ホームページ QRコード	利用状態	
介護タクシーおおだ (※利用券のご利用はできません。)	久手町	0854-82-9173		ストレッチャー	○
				車いす	○
日本交通(株)大田営業所	大田町	0854-82-0456		ストレッチャー	○
				車いす	○
福祉タクシー銀	大田町	0854-82-0525		ストレッチャー	○
				車いす	○
福祉タクシーなのはな	仁摩町	0854-88-4040		ストレッチャー	×
				車いす	○
福祉タクシーほっと	長久町	0854-82-0200		ストレッチャー	○
				車いす	○
福祉タクシーおがわ	長久町	090-8363-0534		ストレッチャー	○
				車いす	○
福祉タクシーてくてく	鳥井町	090-8997-8270		ストレッチャー	×
				車いす	○
福祉タクシー心笑(ここえ)	仁摩町	090-4495-8212		ストレッチャー	○
				車いす	○

※身体障がい者手帳割引の対象です。また、大田市障がい者等福祉タクシー利用券がお使いいただけます。

■大田市内におけるバス・タクシー運賃割引制度について(高齢者対象)

※割引制度をご利用の際は、必ず「運転経歴証明書」の提示をお願いします。

「運転経歴証明書」とは：運転免許証を返納された人が申請し取得できる証明書

取得手続きについて ⇒ 大田警察署(82-0110)

令和6年11月現在

【バス】

	営業所所在地	電話番号	割引制度		その他サービス
			対象者	内容	
石見交通株式会社 大田営業所	大田町	0854-82-0662	運転経歴証明書提示者 (65歳以上)	運賃半額	—

【タクシー】

	営業所所在地	電話番号	割引制度		その他サービス
			対象者	内容	
富士第一交通株式会社	大田町	0854-82-0418	○		買い物支援
日本交通株式会社 大田営業所	大田町	0854-82-0456	×		—
三瓶観光タクシー	三瓶町	0854-83-2238	×		—
有限会社はぁーと交通	久手町	0854-82-8133	○		買い物支援
有限会社温泉津タクシー	温泉津町	0855-65-2200	×		買い物の際の介助
有限会社仁摩タクシー	仁摩町	0854-88-2046	○		買い物支援

コラム：人生会議(ACP)をしてみませんか

もしものときに、どのような医療やケアを望むのか、前もって考え、家族や信頼する人、医療・介護従事者たちと繰り返し話し合い、共有することを「人生会議」(アドバンス・ケア・プランニング：略称ACP)といいます。

【なぜ行うの？】

誰もが、命に関わるような大きな病気や、ケガをして、命の危険が迫った状態になる可能性があります。

命の危険が迫った状態では約7割の方が、これからの治療やケアなどを自分で決めたり、人に伝えることが困難になるといわれています。

治療やケアに関する考えを、あなたの大切な人とじっくり話し合っておくと、もしもの時に、あなたの考えに沿った治療やケアを受けられる可能性が高いといわれています。

すぐに考えがまとまらない、気持ちが変わることがあっても、その都度考え、話し合い、共有を繰り返す過程が重要です。※ACP(人生会議)は、個人の主体的な行いによって進めるものです。全ての人が取り組まなければならないというわけでは決してありません。「知りたくない」「考えたくない」「文書にまとめたくない」という方の意思を尊重し、十分な配慮が必要です。

📌 人生会議(ACP)

詳しくはこちら



16.日常生活自立支援事業

認知症高齢者や知的障がい者、精神障がい者などの判断能力が不十分な方が地域で安心して生活できるよう、福祉サービスを利用するにあたって必要な手続などについて援助します。

＜利用対象者＞ 認知症高齢者や知的障がい者、精神障がい者などで判断能力が不十分な方。
(手帳所持者に限らない)

＜サービス内容＞

区分	内容	できないこと
福祉サービスの利用援助	①福祉サービスの利用・中止手続き ②福祉サービス支払手続き ③福祉サービス苦情解決制度利用手続き	①施設への入所契約 ②治療・入院契約 ③家事援助
日常的金銭管理サービス	①年金・福祉手当等の受領手続き ②医療費支払手続き ③税金・社会保険料・公共料金支払手続き ④日用品等代金支払手続き ⑤①～④に伴う預金の払戻・解約・預け入れ手続き	①定期預貯金の契約・解約 ②不動産・預貯金の資産運用
書類等の預かりサービス	【保管できる書類】 ①年金証書 ②預貯金通帳 ③権利証 ④契約書 ⑤保険証書 ⑥実印等 ⑦その他	①宝石・貴金属類など
定期的訪問による状態把握	安否確認、見守り	

＜利用支援のしくみ＞

- ① 本人と社会福祉協議会とが利用契約を結ぶ。
- ② 具体的な支援は社会福祉協議会の「専門員」と「生活支援員」が行う。
- ③ 「専門員」は初期相談・支援計画作成・契約締結業務を行う。
- ④ 「生活支援員」は支援計画に基づく具体的なサービスを提供する。

日常生活自立支援事業
詳しくはこちら



＜利用料金＞

- ①相談・支援計画作成などは無料
- ②福祉サービス利用援助・日常的金銭管理サービス
＝1時間あたり 1,200 円(1 時間を超える場合 30 分ごとに 600 円加算)
- ③書類預かりサービス＝月額 200 円・貸金庫の場合は月額 100 円を追加します。
- ④生活支援員の交通費＝実費、自家用車の場合、1 kmあたり 20 円
※生活保護を受給している方は、原則②④が免除となります。

【利用相談窓口】

大田市社会福祉協議会 大田市大田町大田イ 128 番地 電話:0854-82-9970

17.成年後見制度

成年後見制度は、認知症高齢者や知的障がい者、精神障がい者などの判断能力が不十分な方が、悪徳商法の被害にあったり、相続、売買などの法律問題に関わったりしたとき、不利益を被らないように保護し、支援する制度です。又、財産管理にとどまらず、その人が自分の望む生活を実現し、生活を続けるために援助することを目的にしています。

【法定後見制度】※判断能力が衰えた後

判断能力の不十分な状態にある本人について、主として本人や家族の申立てにより、家庭裁判所が適任と認める人を成年後見人等として選び、この人にいろいろな権限を与え、本人を保護・サポートする制度です。

補 助	判断能力が不十分な人に「補助人」をつけて、自分でできないことを代わりにしてもらう
保 佐	判断能力が著しく不十分な人に「保佐人」をつけて重要な法律行為を代わりにしてもらう
後 見	ほとんど判断ができない人に「成年後見人」をつけてほとんどのことを代わりにしてもらう

【任意後見制度】※判断能力が衰える前

本人にまだ判断力があるうちに、将来、精神障がいなどにより判断能力が不十分になった場合の生活や療養看護、財産の管理に関する事務の全部又は一部について「〇〇さん(任意後見人)に代理権を与えます。」という委託契約を結んでおき、実際にその状態になったとき、任意後見人が代理する制度。

【大田市成年後見支援センター事業】

大田市では、『大田市成年後見支援センター事業』を実施しています(大田市社会福祉協議会に事業委託)。
お困りごとなどがありましたら、お気軽にご相談ください。

利用対象者	事業内容	窓 口
認知症状のある方などで、判断能力が十分でない方	①成年後見制度に関する相談・利用支援 ②市民後見人(市民が受任する成年後見人)の養成 ③成年後見人への活動支援 ④権利擁護の推進にかかる啓発・研修 ⑤成年後見制度に関わる関係機関等との連携 ⑥その他センターの運営に関し必要な事業	大田市社会福祉協議会 電話:0854-82-0091 大田市地域包括支援センター 電話:0854-83-7766

私のあんしんノートの販売と利用方法の出前講座を行っています。

大田市成年後見支援センター(大田市社会福祉協議会)では、成年後見制度について出前講座(10人以上が目安)で制度説明を行っています。またご希望があれば同センターで作成した「私のあんしんノート」の説明も併せて行いますので、お気軽にお問い合わせください。

 大田市成年後見支援センター
詳しくはこちら



【その他の成年後見制度窓口】

機 関 名	所 在 地	電話番号	ホームページ QR コード
山陰リーガルクリニック 大田事務所	大田市長久町長久口 307 番地 5	0854-83-7780	
松江家庭裁判所 出雲支部	出雲市今市町 797 番地 2	0853-21-2114	
島根県弁護士会	松江市母衣町 55 番地 4 松江商工会議所ビル 7F	0852-21-3225	
成年後見センター・ リーガルサポートしまね支部	松江市南田町26番地	0854-22-1026	
島根県社会福祉士会	松江市東津田町 1741 番地 3 いきいきプラザ島根 1 階	0852-28-8181	
出雲成年後見センター	出雲市今市町南本町21番地 3 成瀬司法書士事務所内	0853-22-8097	
石見成年後見センター	事務局 合同会社えん (総合支援センターえん) 島根県江津市渡津町 290 番地	0855-52-7107	

≪ 参考 ≫ 日常生活自立支援事業と成年後見制度との関係

区 分	内 容	利用者の状態
日常生活自立支援事業	福祉サービスの利用援助やそれに付随した日常的な金銭管理等の援助を行う。	本人の判断能力の低下はあるものの、日常的な行為の援助だけでよい場合
成年後見制度	財産管理や身上監護に関する契約等の法律行為全般	本人の判断能力が著しく低下しており、重要な法律行為(不動産処分・遺産分割・相続放棄等)や施設入所契約(身上配慮)などが困難な場合

18.福祉手当制度

【特別障がい者手当】

20歳以上で著しく重度の障がいがあるため、日常生活で、常時特別の介護を必要とする方に支給されます。
(令和6年4月現在)

支給月額	支給月	対象の障がいの目安	障がいの程度
28,840円	2月 5月 8月 11月	■障がい基礎年金1級程度の障がい重複 ■障がい基礎年金1級程度の障がいあり、かつ、障がい基礎年金2級相当の障がい重複または日常生活動作能力が低い ■常時寝たきりや日常生活がほとんどできない精神障がい者で上記に準じる程度	障がいの程度が次のどれかに該当する場合に支給される。 ①下記の障がい2つ以上ある。 ②下記の障がい1つあり、その他に下記に記載されているより軽い障がい2つ以上ある。 ③肢体障がい、内部障がい(心臓・腎臓・呼吸器障がい等)、精神障がいのうち1つの障がいがあり、それが最も重度である。 1.両眼の視力がそれぞれ0.03以下のもの(矯正視力) ・視力の良い方の眼の視力が0.04かつ他方の眼の視力が手動弁以下のもの(矯正視力) ・ゴールドマン型視野計による測定の結果、両眼の1/4指標による周辺視野角度の和がそれぞれ80度以下かつ1/2指標による両眼中心視野角度が28度以下のもの。 ・自動視野計による測定の結果、両眼解放視点数が70点以下かつ両目中心視野視認点数が20点以下のもの 2.両耳の聴力レベルが100デシベル以上のもの 3.両上肢の機能に著しい障がい有するものまたは両上肢のすべての指を欠くもの若しくは両上肢のすべての指の機能に著しい障がい有するもの 4.両下肢の機能に著しい障がい有するものまたは両下肢を足関節以上で欠くもの 5.体幹の機能に座っていることができない程度または立ち上がることができない程度の障がい有するもの 6.前各号に掲げるもののほか、身体の機能の障がいまたは長期にわたる安静を必要とする病状が前各号と同程度以上と認められる状態であって、日常生活の用を弁ずることを不能ならしめる程度のもの 7.精神の障がいであって、前各号と同程度以上と認められる程度のもの
【申請手続きに必要なもの】 ※1、2は省略することも出来ます。(確認の同意が得られる場合) 1.住民票(世帯全員) 2.戸籍謄本または抄本(対象者本人) 3.診断書 4.年金などの収入金額が分かる書類(例「年金額改定通知書」や「年金支払(振込)通知書」の写し 5.本人名義の金融機関の通帳 6.マイナンバー関係書類			
【支給制限】 1.前年の所得が一定額以上の場合、支給停止となります。特別障がい者手当所得制限限度額表(次のページ)を参照してください。 2.対象者が社会福祉施設等に入所している場合は、支給されません。 3.対象者が病院に継続して3か月を超えて入院している場合は、支給されません。			

【特別障がい者手当所得制限限度額表】

(単位:円)

扶養親族数	本人限度額		配偶者および扶養義務者限度額	
	収入額	所得額	収入額	所得額
0人	5,180,000	3,604,000	8,319,000	6,287,000
1人	5,656,000	3,984,000	8,586,000	6,536,000
2人	6,132,000	4,364,000	8,799,000	6,749,000
3人	6,604,000	4,744,000	9,012,000	6,962,000
4人	7,027,000	5,124,000	9,225,000	7,175,000
5人	7,449,000	5,504,000	9,438,000	7,388,000

■手続き窓口・連絡先

大田市地域福祉課 障がい者福祉係 : 電話 0854-83-8142、8143
 温泉津支所 市民生活課 市民生活係 : 電話 0855-65-3934
 仁摩支所 市民生活課 市民生活係 : 電話 0854-88-2113

 特別障がい者手当

詳しくはこちら



コラム:ごみ減量化のポイント

生ごみの 8 割は水分です

水分を減らせば、ごみの重量や焼却の燃料削減につながります。

野菜くずなどは水に濡らさない

野菜くずや果物の皮は、濡れやすい三角コーナーに入れず、乾いた調理くず用の入れ物を用意して濡れないようにすると効果的!



ごみ出し前に愛のひとしぼり

水切りネットなどを利用して、ごみ出し前に「ぎゅっと」しぼってから出しましょう。



しぼって乾かす

お茶がらやティーバッグは、水気をしぼり、乾かしてから出しましょう。



 ごみ・リサイクル(収集

日程、分け方、出し方等)

についてはこちらから



【問い合わせ先】大田市役所 環境政策課 電話:0854-83-8069

環境政策課衛生処理場 電話:0854-82-6749

19.各種医療費助成制度

福祉医療費助成制度

詳しくはこちら



【福祉医療制度】

重い障がいのある方などに対し、医療費の自己負担分の助成を行います。

■福祉医療対象者(障がい関係のみ記載しています)

対象者	所得制限	申請に必要な書類
65 歳以上で 3 か月以上寝たきりで、他人の介護が必要な方 (※対象期間は認定から 1 年間のみ)	特別障がい者手当の所得制限を準用	要介護 5 の介護保険被保険者証の写しまたは主治医・民生委員意見書、所得調査書
身体障がい者手帳1、2級所持者	特別障がい者手当の所得制限を準用 (20 歳以上の方のみ)	身体障がい者手帳、所得調査書
療育手帳A所持者		療育手帳、所得調査書
身体障がい者手帳 3、4 級所持者で、かつ概ね IQ50 以下の方		身体障がい者手帳、療育手帳、認定判定書、所得調査書
精神障がい者保健福祉手帳所持者		精神障がい者保健福祉手帳、身体障がい者手帳または療養手帳、認定判定書、所得調査書
精神1級所持者		
精神2級かつ身体 3、4 級所持者		
精神2級かつ概ね IQ50 以下の方		

※手続きの際、個人番号(マイナンバー)及び本人確認ができるものが必要となります。

■ひとつの医療機関における福祉医療の負担上限月額

対 象 者		入 院	入 院 外
20 歳未満の対象者 (10 月 1 日時点)		2,000 円	1,000 円
20 歳以上の対象者	住民税非課税世帯	2,000 円	1,000 円
	住民税課税世帯	20,000 円	6,000 円

※薬局での本人負担はありません。

※一つの医療機関でも内科と歯科は別々の医療機関とみなします。

※文書料や入院した時の食事代、室料等は別に自己負担となります。

窓口	大田市役所市民課保険年金係	【電話】0854-83-8154
	温泉津支所市民生活課市民生活係	【電話】0855-65-3111
	仁摩支所市民生活課市民生活係	【電話】0854-88-2111

【後期高齢者医療】

75 歳以上の人(要件1)は、それまで加入していた国民健康保険・健康保険組合・共済組合などから後期高齢者医療制度に移ることになります。

要件2に該当する人は、申請することにより後期高齢者医療の早期適用を受けることができます。後期高齢者医療の早期適用を受けることで医療費の負担割合や保険料額が下がる場合があります。

要件1	75歳以上の人
要件2	寝たきりなど一定の障がい(次の1～4のいずれかに該当する)があると認定された65歳以上75歳未満の人 1. 国民年金法等における障がい年金1級および2級 2. 精神障がい者保健福祉手帳1級および2級 3. 療育手帳「A」 4. 身体障がい者手帳3級以上および4級の次の4つの障がい ①音声言語機能の著しい障がい ②両下肢のすべての指を欠く ③一下肢の下腿1/2以上を欠く ④一下肢の機能の著しい障がい ※申請して島根県後期高齢者医療広域連合から認定を受ける必要があります。



窓口	大田市役所市民課保険年金係 【電話】0854-83-8154 温泉津支所市民生活課市民生活係 【電話】0855-65-3934 仁摩支所市民生活課市民生活係 【電話】0854-88-2113
----	---

コラム:ご存じですか?『まめネット』

『まめネット』とは、患者さんの日々の状態を正確に把握できるように、病院・診療所など医療機関をつなぐ医療情報ネットワークです。

患者さんの同意を得た医療機関どうして、カルテ情報を共有できるため、安全・安心に治療を受けることができます。

このような方におすすめです。

- 複数の医療機関にかかっている
- アレルギーを持っている
- 乳幼児、高齢者の方



このステッカーのある病院・診療所で申し込みができます。登録料、利用料など無料です。この機会に、ぜひ参加してみませんか?

【問合せ先】大田市医療政策課
大田市立病院総務課

電話:0854-83-8057
電話:0854-82-0330

20.家族介護用品支給事業

1. 目 的:

介護保険の要介護認定において「要介護4または5」と認定された要介護者を介護している家族に介護用品を支給することにより、家族介護者の経済的負担の軽減を図ることを目的としています。

2. 対 象 者:

大田市に住所があり、市民税非課税世帯の要介護者(要介護認定4または5)を、現に居宅において介護している家族(*ただし、介護者も非課税世帯であること)。

3. 内 容: 介護用品の現物支給

(1)対象となる介護用品

1	紙おむつ・紙パンツ・ 尿漏れ防止機能付布パンツ
2	おむつカバー
3	尿取りパッド
4	使い捨て手袋
5	清拭剤・ドライシャンプー・清拭布
6	ポータブルトイレ用消臭用品・ ポータブルトイレ用トイレ処理袋・ 防臭処理袋
7	防水シーツ等

📌 家族介護用品支給事業は
こちら



(2)支給限度額

月 8,000 円を上限に介護用品を「現物支給」します。月 8,000 円を超えた額については利用者負担となります。

■手続き窓口・連絡先

大田市介護保険課 電話 0854-83-8177

21.税法上の障がい者控除対象者の認定

障がい手帳をお持ちでない方も、申請により「障がい者控除対象者認定書」の交付を受けた場合、税法上の控除を受けることができます。

【対象となる方】

要介護認定を受けている65歳以上の方のうち、主治医意見書などをもとに審査し、「身体障がい者又は知的障がい者に準ずる人」として認められる方

【留意事項】

■要介護認定を受けている全ての方が必ず対象になるわけではありません。

■継続して控除を受けるためには、毎年の申請が必要となります。

【申請の方法】

申請書の本人確認書類をご持参のうえ、大田市役所介護保険課又は、各支所の市民生活課で申請して下さい。

【問い合わせ先】

大田市介護保険課 介護保険認定係 【電話】0854-83-8150
温泉津支所市民生活課 【電話】0855-65-3934
仁摩支所市民生活課 【電話】0854-88-2113

 詳しくはこちら



22.車いすの昇降装置等がある軽自動車税の減免

障がい者等の利用のため、車いすの昇降装置や固定装置など、構造変更が加えられた軽自動車は、申請により軽自動車税(種別割)の減免を受けることができます。

【申請期間】

毎年4月1日～5月末日まで

 詳しくはこちら



【申請に必要なもの】

- ・減免申請書
- ・減免を受けようとする軽自動車の自動車検査証(写し)
- ・車両の構造(改造など)、ナンバープレートがわかる写真
- ・申請をする方の個人番号のわかるもの(マイナンバーカード、通知カード等※郵送の場合は写し)

【申請】

上記の【申請に必要なもの】を、大田市役所税務課市民税係へ提出してください。

郵送での申請も受け付けています。申請方法など、お気軽にお問合せください。

【問い合わせ先】

大田市税務課市民税係 【電話】0854-83-8022

23.認知症カフェ等

○目 的:

認知症カフェは認知症の人とそのご家族が毎月1回集まって、同じ悩みなどを語り合い、認知症に関する理解を深め、家族同士の交流を図ることを目的としています。

大田市内には2か所あります。日ごろのお困りごとなどを、気軽におしゃべりしませんか？

○対 象 者:

認知症の人及びその家族など

	ちゅうりっぷの会	オレンジカフェ
開催日時	原則 毎月第2土曜日 13:00～15:00 ※「広報おおだ」に日程を掲載しておりますので、ご確認ください。	毎月第2水曜日 10時～11時
開催場所	大田市民センター (市民会館となり)1階機能訓練室	大田市立病院内売店となり 多目的スペース
参加費	100円(お茶代)	無料
主催	認知症の人と家族のつどい (世話人)野津 英夫さん	RUN 伴しまね大田エリア (介護・福祉・医療の専門職の方も参加します)
連絡先	080-6315-9517(野津さん)	0854-84-7218 (担当:藤原さん。呼び出し)

📍島根県内認知症カフェ等一覧はこちら
(島根県ホームページ内にあります)



オレンジカフェ

私たちと一緒にお話しませんか？
(認知症や介護についての お悩み・相談・質問など)

困っていること、お互いに、
気軽におしゃべりしましょう

場所：大田市立病院 売店となり
『多目的スペース』

日時：毎月 第2水曜日 10時～11時

医療や福祉の専門家、認知症のご家族を介護した経験のある方が対応いたします。日常の悩み事をお聞きする他、制度やサービスを利用する方法などもご紹介することができます。



参加費 無料

オレンジカフェとは：認知症のご本人とご家族が、地域住民の方や、介護・福祉・医療の専門家と身近な場所で集い、交流できる場のことです
主催：RUN伴しまね大田エリア 担当：藤原 ☎0854-84-7218（呼出）
協力：大田市地域包括支援センター

24.認知症サポーター養成講座

○認知症サポーターとは

認知症について正しく理解し、偏見を持たず、認知症の人やその家族を温かく見守る支援者としてできる範囲で手助けする方のことで、全国各地で養成され、認知症高齢者等にやさしい地域づくりに取り組んでいます。

認知症サポーター養成講座を受講した人が「認知症サポーター」となり、「認知症の人を支援します」という意思を示す目印の「受講証明カード」が渡されます。

この講座は、地域住民、金融機関やスーパーマーケットの従業員、小、中、高等学校の生徒など様々な方に受講いただいています。

○認知症サポーター養成講座の受講方法

1)出前講座を申し込む

地域の集まり(町内会・PTAなどの会合など)や職場、学校などに講師が出向いて実施します。

大田市内の方であれば、どなたでも認知症サポーター養成講座を受講することができます。

※詳しくは下記 QR コードからホームページ内の申込書により申請書をダウンロードし、ご記入の上申し込みいただくか、下記まで直接お申し込みください。

📄 認知症サポーター
養成講座はこちら

2)市民センター定例講座に参加する

大田市民センターにて、定期開催しています。(定員:各15名程度)

受講料は無料です。

※詳しい日程は下記 QR コードからホームページ内をご確認ください。



【問合せ先】

社会福祉法人 大田市社会福祉協議会 大田市地域包括支援センター
連絡先:0854-83-7766(直通)

25.大田老人福祉センター

高齢者に対して各種の相談に応じ、健康の増進、教養の向上やレクリエーションのための便宜を総合的に提供し、高齢者が健康で明るい生活をおくことを目的としています。

1. 開館時間

毎日 午前 9 時～午後 10 時

2. 休館日

国民の祝日に関する法律に規定する休日、年末年始(12/28～1/3)

3. 施設詳細

(1)1階和室 使用料 200 円/時間 10～20 名程度の小規模な集会や囲碁・将棋など

(2)健康相談室 使用料 200 円/時間 10～20 名程度の会合など

(3)4階集会室・軽運動場 使用料 400 円/時間 200 名程度の会議・講演会・軽運動など

※料金が減免される場合がありますので、下記までお問い合わせください。

※使用料は冷暖房料を含みます。(7～9 月、12～3 月)

4. 連絡先

社会福祉法人 大田市社会福祉協議会 【電話】0854-82-0091

26.大田市シニアクラブ連合会

1. シニアクラブとは？

市内の地区ごとに組織されており、生涯現役でいきいきと暮らすための健康づくり(健康)や仲間づくり(友愛)、住みよい地域をつくる貢献活動(奉仕)を三大運動として年間を通じて様々な活動を行っています。

また、会員それぞれの特技や趣味を活かしたサークル活動やスポーツ活動などもおこなっています。シニア世代が主役の会員自ら作り上げる組織です。

2. シニアクラブの魅力：

- 健康の保持・増進につながる(健康)
- 地域で仲間づくりができる(友愛)
- 社会活動に参加し、社会貢献ができる(奉仕)
- 生活を豊かにし、充実感とつながる安心感が得られる

3. 特典割引について：

協賛店舗ご利用時に会員証を提示することで割引を受けることができます。

【協賛店舗】

- ◆ 株式会社育英商会(スポーツショップ イクエイ)「店内対象商品 1 割引」
- ◆ 仁万れすとらんココット 「飲食代割引」

4. 入会の流れ：

① お住いの地区のクラブ会長に連絡する。

(シニアクラブ連合会事務局に連絡されれば、地域のクラブ会長をご案内いたします。)



② 活動内容や会費についての説明を受ける。

📍 大田シニアクラブの
紹介はこちらから

5. 問い合わせ先：

大田市シニアクラブ連合会事務局

〒694-0064

大田市大田町大田イ128番地

電話 0854-84-0266 FAX 0854-82-9960

Mail o.siniaren@gmail.com

【受付時間】

月曜日・木曜日(祝日の場合は休み)8:30~17:00



27.大田市健康づくり事業

1. 健康相談

(1)内 容:

- 生活習慣病予防のための生活相談 ■糖尿病や脂質異常症などの食事相談
- 必要な食事量とバランスについて ■健診結果の見方
- 血圧測定、体脂肪測定 …など

(2)日 時:随時(いつでも対応いたしますが、事前に予約いただくと地区担当の対応が可能です。)

(3)スタッフ:保健師・栄養士

(4)方 法:■電話:まずは、電話でご相談ください。健康増進課 0854-83-8151
 ■窓口:大田市役所 健康増進課、窓口での相談や訪問も可能です。

2. 地区健康教室

(1)内容

- 身体活動運動:ロコモティブシンドローム(運動器症候群)の予防や家庭でできる運動 など
- 栄養・食生活:生活習慣病を予防する食事、バランスのよい食事、間食の摂り方、減塩の工夫 など
- たばこ・アルコール:たばこの健康への影響、適度なお酒の飲み方 など
- 休養・こころ:高齢者の方のこころの健康、ゲートキーパー(こころの門番)の養成講座など
- 歯と口腔:お口の体操、お口と体の健康の関係について、歯科口腔健診を受けよう など
- 健康管理、測定等 …など

📍健康教室はこちらから

(2)その他

- スタッフ 保健師・栄養士など
- 日程・場所・対象・人数 地域の要望に応じて実施します。まずはご相談ください。
- お問合せ先 大田市役所 健康増進課 電話 0854-83-8151



3. 大田総合体育館事業 ※事前予約が必要です。

○運動相談

内 容	個別の運動相談
日程・場所	総合体育館で、随時受け付けています
スタッフ	健康運動実践指導者

📍大田総合体育館
事業は
こちらから

○トレーニングサポート事業

内 容	トレーニングマシンの使い方の説明
日程・場所	大田総合体育館トレーニング室 ※日程変更あり
スタッフ	体育館指導員



○朝のさわやかウォーキング

内 容	大田市民公園のウォーキング
日程・場所	第2土曜日 ※日程変更あり
スタッフ	体育館指導員

■連絡先 大田総合体育館
【電話】0854-82-6408

28. やすらぎサロン運営事業

○目 的:

市民の介護予防に資する活動を行う住民グループを育成・支援し、高齢者ができる限り要介護状態に陥ることなく、健康でいきいきと生活をおくれるように支援します。

サロンでは、来館者とボランティアの方がお茶を飲みながら話をされたり、テレビを見たり、なごやかなひとときをすごしています。買い物や病院受診の道中に、汽車やバスの待ち時間や雨宿りに、お気軽にお立ち寄りください。

○内 容:

- (1) 介護予防に資する活動
- (2) 高齢者がくつろいで買物や散歩を楽しめる場の提供
- (3) 高齢者の閉じこもり防止を図ること
- (4) 高齢者とボランティアが共に交流できる場の提供
- (5) その他上記の目的を達成するための事業



○実施場所: 大田市やすらぎサロン 大田町大田イ 259 番地 5 (大田市駅通り)

○開館時間(休館日)

月・火・水・金 9時～16 時まで(休館日: 木・土・日曜日・祝日・年末年始・盆)

○サービス利用 無料。予約不要です。直接やすらぎサロンにお出かけください。

■連絡先 大田市やすらぎサロン 【電話】 0854-84-8311

コラム: 0854-8 体操ってなあに？

要介護状態になる要因のひとつに、「転倒骨折」があげられます。

また、要支援認定者の約8割には、「運動機能の低下」がみられます。

健康体操「0854-8体操」は、市内の理学療法士、作業療法士、運動実践指導者の協力、監修のもとで作られており、大田市愛唱歌のリズムに合わせて体操ができます。準備体操、筋力運動、整理体操の 3 部構成です。続けることで体に負担なく筋力や柔軟性を養うことが可能です。

インターネットで検索もできます

検索	0854-8 体操
----	-----------

📌 0854-8 体操動画は
こちらから



【問合せ先】大田市役所介護保険課 電話: 0854-83-8059

29.地域介護予防活動支援事業

1. 目 的:

高齢者の健康づくり、閉じこもり予防等に効果が得られる介護予防事業を実施するために、日中身近な所で毎月1回以上の集う場づくりを地域住民が主体となって実施することを目的とし、活動の育成・支援を図ります。

2. 対 象 者: おおむね65歳以上の高齢者

3. 取り組み内容:

1. 健康づくりに役立つ活動	・0854-8 体操等 ・健康に関する話・その他
2. 認知症予防に役立つ活動	・頭の体操 ・音楽活動 ・レクリエーション ・地域住民との交流 ・認知症予防に関する話・その他
3. 栄養改善に関する活動	・料理教室 ・会食事業 ・食事に関する話 ・その他
4. 口腔ケアに関する活動	・口腔体操 ・ブラッシング指導 ・保健師などの講話 ・その他
5. その他の活動	・薬の話 ・高齢者の介護予防に関する話 ・茶話会 ・その他

4. 自己負担額: 団体によって異なります。(活動内容によって実費負担があります)

5. 実施機関: 大田市社会福祉協議会

📌各サロンの詳細
(高齢者べんり帳)は
こちらから

6. 利用について: 大田市社会福祉協議会へお問い合わせください。

7. 参加方法: 次ページから、地区ごとの活動団体を掲載しています。

生きがいづくり・健康づくりを目的に様々な団体が活動しています。

お気軽にお問い合わせください。

■手続き窓口

社会福祉法人大田市社会福祉協議会 【電話】 0854-82-0091



地域介護予防活動団体・高齢者サロン一覧(令和 6 年 10 月現在)

サロンや地域介護予防活動について知りたい方は、大田市社会福祉協議会(電話 0854-82-0091)までお問い合わせか、各サロンの活動内容の詳細は大田市高齢者べんり帳 HP に掲載しておりますのでそちらをご確認ください。

大田町

	地区名	団体名	代表者名	活動場所	開催日	開催時間	参加費用	活動内容				
								【健康づくり】	【会食活動】	【趣味活動】	【交流活動】	【その他】
1	大田	すこやかサロン	阿部 民子	栄町二自治会館	毎月第4金曜日	13:30～15:30	300円/回	○	○			○
2	大田	さざんかの会	塩見 妙子	山崎三自治会館	毎週水曜日 月2回月曜日	9:00～11:30 9:30～11:30	500円/月	○	○	○		○
3	大田	桜田サロン	大迫五十鈴	桜田自治会館	毎月第1金曜日	13:30～15:30	100円	○			○	○
4	大田	柳ヶ坪シニアクラブ	福田 隆昌	柳ヶ坪一自治会館	毎月第3火曜日	13:30～15:30	無料	○	○	○	○	○
5	大田	プラチナの会	田中美枝子	市民センター4階	毎月第2木曜日	10:00～11:30	無 料	○			○	○
6	大田	蓮華の会	山根由美子	大田まちづくり センター	第2月曜日	13:30～15:30	無 料			○		
7	大田	健康教室	松井 邦子	大田まちづくり センター	毎週金曜日	13:30～15:00	700円/月	○				
8	大田	匂友会	中田 松美	自宅等	毎月2回	13:30～	500円/月		○	○		

川合

	地区名	団体名	代表者名	活動場所	開催日	開催時間	参加費用	活動内容				
								【健康づくり】	【会食活動】	【趣味活動】	【交流活動】	【その他】
1	川合	出岡ふれあいの会	那須 文子	出岡自治会館	毎月第4金曜日	10:00～11:30		○				
2	川合	忍原健康教室	高尾 一	忍原集会所	毎月第2火曜日	9:00～10:20	無 料	○				
3	川合	高齢者パソコン教室	小林 公司	川合まちづくりセンター	毎週金曜日	9:00～12:00	無 料			○		
4	川合	吉永健康クラブ	丸 淳助	吉永城址公園 (三瓶高原)	毎週火・土曜日	13:30～15:30	3,000円/年間	○	○			
5	川合	吉永食楽サロン	竹下 君子	自治会館 吉永上・吉永下	毎月1回以上	3時間程度	200円/月 臨時徴収の場合あり		○			
6	川合	川合健康教室	金盛 廣子	川合まちづくりセンター	毎月第1第3 水曜日	13:30～15:00	2,000円/年間	○	○	○		
7	川合	サロンうで吉	松田 淳	自治会館 吉永上・吉永下	毎月1回	2時間程度	無 料			○	○	
8	川合	スマートサロン吉永	芝尾 仁	吉永上自治会館	原則第3日曜日	10:30～12:00	無 料			○		

三瓶町

	地区名	団体名	代表者名	活動場所	開催日	開催時間	参加費用	活動内容				
								【健康づくり】	【会食活動】	【趣味活動】	【交流活動】	【その他】
1	池田	池田3B体操	松村美喜子	池田まちづくりセンター	毎月 第1第3火曜日	9:30～11:00	1,500円/年間	○				
2	池田	浮布健康サロン	大草 博子	池の原自治会館	毎月第2火曜日	9:30～11:00 (冬季時間変更あり)	月200円程度	○	○		○	○

	地区名	団体名	代表者名	活動場所	開催日	開催時間	参加費用	活動内容				
								【健康づくり】	【会食活動】	【趣味活動】	【交流活動】	【その他】
3	北三瓶	やまびこ会	亀谷 恵隆	北三瓶まちづくりセンター	5月～12月と3月に毎月1回	10:00～13:00	600円程度 (昼食弁当代)	○	○	○	○	○
4	北三瓶	北三瓶グラウンドゴルフ同好会	大國 寛	北三瓶小中学校グラウンド	毎週火・日曜日	9:00～11:30	1,000円/年間	○			○	
5	北三瓶	上立石ふれあいサロン	黒谷壽美枝	上立石ふれあい会館	毎月1回	午前又は午後	300円/回	○	○	○	○	
6	北三瓶	おしゃべりサロン	大迫佐恵子	多根自治会館	毎月第3水曜日 (1,2月は休み)	10:00～12:00	200円	○	○	○	○	
7	北三瓶	サロンそら	神在 竹美	山口町山口1124	毎月1回 水曜日	13:30～15:00	100円/回	○	○	○	○	
8	北三瓶	1126サロン	山田みどり	北三瓶まちづくりセンター	毎月1回	14:00～15:30	無料（活動内容で自己負担あり）	○	○	○	○	

富山町

	地区名	団体名	代表者名	活動場所	開催日	開催時間	参加費用	活動内容				
								【健康づくり】	【会食活動】	【趣味活動】	【交流活動】	【その他】
1	富山	とみやまリフレッシュ教室	大峠ゆかり	富山まちづくりセンター	毎月第4月曜日	10:00～11:00	無 料	○				

波根町

	地区名	団体名	代表者名	活動場所	開催日	開催時間	参加費用	活動内容				
								【健康づくり】	【会食活動】	【趣味活動】	【交流活動】	【その他】
1	波根	まめな会	西村紀代子	波根会館	不定期	不定期	200円	○	○	○	○	
2	波根	波根むかし語りの会 がた	勝部 衛	波根まちづくり センター	奇数月の第2日曜日	10:00～12:00	年会費1,000円			○		
3	波根	波の会	長廻富貴子	波根会館	毎月第2金曜日 (例外あり)	13:30～15:30 (例外あり)	会費200/回 (材料費、食材費等)	○	○	○		○
4	波根	ティーサロン	田中美由紀	立善寺かお出かけ	隔月中旬の 水曜日から木曜日	10:00～11:00	食材300円	○	○	○	○	○
5	波根	はつらつ健康体操	高野 弘美	波根中央集会所	毎週火曜日	10:00～11:30	1,000円/月 (運営会費)	○				
6	波根	たのしいコーラス	堀 マサ子	波根まちづくり センター	2回/月 水曜日	10:00～11:00	300円/月 (運営会費)	○			○	

久手町

	地区名	団体名	代表者名	活動場所	開催日	開催時間	参加費用	活動内容				
								【健康づくり】	【会食活動】	【趣味活動】	【交流活動】	【その他】
1	久手	仲よし体操	森山 君子	久手まちづくり センター	毎週 月～金 例会：月に1回 (第2木曜日)	8:30～9:30 例会：8:30～10:00	2,200円/年間	○	○	○	○	
2	久手	久手にこにこ体操	山崎 妙子	久手まちづくり センター	毎月第4火曜日	10:00～11:00	無 料	○				○
3	久手	久手楽らくサロン	石田美弥子	久手まちづくり センター	毎月第2火曜日	9:30～11:30	無 料	○	○		○	○

鳥井町

	地区名	団体名	代表者名	活動場所	開催日	開催時間	参加費用	活動内容				
								【健康づくり】	【会食活動】	【趣味活動】	【交流活動】	【その他】
1	鳥井	きままな会	宮脇 康郎	さくら公園 鳥井まちづくり センター	毎月1回 土曜日	夏場8:00～9:30 他14:00～15:30	年会費2,000円	○	○	○		
2	鳥井	リボンの会	木村 裕子	鳥井まちづくり センター	毎月第1第3 水曜日	13:00～14:30	材料費程度	○		○	○	
3	鳥井	なかよし会	木村伊知子	鳥井まちづくり センター	毎月第2第4 木曜日	13:30～15:00	500円/月	○				
4	鳥井	コスモスの会	黒田 百合	鳥井まちづくり センター	毎月2回	9:30～12:00	材料費自己負担	○		○	○	
5	鳥井	鳥井親交クラブ	澁谷 次夫	旧鳥井中学校 グラウンド	毎週火曜日	13:00～15:30	2,000円/年間 (賞品代、他として)	○	○		○	○
6	鳥井	どんぐりクラブ	岡田 清己	鳥井まちづくりセンター 鳥井小学校校庭 鳥井地区道路	24回/年間	6:00～11:00	無 料	○		○	○	
7	鳥井	浜遊の会	山口たづ子	鳥井まちづくり センター	毎月第4金曜日	11:00～13:00	500円	○	○		○	

長久町

	地区名	団体名	代表者名	活動場所	開催日	開催時間	参加費用	活動内容				
								【健康づくり】	【会食活動】	【趣味活動】	【交流活動】	【その他】
1	長久	長久町囲碁同好会	月森 一彦	長久まちづくり センター	毎月第2第4 火曜日	9:30～16:00	1,500円/年間	○		○		
2	長久	パッチワーク教室	石田 弘子	長久まちづくりセンター、 又は 土江自治会館	毎月第3火曜日	13:30～15:30	無 料 材料費自己負担 600円程度	○	○	○		
3	長久	男の料理教室	田平 修二	長久まちづくり センター	毎月第2火曜日 (9回/年間)	18:00～20:00	500円	○	○			

	地区名	団体名	代表者名	活動場所	開催日	開催時間	参加費用	活動内容				
								【健康づくり】	【会食活動】	【趣味活動】	【交流活動】	【その他】
4	長久	陶芸・絵画教室	山崎 弘嗣	土江自治会館	毎月の月末の土 日	9:00～11:00	300円/月	○	○	○	○	○
5	長久	長久3B教室	安道 時枝	長久まちづくり センター	毎月第2第4 金曜日	13:30～15:00	無 料	○	○		○	
6	長久	ふれあいサロン東用田	森脇 岸江	東用田自治会館	毎月第1第2 水曜日	10:00～12:30	300円	○	○	○	○	○
7	長久	ふれあい長久会	宇谷 裕子	長久まちづくり センター	毎月第1金曜日	9:00～12:00	720円 (弁当、茶菓子代)	○	○	○	○	○
8	長久	トールペイント教室	楢 紀美子	長久まちづくり センター	毎月第3木曜日	10:00～12:00	500円 (材料費自己負担)	○		○		○
9	長久	長久シニアクラブ	石田 伸一	長久まちづくり センター	毎月第1火曜日	9:30～10:30	テキスト代200円	○	○	○		
10	長久	長久健康体操教室	田平志津子	長久まちづくり センター	毎月第2第4 月曜日	9:30～10:30	100円/回	○				
11	長久	長久レディースクラブ	岩崎 義子	長久まちづくり センター	毎月第1第3 火曜日	9:30～11:30	100円/回	○	○	○	○	
12	長久	竹健クラブ	岡田 一秀	長久まちづくり センター集会室	基本的には毎月 第2火曜日	9:30～11:30	1ヶ月250円	○		○	○	
13	長久	なかよし体操	柳楽 好助	野井水行センター	土、日、祝日以外 毎日	9:00～9:40	無料	○	○	○	○	
14	長久	健康サロン延里	森屋伊津子	延里上自治会館	毎月第2第4 土曜日	13:30～15:00	100円(年1回程度のお楽 しみ会の積立として)	○			○	○
15	長久	長久チャレンジクラブ	石田みどり	長久まちづくり センター	毎月第1第3 木曜日	9:30～11:30	無料	○	○	○	○	

	地区名	団体名	代表者名	活動場所	開催日	開催時間	参加費用	活動内容				
								【健康づくり】	【会食活動】	【趣味活動】	【交流活動】	【その他】
16	長久	長久短歌会	朝倉由貴子	長久まちづくりセンター	毎月21日 (変更あり)	9:00~11:30	無料	○	○	○		
17	長久	のどか	森脇 紀女	のびさと会館	毎月第3火曜日	13:30~15:30	無料	○	○			
18	長久	土江会	清水美智子	土江自治会館	第2木曜日	9:30~12:00	無料	○	○	○	○	

静間町

	地区名	団体名	代表者名	活動場所	開催日	開催時間	参加費用	活動内容				
								【健康づくり】	【会食活動】	【趣味活動】	【交流活動】	【その他】
1	静間	静間駅会館 はまなす会	荊尾 啓子	静間駅会館	毎月第1土曜日	10:00~13:00	500円	○	○			○
2	静間	友遊会	土山 和洋	静間まちづくりセンター	毎週木曜日	13:00~16:00	500円/月	○	○		○	
3	静間	令和クラブ	林 正男	静間まちづくりセンター	毎週月・水・土曜日 (昼) 毎週木曜日(夜)	2時間程度	年会費2,000円	○	○		○	

五十猛町

	地区名	団体名	代表者名	活動場所	開催日	開催時間	参加費用	活動内容				
								【健康づくり】	【会食活動】	【趣味活動】	【交流活動】	【その他】
1	五十猛	五十猛気功教室	熊谷 憲子	五十猛まちづくりセンター	毎月第1第3 金曜日	13:30~15:00	300円/回	○	○		○	
2	五十猛	あそびさあくる	長谷川由美子	五十猛まちづくりセンター	毎月最終日曜日	13:00~15:30	200円 (茶菓代)	○		○	○	

久利町・大屋町

	地区名	団体名	代表者名	活動場所	開催日	開催時間	参加費用	活動内容				
								【健康づくり】	【会食活動】	【趣味活動】	【交流活動】	【その他】
1	大屋	ニコニコゲンキカイ	松浦 克枝	大屋まちづくりセンター	毎月第2第4水曜日	13:30～15:00	無 料 (茶菓子代 自己負担100円)	○				
1	久利	月一会	森山久美子	久利まちづくりセンター	毎月第1金曜日	13:30～15:30	100円/月	○	○	○	○	○
2	久利	すみれの会	沖 信江	個人のお宅で実施 (三丸カツ子さん宅)	毎月第3水曜日	13:30～15:00	1,200円/年間	○	○	○	○	○
3	久利	畑ヶ中サロン	山根 正司	畑ヶ中自治会館	20日以降の水曜日	13:30～15:30	100円/月 (茶菓子代)	○	○	○	○	○
4	久利	小山ー いきいきサロン	郷原 淳治	小山一集会所	毎月最終日曜日	13:00～16:00	200-300円/回	○		○	○	
5	久利	松代二 ふれあいサロン	高平 英子	松代二自治会館	毎月第2水曜日	9:00～11:00	100円	○				
6	久利	行恒ー おっちらとやろう会	福田 幸司	行恒一集会所	毎月第3火曜日	10:00～11:30	100円/回	○	○		○	

祖式町

	地区名	団体名	代表者名	活動場所	開催日	開催時間	参加費用	活動内容				
								【健康づくり】	【会食活動】	【趣味活動】	【交流活動】	【その他】
1	祖式	サロン談笑会	谷口 松子	山中自治会館	月1回	10:00～	無 料	○			○	

大森町

	地区名	団体名	代表者名	活動場所	開催日	開催時間	参加費用	活動内容				
								【健康づくり】	【会食活動】	【趣味活動】	【交流活動】	【その他】
1	大森	フォークダンス同好会	桐山 春美	大森町並み交流センター	月1回	10:00～11:30	1,000円/年間	○				
2	大森	3Bわくわく会	今出眞賀子	大森まちづくりセンター	月2回	10:00～11:30	500円/月	○				○
3	大森	元気会	木原 聡一	大森町並み交流センター	毎月第4火曜日 (変更の場合有)	10:00～12:00	200円/月 の他 食事会費約4,000円/年	○	○	○		
4	大森	いちご会	中村美枝子	大森まちづくりセンター	毎月第2火曜日	9:30～11:30	300円 (材料費)	○		○	○	
5	大森	ダイヤゾーンクラブ	川上 博子	大森まちづくりセンター	毎週金曜日	13:30～15:00	500円/年間	○				

水上町

	地区名	団体名	代表者名	活動場所	開催日	開催時間	参加費用	活動内容				
								【健康づくり】	【会食活動】	【趣味活動】	【交流活動】	【その他】
1	水上	セーブサークル	武間 恵	長見千鶴子宅	毎月17日	9:00～11:30 又は 13:30～16:00	無 料	○		○		
2	水上	やまびこの会	日貫トミ子	水上グラウンドゴルフ場	毎月第4土曜日	13:30～15:30	1,500円/年間	○	○		○	
3	水上	藁と笑う会	吉川 喬	水明会館	主に金曜日	9:00～15:00	無 料	○	○	○	○	
4	水上	水上サロン	長見 幹子	水上まちづくりセンター	話し合いで決定	都度決定	500円程度	○	○	○	○	
5	水上	かごの友	高木 早苗	水上まちづくりセンター	月2回 (不定期)	9:30～12:30	200円	○	○	○	○	
6	水上	みくすの花ちゃん	山本 紀子	三久須上自治会館	毎月第1日曜日	9:00～14:00	無 料	○	○	○	○	○

大代町

	地区名	団体名	代表者名	活動場所	開催日	開催時間	参加費用	活動内容				
								【健康づくり】	【会食活動】	【趣味活動】	【交流活動】	【その他】
1	大代	きすなグループ	佐藤 京子	きすな館	月1回	10:00～12:30	500円と米1合	○	○	○		○
2	大代	水井出の郷	高村 玲子	飯谷集会所	月1回	10:00～13:00	500円 米1合（毎月ではない）	○	○	○		

温泉津町

	地区名	団体名	代表者名	活動場所	開催日	開催時間	参加費用	活動内容				
								【健康づくり】	【会食活動】	【趣味活動】	【交流活動】	【その他】
1	温泉津	なでしこ会	重田 恭江	温泉津まちづくり センター	年7回	2時間程度	実 費	○	○	○	○	○
2	湯里	仲良し会	三明 浄信	湯港公民館	土曜日	10:00～12:00	年会費 1,000円	○	○	○	○	○
3	湯里	中組サロン湯留里	山根紀和子	湯里まちづくり センター	毎月第1月曜日	9:30～11:30	100円	○	○	○	○	○
4	湯里	ハツラツ会	安田ステヨ	湯里西垣内中央 集会所	年10回	9:00～11:00	年間1,000円 おやつ代100円 （材料費必要な場合あり）	○	○	○	○	○

	地区名	団体名	代表者名	活動場所	開催日	開催時間	参加費用	活動内容				
								【健康づくり】	【会食活動】	【趣味活動】	【交流活動】	【その他】
5	湯里	笑おう会	中井 清美	コミュニティ よすくの里	毎月第2木曜日	13:30～15:00	1,000円/年間	○	○	○	○	○
6	湯里	つづらこ学級	山根 澄子	湯里まちづくり センター	5/14、6/20、 7/5、9月上旬、 10月上旬、11 月、2月	13:30～15:00	実費	○	○	○		○
7	湯里	ダイヤゾーン ボール同好会	渡利 寿宏	湯里まちづくり センター体育館	毎週火、土曜日	3時間	1 か月1,000円	○				
8	湯里	つくしんぼ	臼井 明海	霹靂神社参道付近	毎週土、日曜日	7:00～10:00	無料	○		○	○	
9	井田	わかがえり会	北畠 規正	殿村集落センター	毎月1回	10:00～13:00	400円	○	○	○		○
10	井田	元井田会	森岡 廣行	井田生活改善 センター	毎月（月後半の火曜 日又は金曜日）	9:30～11:30	2,500円/年間	○	○		○	○
11	井田	元気アップ教室	厚朴 信宏	井田まちづくり センター	年12回 第2水曜日	10:00～11:30	300円	○	○			
12	井田	輝楽くらぶ	厚朴 信宏	井田まちづくり センター	年6回	9:30～11:30	材料費等、自己負担	○	○	○	○	○
13	福波	みのり会	藤本 京子	福光 林集会所	毎月第3木曜日	9:30～11:30 または 13:00～15:00	無 料	○	○	○		○
14	福波	和の会	山形百合子	福光会館 （うみねこ）	毎月最終土曜日 （行事と重なる 場合は1週間前）	11:30～13:00	300円	○	○	○	○	

	地区名	団体名	代表者名	活動場所	開催日	開催時間	参加費用	活動内容				
								【健康づくり】	【会食活動】	【趣味活動】	【交流活動】	【その他】
15	福波	すいせん	亀島由美子	福波まちづくりセンター	毎月第1・第3金曜日	10:00～11:30	200円/月 (会場使用料)	○				
16	福波	笑の会	大野 恭子	今浦集会所	毎月1回 日曜日	10:00～12:00	300円	○	○	○		
17	福波	市・箱坂サロン	坪内一二三	市・箱坂集会所	毎月第4水曜日	13:30～15:00	材料費等 実費	○		○		
18	福波	福浦グラウンドゴルフ	笹木 康二	福浦生活改善センター	毎週木曜日	9:00～12:00	1,500円/年	○				○

仁摩町

	地区名	団体名	代表者名	活動場所	開催日	開催時間	参加費用	活動内容				
								【健康づくり】	【会食活動】	【趣味活動】	【交流活動】	【その他】
1	仁万	にまシニアクラブ	山根 宣子	大田西中学校 体育館	毎週月曜日	19:30～21:30	年会費 3,000円	○				
2	仁万	レインボー仁摩	原 美枝子	大田西中学校 体育館	毎週水・木曜日	19:00～21:00	1,000円程度/年間	○	○	○	○	
3	仁万	仁万ヨガ教室	落合 美樹	仁万まちづくり センター集会室	毎月第1月曜日	10:00～11:00	1回300円	○				
4	大国	大国スポンジ テニスクラブ	安野久美子	大国文化振興会館	毎週火曜日 毎週土曜日	18:00～20:00 15:00～17:00	3,000円/年間	○				
5	大国	大国スポンジ テニス同好会	中田 明芳	大国文化振興会館	毎週水曜日 毎週土曜日	13:00～15:00	3,000円/年間 (ボール代金)	○				
6	大国	大国陶芸いきいき クラブ	松浦 恒夫	大国まちづくり センター	毎週火曜日	9:00～	入会費5,000円 月会費 500円 (粘土代など各自負担あり)		○	○	○	○

	地区名	団体名	代表者名	活動場所	開催日	開催時間	参加費用	活動内容				
								【健康づくり】	【会食活動】	【趣味活動】	【交流活動】	【その他】
7	大国	ゆらぎ健康教室	川上 妙美	大国まちづくりセンター	第2水曜日	9:30~10:30	無 料	○				
8	大国	銀山ゆめ工房	佐藤 博	大国まちづくりセンター	第2金曜日	9:00~12:00	6,000円/年	○	○	○	○	○
9	大国	冠羽思いやりの会	黒瀬 明人	冠羽自治会館	毎月1回 不定期 日曜日	11:00~12:00	参加費：1,000円： 食事代：800円		○		○	
10	宅野	てわるさの会	山橋 由紀	宅野まちづくりセンター	毎週金曜日	13:00~15:00	100円/回			○		
11	宅野	竹の子の会	藤間三恵子	宅野まちづくりセンター	1回/月 不定期	9:30~11:30	300円				○	
12	宅野	宅野健康クラブ	白坏美智子	宅野まちづくりセンター	月2回 木曜日	13:30~15:00	100円	○				
13	宅野	宅野スポンジ テニス同好会	宮本 春樹	伝統芸能伝承館 体育館	毎週 月・木曜日	9:00~11:00	100円/回 (施設使用料)	○				
14	馬路	馬路ストレッチ クラブ	田中 エイ	馬路まちづくりセンター	毎月第2木曜日	13:30~15:00	無 料	○				
15	馬路	琴ヶ浜歩こう会	松浦 毅	馬路琴ヶ浜 他	毎週 月・金曜日 (雨天中止)	7:10~ (季節により変更あり)	100円/月	○				
16	馬路	馬路いこいクラブ	松浦 美幸	馬路まちづくりセンター	毎月第4水曜日	13:30~15:00	無料	○				○
17	馬路	本郷つくし会	田中 準子	高山会館 または 馬路まちづくりセン ター	毎月1回不定期 木曜日	10:00~12:00	100円/月 会食時実費負担	○	○			
18	馬路	馬路みんなで歌おう会	茶谷垣内 隆	馬路まちづくりセンター	毎月第1木曜日	10:00~11:30	100円/月	○		○	○	

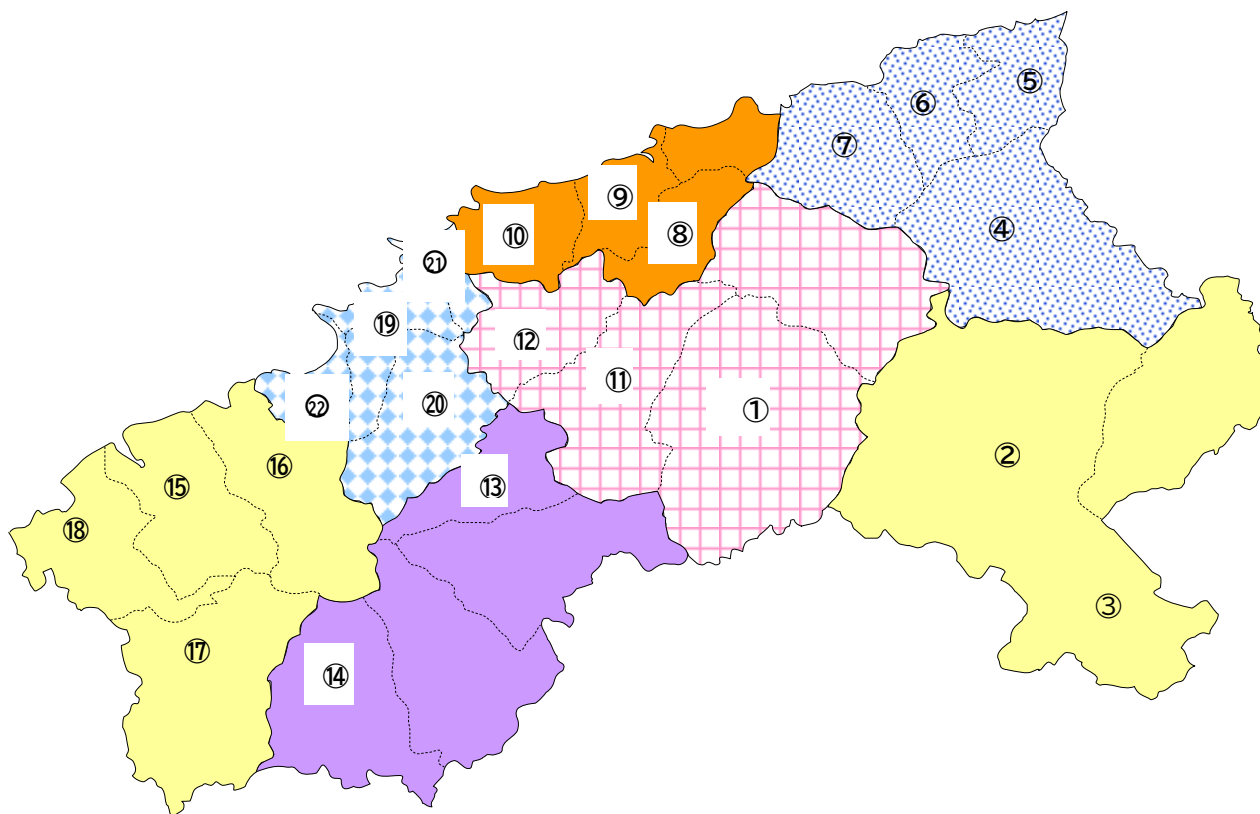
30.高齢者通いの場づくり事業

「高齢者通いの場」は、高齢者の社会参加を促進し、運動機能の維持・向上による介護予防の推進を図ることを目的に、各地域で毎週1回以上実施しています。

【活動内容】血圧測定をはじめとした体調チェック。「0854-8体操」などの運動。利用者の興味関心に応じた趣味活動や健康増進活動。

※参加費用などが変更になる場合があります。大田市介護保険課にお問合せください。

※参加費用には、弁当代やタクシー送迎費用が別途必要な場合があります。



大田市介護保険課高齢者福祉係
(0854-83-8059) に
お問い合わせください。



©2012 大田市らとちゃん
K551

	地区名	名称	代表者名	活動場所	曜日	開催時間	参加費用 (1回あたり)	送迎の 有無	メッセージ
①	川合	川合町通いの場	小林 公司	川合 まちづくり センター	水曜日	9:00～11:30	300 円 弁当代 500 円 必要な場合有	有	いつまでも元気に暮らせるよう、 皆さん一緒に楽しく介護予防に 取り組みましょう。
②	池田	池田すこやか クラブ	原田 敏隆	池田 まちづくり センター	木曜日	9:00～11:30	300 円 送迎あり 400 円 弁当代実費	有	しゃべって食べて笑って… 「あ～楽しかった～」が 池田すこやかクラブのモットー です！
③	志学	志学 ほっといどばた	和田 徹	志学 まちづくり センター	水曜日	9:00～12:00	300 円 弁当代が必要な場合有	有	楽しい時間を過ごしましょう。
④	富山	ひばりの会	鳥笥尾 博	富山 まちづくり センター	木曜日	9:30～11:30	300 円 弁当代実費必要な場合有	有	楽しい時間を共有し、元気に過 ごしましょう。
⑤	朝山	そらみず朝山	高田 龍一	朝山 まちづくり センター	水曜日	9:30～11:30	300 円 送迎料別途負担有	有	一緒に楽しく過ごしましょう。
⑥	波根	波根地区 ふれあい協議会	岩谷 明子	波根 まちづくり センター	火曜日	9:30～12:00	300 円 弁当代 600 円必要な場合有	有	みなさんで楽しい時間を過ごし ましょう。
⑦	久手	すまいる	平田 久美子	旧あけぼの こども園	水曜日 木曜日 金曜日	13:30～15:30 9:30～11:30 9:30～11:30	300 円 タクシー利用者 1 回 200 円 月一回の食事会 100 円	有	今の健康を維持しましょう。
⑧	長久	長久いきいき会	石田 國雄	長久 まちづくり センター	水曜日	9:30～11:30	300 円 毎月最終水曜日は弁当代 700 円必要	有	みなさんの笑顔でいっぱいデ す。あなたもメンバーに加わりま せんか。

	地区名	名称	代表者名	活動場所	曜日	開催時間	参加費用 (1回あたり)	送迎の 有無	メッセージ
⑨	静間	静間地区 しずのいわや 協議会	竹下 宜孝	静間 まちづくり センター	火曜日	9:00～11:30	300 円 送迎利用者別途 100 円必要	有	元気に笑顔で楽しい時間を過ご しましょう。
⑩	五十猛	いそたけ通いの 場	坂根 敏雄	五十猛 まちづくり センター	水曜日	9:00～11:30	300 円 弁当代が必要な場合有	有	みなさん一緒に楽しみながら、 元気になりましょう。
⑪	久利	久利高齢者 集いの場	高橋 英輝	久利 まちづくり センター	火曜日	8:40～11:30 13:00～15:30	300 円 (おやつ代 100 円含む)	有	午前の部、午後の部あります。 ご都合の良い方を選択して参加 してください。
⑫	大屋	大屋わかたけの 会	林 治彦	大屋 まちづくり センター	火曜日	9:00～11:30	300 円 弁当代実費必要な場合有	有	ともに笑って！ ともに動いて！ ともに楽しみともに喜ぶ会。
⑬	大森	おおもり 「銀の里」	中田 豊	大森 まちづくり センター	木曜日	9:00～11:30	300 円 会食時、別途負担有	有	みなさん一緒にお茶を飲みなが らおしゃべりしましょう。
⑭	大代	大代えびすの会	高村 清	大代 まちづくり センター	木曜日	9:30～11:30	300～400 円 月1回弁当代 200 円必要	有	みなさんの参加をお待ちして おります！
⑮	温泉津	だんだんかい 暖談会	森田 修二	温泉津 まちづくり センター	木曜日	9:30～12:00	300 円 月 1 回食事代 500 円必要。 送迎料別途 70～350 円	有	みなさんと楽しい時間を過ごし ましょう。
⑯	湯里	ゆさと元気会	中井 秀三	湯里 まちづくり センター	水曜日	10:00～13:00	900～1,000 円(内訳: 弁当代 600 円、お茶代 100 円、タクシー代 100 円)	有	みんなの笑顔待ってます。

	地区名	名称	代表者名	活動場所	曜日	開催時間	参加費用 (1回あたり)	送迎の 有無	メッセージ
⑰	井田	井田なごみ園	厚朴 邦広	井田 まちづくり センター	木曜日	13:30~15:30	200 円 別途、茶菓代月額 200 円	有	みなさん一緒に楽しみましょう。
⑱	福波	にこにこ会	小林 一彦	福浦生活 改善 センター	火曜日	9:00~12:00	400 円 弁当代 500 円 必要な場合有	有	みなさん、楽しくおしゃべりをし て過ごしましょう。
⑲	仁万・ 天河内	仁万・天河内 ふれあい協議会	丸山 浩二	仁摩農村環 境改善セン ター	火曜日	9:30~12:00	300 円 別途、材料費が必要な場合有	有 条件あり	仲間づくりを通していつまでも 元気で過ごしましょう。
⑳	大国	大国まめな会	黒瀬 雅實	大国 まちづくり センター	水曜日	9:00~12:30	300 円	有	毎週、買い物ができます。
㉑	宅野	宅野 ひなたぼっこ	山根 弘	宅野 まちづくり センター	水曜日	9:00~11:30	300 円 昼食代等必要な場合有	有	毎週水曜日は笑顔の日♪
㉒	馬路	てごしようかい 馬路	石橋哲一郎	馬路 まちづくり センター	火曜日	9:30~11:30	300 円 月 1 回弁当代 500 円程度必 要。	有	笑いましょう。 歌いましょう。 話しましょう。



高齢者向け介護予防アプリ「オンライン通いの場」

このアプリは、オンライン（インターネット）を活用して運動や健康づくり取り組める厚生労働省が開発した介護予防アプリです。おさんぽ機能、相互交流、体操動画機能（1000 種類以上のムービー閲覧が可能）、脳を鍛えるゲーム機能や食事チェック機能、健康チェック機能などあなたの健康をサポートする機能もあります。

 App Store からダウンロード	 Google Play で手に入れよう
アイフォンはこちらから 	アンドロイドはこちらから 

31.災害から身を守るために

ハザードマップの
活用

【ハザードマップの活用】

■避難場所がどこかを、普段から確認しておきましょう

災害の種類(洪水・土砂災害・地震・津波など)に応じて、避難場所は異なります。
普段から、災害の警戒区域や避難場所などを確認しておきましょう。



■そのほかの役立つ情報も掲載しています

災害の説明、非常時持出品リスト、防災・災害時の連絡先など、役立つ情報が「大田市防災ハザードマップ」に載っています。
非常時の助けとなるハザードマップは、家族全員が分かる所に置いておきましょう。

【災害情報の入手先】

テレビ・ラジオ放送	テレビ・ラジオ放送による気象情報・防災情報
防災行政無線	屋外スピーカー・公共施設等の戸別受信機による放送
音声告知放送	ぎんざんテレビ音声告知端末による放送
大田市メール配信サービス	市内の防災や防犯、気象情報等をメールで配信する。 ※「登録」が必要
緊急速報メール	防災情報等を迅速にメールで提供する。「登録」は不要
ホームページ	気象庁：http://www.jma.go.jp/jma/index.html
	しまね防災情報：http://www.bousai-shimane.jp/
	大田市：http://www.city.oda.lg.jp/

※大田市メール配信サービスの登録方法

- ① 次のアドレスに件名、文面を「入力せずに」メールを送信します。 **e-ohda@xpressmail.jp**
なお、右の「QRコード」からでも登録できます。
- ② 登録用メールが返送されます。
メール記載のアドレスに接続します。
- ③ すると、登録画面が表示されます。必要な情報を選び、「確認」ボタンを選択します。
- ④ 内容を確認して、「登録」ボタンを選択します。
◎詳細は、登録時返信メールに記載のアドレス(URL)を選択してご確認ください。



◆注意事項

登録アドレスにメールを送信しても返信がない場合は、次のことを確認して再度送信して下さい。
・登録用メールアドレスを確認する。
・新着メールの問い合わせを実施する。
・迷惑メール設定を確認する。
※「@xpressmail.jp」からのドメイン許可
URL付きメールの許可

【問い合わせ】

大田市役所総務部危機管理課
Tel0854-83-8009

32.市内病院・診療所・歯科診療所一覧

令和 6 年 4 月1日現在の情報です。

一覧は右の QR コード(大田市医療政策課)もしくはホームページをご参照ください。

大田市 市内病院・診療所・歯科診療所 検索



【病院】

	医療機関名	診療科目	ホームページ QR コード	住所	電話番号
1	大田市立病院	内科、精神科、神経内科、呼吸器内科、 消化器科、循環器科、小児科、外科、 整形外科、脳神経外科、呼吸器外科、 心臓血管外科、皮膚科、形成外科、泌尿 器科、産婦人科、眼科、耳鼻咽喉科、 リハビリテーション科、放射線科、麻酔科		大田市大田町 吉永1428-3	0854-82-0330
2	石東病院	精神科、神経科		大田市大田町 大田1860-3	0854-82-1035

※診療時間などの詳細は各機関のホームページ等にてご確認ください。

【診療所】

	医療機関名	診療科目	ホームページ QR コード	住所	電話番号
1	石田医院	内科、循環器内科、小児科、 放射線科		大田市大田町大田 ハ 91	0854-82-1160
2	石田医院山口診療所	内科、循環器内科、小児科		大田市山口町山口 1181-1	0854-82-1160 (石田医院)
3	上垣医院	外科、整形外科、胃腸科、 リハビリテーション科		大田市大田町大田 イ 319-1	0854-82-0270
4	うめがえ内科クリニック	内科、神経内科、漢方内科、 心療内科		大田市大田町大田 口 1186-2	0854-83-7800
5	大田呼吸循環クリニック	内科、呼吸器内科、消化器内 科、循環器内科		大田市大田町大田 ハ 145	0854-82-0036
6	大田市国民健康保険 池田診療所	内科、小児科、循環器内科		大田市三瓶町池田 2267-1	0854-83-3084
7	大田市国民健康保険 仁摩診療所	内科、循環器内科		大田市仁摩町仁万 643-1	0854-88-9030

8	大田シルバークリニック	内科、神経内科		大田市大田町大田 イ47-5	0854-83-7757
9	大田姫野クリニック	泌尿器科		大田市大田町大田 イ14-2	0854-84-0788
10	生越整形外科クリニック	整形外科、 リハビリテーション科		大田市大田町大田 イ263-8	0854-82-6161
11	小野医院	内科、小児科、外科		大田市久手町刺鹿 2415	0854-82-8328
12	川上医院	内科、循環器内科、小児科、 消化器内科		大田市川合町川合 1242-1	0854-82-0296
13	川上医院吉永出張所	内科、循環器内科、小児科、 消化器内科		大田市川合町吉永 替地田1042-7	-
14	木島医院	小児科、内科、循環器内科、 消化器内科		大田市久手町刺鹿 2732	0854-82-8527
15	郷原医院	消化器内科、内科、小児科		大田市久利町久利 726-4	0854-82-0817
16	合原医院	内科、小児科、胃腸内科、 リハビリテーション科		大田市大田町大田 イ190	0854-82-1737
17	合原医院鳥井診療所	内科、小児科、胃腸内科 リハビリテーション科		大田市鳥井町鳥井 185-4	0854-84-8201
18	こまめクリニック	内科、脳神経外科		大田市大田町大田 □814-3	0854-86-8897
19	しみず眼科	眼科		大田市大田町大田 イ192-15	0854-86-8830
20	昭和医院	内科、消化器内科		大田市大田町大田 イ127	0854-82-3492
21	須田医院	内科、心療内科、小児科、糖 尿病内分泌内科		大田市仁摩町仁万 862-1	0854-88-2124
22	秦クリニック 志学診療所	内科、小児科		大田市三瓶町志学 □367	0854-83-2002

23	福田医院	内科、消化器内科、小児科、 循環器内科		大田市波根町字古 川 2028	0854-85-8526
24	ふじわら眼科クリニック	眼科		大田市大田町大田 □ 1181-2	0854-86-8131
25	本田皮膚科医院	皮膚科		大田市大田町大田 □ 1031-6	0854-83-7788
26	やまうち内科	内科、小児科、糖尿病内分泌 内科		大田市長久町長久 □ 225-5	0854-84-0707
27	湯里診療所	内科、循環器内科		大田市温泉津町湯 里 1642-1	0854-88-9030 (仁摩診療所)
28	わだ耳鼻咽喉科医院	耳鼻咽喉科		大田市大田町大田 イ 200-3	0854-84-0800

※診療時間などの詳細は各機関のホームページ等にてご確認ください。

【巡回診療所】

	医療機関名	診療科目	ホームページ QR コード	住所	電話番号
1	加藤病院 井田地区巡回診療	内科		大田市温泉津町井田 □ 248-2	0855-72-0640 (加藤病院)
2	加藤病院 祖式地区巡回診療	内科		大田市祖式町1082-2	0855-72-0640 (加藤病院)
3	加藤病院 福波地区巡回診療	内科		大田市温泉津町福光八 467-1	0855-72-0640 (加藤病院)
4	仁摩診療所 温泉津地区巡回診療	内科		大田市温泉津町小浜イ 486	0854-88-9030 (仁摩診療所)

【歯科診療所】

	医療機関名	診療科目	ホームページ QRコード	住所	電話番号
1	あおば歯科医院	歯科		大田市大田町吉永柳ヶ坪 1551-1	0854-86-7717
2	泉歯科医院	歯科		大田市仁摩町仁万 524-1	0854-88-3881
3	大庭歯科医院	歯科、小児歯科		大田市祖式町 1082-1	0854-85-2700
4	おごし歯科医院	歯科、矯正歯科		大田市久手町刺鹿 708-4	0854-82-0520
5	景山デンタルクリニック	歯科		大田市大田町大田イ 636-1	0854-83-7707
6	楯野歯科医院	歯科		大田市大田町大田口 335-乙	0854-82-0714
7	デンタル・アート・クリニック	歯科		大田市大田町大田口 979-1	0854-84-0321
8	中村歯科クリニック	歯科		大田市長久町長久イ 281-1	0854-82-1182
9	ニコライ歯科医院	歯科		大田市大田町大田イ 193-1	0854-82-3322
10	西村歯科医院	歯科		大田市波根町 1341-1	0854-85-8621
11	前田歯科医院	歯科		大田市温泉津町小浜イ 10-9	0855-65-1502
12	もりわき歯科クリニック	歯科、小児歯科		大田市大田町大田イ 244-2	0854-84-8020

※診療時間などの詳細は各機関のホームページ等にてご確認ください。

かかりつけ歯科医をもちましょう

皆さんはかかりつけのお医者さんと同様に、健康を維持するうえで「かかりつけ歯科医さん」はおられますか？

「歯医者さん」とのよいお付き合いは、歯の健康だけでなく、全身の健康を保つためにも有効です。歯周病はほかの病気とも深く関わっていることが近年の研究で分かっていますし、定期的に歯科医院に通うことでほかの疾患の発見につながるケースもあります。

自分の虫歯・歯周病リスクに応じて歯科医院を受診し、メンテナンスをしてもらうことは、長寿社会を健康で幸せに生きるために不可欠です。

とある研究において高齢者の方の実態を調べたところ、かかりつけ歯科医がいる人は長寿で、介護認定を受ける率が低いことも分かっています。

よくかんでおいしいものを食べられることにより、丈夫な体を維持することもできますし、元気だと気持ちも前向きになります。かかりつけ歯科医さんがおられない場合は、まずは定期健診の機会をもつなどから始めてみませんか？

