

湯河原町高齢福祉担当からのお知らせ

令和7年度4・5月版 (No.24)

じー G ・ じー G クラブゆがわら

「G. G」とは、グランド・ジェネレーション（最上級の世代）の略称です。

若々しく年を重ね、豊かな知識と経験をもち、さまざまなスタイルで人生を楽しむ時代の年長者をいいます。

地域支え合い推進員が、元気な高齢者を中心とした自主的な活動団体を訪問・紹介します！

活動紹介

『音楽ケア体操教室』

講師 さいとう真由美 氏
(認知症予防音楽ケア体操指導員)

- 「歌って元気アップ」を目指して、楽しみながら **運動不足解消**！
- 馴染みのある曲や思い出の映像で脳を活性化して **認知症予防**！
- これからの人生で大事なフレイル予防、そして参加者同士の交流で **自分ケア**！



《活動場所》 宮上会館 (毎月 **第1水曜日**)

宮下会館 (毎月 **第3月曜日**)

《活動時間》 いずれも 13:30～15:30

《参加費》 各回 1,000 円

(予約特典 20%割引) **当日参加OK**

《連絡先》 090-8080-2962 さいとう真由美



便利な高齢者福祉サービスの紹介

第24回（※2巡目） 移送サービス



- ねたきりなどにより、公共交通機関を利用することが困難な高齢者を病院等に移送するサービスです。
湯河原町社会福祉協議会に委託して実施しています。
- 『車いす・ねたきりなどで、病院に連れていけない・・・』などのご相談ください。
- サービスの概要

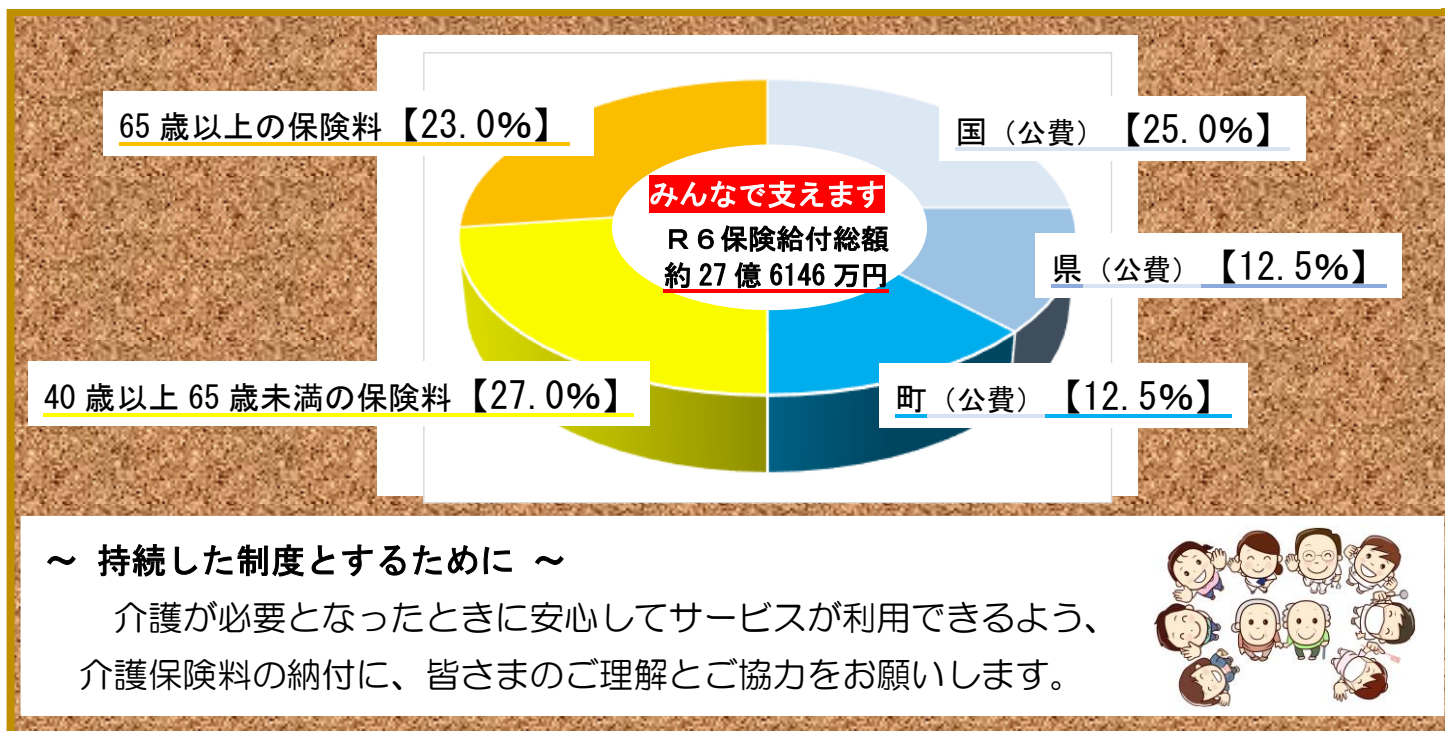
対 象 者	● 次の要件の<u>すべてに該当</u>する方を対象とします。 ・ 湯河原町に住民票があり、町内（自宅）で生活していること ・ 自力歩行が困難（ねたきり・車いす生活など）であること ・ 事前の利用登録をしていること （※登録方法は、下記「利用までの手順」をご参照ください。）
利用料等	● 1回（往復）の運行につき、次の利用料を負担します。 【町内】500円 【真鶴町・熱海市】1,000円、 【小田原市・箱根町・南足柄市・足柄上郡・函南町】1,500円
利用までの手順	手順1 まずはご相談ください。対象者に該当するか確認します。 [相談先] 湯河原町社会福祉協議会 ☎0465-62-3700 【町民の方 ⇒ 町社会福祉協議会】 手順2 『利用登録申請書』『利用誓約書』を提出します。 【町民の方 ⇒ 町社会福祉協議会】 手順3 町社会福祉協議会の職員が利用者本人の状態などを確認するため、ご自宅を訪問します。 【町社会福祉協議会 ⇒ 町民の方】 手順4 利用者本人の状態などを踏まえ、利用可否を決定（利用登録）の上、『移送サービス決定通知書』等を送付します。 【町社会福祉協議会 ⇒ 町民の方】 手順5 希望する日時等を予約して、移送サービスを利用します。 【町民の方 ⇒ 町社会福祉協議会】
留意事項	● 関係法令において、身体上、自力歩行ができる方の利用はできません。 ● 利用する際の予約は、3か月先までお受けしています。 次回の受診日等が決まった時点で、お早めの予約をお勧めします。 ● その他、サービスを利用する際の注意事項などの詳細は、利用の決定後にご説明させていただきます。
お問合せ	湯河原町社会福祉協議会 ☎62-3700



はじめての介護保険（※2巡目） ～ 第24回 介護保険の財源 ～

- 介護保険制度は、介護や支援が必要になったときに、必要なサービスが利用できるよう、みなさんの支え合いで成り立っている制度です。
- 安定したサービスが提供できるよう、みなさんのご理解をお願いします。

【財源】 介護保険制度は、40歳以上の方に納めていただく「介護保険料」と、国・県・町が負担する「公費」を財源として運営されています。



『公園体操』開催中！

参加無料、事前の申込み不要

【開催日】

桜木公園

4月 7日（月）、5月12日（月）

さくらんぼ公園

4月21日（月）、5月19日（月）

【開催時間】 13時30分 ～ 15時00分

【講師】 健康運動指導士 高垣茂子 先生



俳句紹介

（協力）湯河原俳句協会

寒卵負の遺伝子は要りません

高橋 千鶴子

猫の眼はトバーズ色や冬ぬくし

露木 佳世子

雁渡るクルーズ船の後先に

加藤 裕子

然り乍ら譲れぬ一事冬さうび

加藤 千枝

講座・教室のご案内 ～ 参加者を募集しています！ ～

●募集は、定員になり次第、終了いたしますのでご了承ください。

講座名	概要等
フレイル予防教室 (フレイルチェック)	【概要】フレイル（虚弱）を改善するための栄養・運動・社会参加をテーマとした講座（2回コース）です。 【日程】 5月23日（金）及び 11月21日（金）の2日間 【時間】 13：00～15：30 【定員】 15名 【場所】 町保健センター2階 集団指導室 【詳細】 広報ゆがわら5月号 で案内予定です。 
フレイルサポーター 養成講座	【概要】フレイル予防教室において、測定の簡単な補助や声かけなどを行うサポーターを募集します。 【日程】 6月9日（月）及び 10日（火）の2日間 【時間】 13：30～15：30 【定員】 15名程度 【場所】 町保健センター2階 集団指導室 【詳細】 広報ゆがわら5月号 で案内予定です。 
シニア向けの かんたんスマホ教室 (5月開催分)	【概要】スマホ初心者向けの基礎的な講座です。 【日時】 5月28日（水） 午前コース（10：30～12：00） 午後コース（13：30～15：00） 【場所】 防災コミュニティセンター1階 101会議室 【定員】 各12名 【詳細】 広報ゆがわら5月号 で案内予定です。 ※4月開催分は定員に達したため、受付を終了しております。 
町パークゴルフ協会主催 パークゴルフ初心者 講習会	【概要】パークゴルフの初心者向け講習会を開催します。 【日時】 6月7日（土） 9：00～11：30 【会場】 総合運動公園パークゴルフ場 【定員】 20名 【詳細】 広報ゆがわら5月号 で案内予定です。 
ゆがわら・まなづる 家族会	【概要】認知症の方を介護するご家族等を支援する会です。 【日時】 5月9日（金） 10：00～12：00 【場所】 城堀会館1階 【詳細】 広報ゆがわら5月号 で案内予定です。
よりあい 寄り愛ゆがわら ～出張介護相談会～	【概要】地域包括支援センターの看護師等が、介護に関する相談などをお受けします。（※事前のお申込みは、必要ありません。） 【日時】 5月20日（火） 10：00～11：30 【場所】 吉浜文化福祉会館2階 第2会議室 【詳細】 広報ゆがわら5月号 で案内予定です。 
【予告】 げんき応援教室	【概要】簡単なストレッチや有酸素運動などを行う教室です。 【日程】 全8回（※日程及び時間等の詳細は調整中） 【会場】 ①門川会館コース ②鍛冶屋会館コース 【定員】 各コース20名 【詳細】 広報ゆがわら5月号 で案内予定です。 
【予告】 令和7年度『人生これからだ！いgak』参加者募集 人生100年時代を迎えるに当たり、知識や教養、趣味活動の範囲をさらに高めることができるよう、年間を通じ、全10回の生涯学習講座を開催します。 詳細は、広報ゆがわら5月号で案内予定です。 	

●町ホームページからもダウンロードできます（ <https://www.town.yugawara.kanagawa.jp> ）

●この広報紙に関するお問い合わせは、町役場介護課（ ☎63-2111 内線 340 ）まで