



高齢者・福祉

かんたん料理教室

日9月10日、10月8日、11月12日
(木) 午前10時～正午
場唐子市民活動センター
対市内在住の65歳以上の男性
定20人(新規の人優先)
内身近な食材を使った調理実習により、高齢期の栄養のとり方を学ぶ
費各回400円
申・問8月3日(月)～9月3日(木)に直接、電話又はFAXで総合福祉エリアへ。
☎22-5561
☎25-3305



市HP

みんなきらめけ!!ハッピー体操

介護予防を目的とした体操です。

ところ	9月
高坂丘陵市民活動センター	1・15日(火)
大岡コミュニティセンター	
唐子地区体育館	3・17日(木)
大岡市民活動センター	
市民福祉センター	4・18日(金)
北地区体育館	
南地区体育館	11・18・25日(金)
野本市民活動センター	4・11・25日(金)・14日(月)

時間 午前10時～11時30分(大岡市民活動センター・高坂丘陵市民活動センターは午後2時～3時30分)

対市内在住の60歳以上

持フェイスタオル(体操用)、バスタオル・ヨガマット等(敷物用)、体育館履き、飲物

※事前申込は不要。お住まいの近くの会場での参加をお願いします。

問総合福祉エリア

☎22-5561
☎25-3305
高齢介護課
☎21-1406
☎22-7731



市HP

高額療養費の上限額が変わります

同じ月に同じ医療機関に支払った自己負担額が下表の限度額を超えたとき、超えた分が高額療養費として支給されます。**自己負担限度額は、8月1日から下記のとおり変更となります。**

70歳未満の人の自己負担限度額(月額)

所得区分 (年間所得)	年3回目まで	
	月額上限	年間上限
ア (901万円超)	270,300円+(医療費の総額－901,000円)×1%	1,680,000円
イ (600万円超～ 901万円以下)	179,100円+(医療費の総額－597,000円)×1%	1,110,000円
ウ (210万円超～ 600万円以下)	85,800円+(医療費の総額－286,000円)×1%	530,000円
エ (210万円以下)	61,500円	530,000円
オ (住民税非課税世帯)	36,900円	290,000円

70歳以上75歳未満の人の自己負担限度額(月額)

所得区分	外来(個人単位)	外来+入院(世帯単位)
現役並み所得者Ⅲ (課税所得690万円以上)	270,300円+(医療費の総額－901,000円)×1% (年間上限1,680,000円)	
現役並み所得者Ⅱ (課税所得380万円以上)	179,100円+(医療費の総額－597,000円)×1% (年間上限1,110,000円)	
現役並み所得者Ⅰ (課税所得145万円以上)	85,800円+(医療費の総額－286,000円)×1% (年間上限530,000円)	
一般	22,000円 (年間上限216,000円)	61,500円
	(年間上限530,000円)	
低所得者Ⅱ (住民税非課税世帯)	11,000円 (年間上限96,000円)	25,700円
	(年間上限290,000円)	
低所得者Ⅰ (低所得者Ⅱの要件を満たし、所得金額が0円)	8,000円	15,700円
	(年間上限180,000円)	

詳細は市HP又は国保税納税通知書に同封の冊子をご確認ください。

問保険年金課☎21-1403☎23-0076



市HP

配食サービス

食生活の改善と健康増進を図るため、栄養バランスに配慮した食事をお届けします。また、お届け時に安否確認をします。

対市内在住の身体的又は精神的な事情により調理等に支障のある人で、65歳以上のひとり暮らしの人や高齢者世帯の人など

費昼食1食あたり400円(普通食)
※治療食やおかずだけでも可。ただし、料金は異なります。

申・問高齢介護課

☎21-1406

☎22-7731



市HP

令和8年度いきいきパス・ポイント対象事業

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

対市内在住の65歳以上

ポイント付与期間

令和9年2月28日(日)まで

ばたん圓交換申込期間

令和9年3月15日(月)まで

※交換申込みは年度内1回です。

今月号掲載の対象事業	ページ
第49回日本スリーデーマーチ(事前登録のみ対象)	7
男女共同参画専門講座	15
社会教育講座	16
胃がん検診(集団)	19
まとめてがん検診	20
いきいき生活教室	21
かんたん料理教室	22
みんなきらめけ!!ハッピー体操	22
認知症サポーター養成講座	23
こちらウォーキングセンターです	25
月例市民ウォーキング	25

問高齢介護課

☎21-1406

☎22-7731



市HP

紙おむつ給付事業

月に1度、市が委託した業者が利用者の選択した紙おむつをお届けします。

対次の全てに該当する人

・本市介護保険の被保険者で在宅介護の人(入院中・介護老人保健施設等入所中の人は除く)

・要介護度が要介護1～5に該当すると認定された人

・ケアマネジャー等の意見により、常時紙おむつの必要性がある人

・介護保険給付の制限がない人

給付限度額(市が負担する限度額)

介護保険の負担割合証に記載された割合に応じた給付限度額があります。給付限度額を超えた分は、全額自己負担となります。

申・問高齢介護課

☎21-1406

☎22-7731



市HP

認知症サポーター養成講座

日9月4日(金) 午後1時30分～3時30分

場市立図書館

対市内在住・在勤者

定50人(申込順)

内認知症についての基本的な知識や認知症の人との接し方等を学ぶ

申・問8月3日(月)から直接、電話又は電子申請で市地域包括支援センター(高齢介護課)へ。

☎22-7733☎22-7731



市HP



電子申請



包括便り STOP！高齢者虐待 ～みんなで支える、みんなで守る～

高齢者虐待は、高齢者ご自身の状態だけでなく、介護をする人の疲れ、人間関係、取り巻く環境など、様々な要因が複雑に重なり合って起こると言われています。高齢者やそのご家族を地域から孤立させないためには、日頃からの「声かけ」や「さりげない見守り」、そして小さな「気づき」が、虐待を未然に防ぐ大切な鍵となります。

ご近所で、こんな様子はありますか？(虐待のサインの一例)

- ・体の異変：体に不自然な傷やあざがある
- ・音の異変：家から怒鳴り声や悲鳴が聞こえる、大きな物音がする
- ・行動の異変：天気が悪くても、高齢者が長時間外にいる姿がしばしばみられる
- ・衣類・衛生面：着ている洋服が汚れている、お風呂に入っている様子がない

高齢者の虐待の样子に気づいたら

「もしかして?」と思ったら、地域包括支援センターまでご連絡ください。地域ごとに担当の地域包括支援センターがあります。詳細は市HPをご確認ください。守秘義務により、誰が連絡や相談をしたかが周囲に漏れることはありません。本人やご家族からはもちろん、地域にお住まいのどなたからの相談も可能です。

問高齢介護課☎22-7733☎22-7731



市HP