

理学療法士・作業療法士・看護師・歯科衛生士・管理栄養士等の専門職がサポート！

介護予防・生活支援サービス事業（通所型サービスC）

「シニア健康あっぷ塾」第2クール参加者募集！

「歩くスピードが遅くなった」、「平らなところでつまずくようになってきた」、「ペットボトルの蓋が開けにくくなった」など思い当たることはありませんか。

内心不安だけど、何をしたらいいのかと悩んでいるかた…。シニア健康あっぷ塾が最適です！！

シニア健康あっぷ塾は、腰痛・膝痛や転倒予防のため、イスやマットなどを使用した運動で柔軟性を高め、筋力とバランス能力をつけます。また、健康の維持に欠かすことのできないお口の働きや噛むことの大切さなど、正しい口腔ケアの学習をします。さらに、栄養プログラムを加え、介護予防に取り組むことで、生活レベルを向上させることを目的としています。**今年度からは作業療法士も加わり、専門職もさらに充実！！**これからも自分らしい生活を続けていくために、ぜひご参加ください。

■対象者 次の①から④までの条件をすべて満たすかた

- ①町内在住のおおむね65歳以上のかた
- ②「基本チェックリスト」を実施し運動機能などに低下が認められたかた（基本チェックリストは申し込み時に包括の職員が実施します）
- ③医師から運動を禁止、もしくは運動の制限を受けていないかた
- ④原則として各クール全日程（12回）参加できるかた

■日 程 上記参照

■時 間 各日 午前9時～11時

■場 所 保健センター

■参加費 無料

■定 員 1クール10名

■送 迎 車での送迎も相談のうえ決定

■申込み 7月14日(月)から電話申込み開始
(定員になり次第締切)

第2クール開催日程

- ①8月21日(木)
- ②8月28日(木)
- ③9月4日(木)
- ④9月11日(木)
- ⑤9月18日(木)
- ⑥9月25日(木)
- ⑦10月2日(木)
- ⑧10月9日(木)
- ⑨10月16日(木)
- ⑩10月23日(木)
- ⑪10月30日(木)
- ⑫11月5日(水)

※今年度は第3クール(12月～2月)も予定しています。参加申し込みについてはその都度広報にてお知らせいたします。

参加者募集 『認知症・介護者のつどい』を開催します

「認知症・介護者のつどい」では、在宅生活の中で物忘れが気になるかた、介護を受けて暮らしているかた、介護をしているかた、介護をしていたかた、これから介護について知りたいかたが集まり、日頃の思い（喜び・不安・疑問など）を共有し、交流する場です。一緒におしゃべりして、ほっと一息、気持ちを楽にしてみませんか。

今回は、「耳の聞こえと認知症について～補聴器について学ぼう～」の講座を開催します。お気軽にご参加ください。

【開催日】 7月14日(月)

【内 容】 午後1時30分～2時20分 『耳の聞こえと認知症について～補聴器について学ぼう～』
午後2時30分～3時 『参加者同士の交流会』

【場 所】 美里町保健センター・検診室

【対象者】 ・在宅で暮らしている本人やその家族、関係者のかた
・これから介護に関わるかた ・介護をしてきたかた
・介護や認知症について関心のあるかた

【申込み】 開催日前日までに電話または窓口でお申し込みください
※途中参加・退出もできます



介護保険負担限度額認定の申請（更新）をお忘れなく！

介護保険負担限度額認定とは、介護保険施設（特別養護老人ホーム、介護老人保健施設、介護医療院）やショートステイを利用するかたの食費・部屋代の自己負担額を世帯の課税状況や本人および配偶者の預貯金などにより「申請」に基づいて軽減する制度です。

認定証には有効期限（毎年7月31日）があり、更新が必要です。新規のかたの申請も随時受け付けています。

【対象者】 下記のすべてに該当するかた

- ①世帯全員の住民税が非課税（別世帯の配偶者も含む）のかた
- ②預貯金などの資産要件が基準額以下のかた

【必要なもの】

- ①預貯金通帳（普通・定期）の写し（最後に記帳してから2か月以内のもの）
- ②価額評価が安易なもの（有価証券、投資信託、金銀など）の資産評価できる書類

※配偶者の上記資産の写しも必要です。

●要件 ※下記は、令和7年8月からの要件です。

利用者負担段階	対象となる収入・所得	預貯金などの資産要件
第1段階	・生活保護を受けているかた ・世帯全員が住民税非課税で、老齢福祉年金を受給しているかた	単身：1,000万円以下 夫婦：2,000万円以下
第2段階	・世帯全員が住民税非課税で、前年の合計所得金額＋課税年金収入額＋非課税年金収入額が80.9万円以下のかた	単身：650万円以下 夫婦：1,650万円以下
第3段階①	・世帯全員が住民税非課税で、前年の合計所得金額＋課税年金収入額＋非課税年金収入額が80.9万円超120万円以下のかた	単身：550万円以下 夫婦：1,550万円以下
第3段階②	・世帯全員が住民税非課税で、前年の合計所得金額＋課税年金収入額＋非課税年金収入額が120万円超のかた	単身：500万円以下 夫婦：1,500万円以下

●自己負担額（負担限度額）

利用者負担段階	居住費（日額）				食費（日額）	
	ユニット型個室	ユニット型個室の多床室	従来型個室（特養等）	多床室	施設サービス	短期入所サービス
第1段階	880円	550円	550円（380円）	0円	300円	300円
第2段階	880円	550円	550円（480円）	430円	390円	600円
第3段階①	1,370円	1,370円	1,370円（880円）	430円	650円	1,000円
第3段階②	1,370円	1,370円	1,370円（880円）	430円	1,360円	1,300円

介護保険利用者負担金助成制度をご活用ください！

介護保険利用者負担金助成制度とは、居宅サービスを利用した場合に、「申請」に基づいて利用者負担金の一部を助成する制度です。利用するには、事前に受給資格の認定申請が必要です。また、認定には有効期限があります（毎年7月31日）。

【対象者、助成額】

介護認定等を受けていて、4月1日時点で次のいずれかの要件を満たすかた

- ①令和7年度の町民税が世帯全員非課税で老齢福祉年金を受給しているかた…利用者負担金の2分の1
- ②令和7年度の町民税が世帯全員非課税のかた…利用者負担金の4分の1

【必要書類】

対象者の預貯金通帳（助成金の振り込みを希望する口座）

【その他】

下記については助成対象外となります。

- ・認知症対応型共同生活介護（グループホーム）サービスの利用者負担金
- ・特定施設入居者生活介護（有料老人ホーム等）サービスの利用者負担金
- ・別の減額制度などにより、利用者負担金が減額になっている場合

