

天童市地域包括支援センター ニュース

～地域包括支援センターは、高齢者の総合相談窓口です～

内容

- ・天童市高齢者生活支援事業について
- ・ヒートショックに注意！
- ・消費生活センター情報情報

55号

令和7年11月



相 談 窓 口

天童市地域包括支援センター 中央

天童市老野森二丁目6番3号

☎ 023 - 658 - 8190

HP <http://www.tendo-shakyo.or.jp/>

担当地区 天童中部・天童北部・成生
津山・田麦野・山口

天童市地域包括支援センター めいこうえん

天童市大字矢野目150番地

☎ 023 - 664 - 0600

HP <http://meikouen.or.jp/>

担当地区 天童南部・蔵増・寺津
高掬・長岡・干布・荒谷

地域にお住まいの高齢者の皆さんやご家族、地域住民の皆さんの保健・福祉・介護について様々な相談をお受けします。秘密は守りますので、お気軽にご相談ください。相談は無料です。

天童市高齢者生活支援事業について



天童市では高齢者の日常生活を支援するため、様々な在宅支援サービスを実施しています。サービス利用や詳細については、市役所又はお近くの地域包括支援センターへご相談ください。また、サービスの内容によっては、訪問調査や緊急時の連絡先の登録が必要となります。

在宅で暮らしている高齢者のためのサービス

・乳酸飲料サービス事業	・緊急通報体制等整備事業
・見守り配食事業	・認知症事前登録者支援事業「うまく見守る」
・鍼灸マッサージ助成事業	・在宅高齢者訪問指導事業「すこやか訪問」
・訪問理美容サービス事業	・認知症カフェ「あったかフェテンドウ」
・高齢者移動サービス事業	・認知症初期集中支援チーム「ホオジロ」
・介護者激励金・家族介護慰労金支給事業	・地域カフェ
・高齢者軽度生活援助事業（ごみ出し支援他）	・一般介護予防事業（元氣塾、脳トレ教室他）
・高齢者紙おむつ支給・助成事業	

見守り配食事業



【対象】

65歳以上の一人暮らしの方
65歳以上の方のみの世帯の方

【内容】

安否確認を目的として、栄養バランスのとれた食事（弁当）を配達します
週1～3回（月・水・金）

※安否確認が目的のため、原則手渡しでの受け取りとなります。安否確認ができない場合は、緊急連絡先にご連絡します

【利用者負担】

1食あたり340円（ごはんとおかず）
または240円（おかずのみ）

※見守り配食事業、緊急通報体制等整備事業は地域包括支援センターの訪問調査と緊急連絡先の登録が必要です

緊急通報体制等整備事業

【対象】

65歳以上の一人暮らしの方
65歳以上の方のみの世帯の方

【内容】

安否確認や緊急時の迅速かつ適切な対応を図るため、緊急通報装置（固定型または携帯型）を貸与・設置します（設置・撤去は業者）

※端末装置・無線ペンダントを貸与
※希望する方には安否確認センサーを貸与

【利用者負担】

なし
※安否確認センサーを利用する場合は500円/月（税別）
※回線不要の固定型機器を利用する場合は1,000円/月（税別）
※設置機器の工事を伴って家屋内で移動する場合や紛失した場合等は別途費用が発生します



地域カフェ

おおむね65歳以上の方を対象とした集いの場のことです。その地区によって活動は異なりますが、お茶やお菓子をいただいで参加している方と会話を楽しむ、体を動かしてストレッチを行う、レコードや歌を聴く・歌う、舞踊や民謡を鑑賞するなどがあります。（会場によって内容は異なります）



【利用者負担】参加料100円程度

※開催日時は市報・地区の回覧板・公民館の掲示などでご確認ください。

【問い合わせ先】天童市社会福祉協議会・総務地域係 【電話】023-654-5156

	地区	カフェ名称（主な開催場所）	開催日時・事業内容
1	南部	ふれあい南部茶屋 （天童南部公民館）	月1回開催 （第4火曜日 13:30～15:30）
2	中部	カフェくらつ川 （天童中部公民館）	月1回開催 （金曜日 13:30～15:30）
3	中部	カフェたんときてけろ （老野森公民館）	月1回開催 （第4日曜日 9:30～11:30）
4	中部	糠塚さくらカフェ（糠塚公民館）	月1回開催（13:30～15:30）
5	北部	喫茶「いるばある」 （天童北部公民館）	月1回開催 （第3木曜日 10:00～12:00）
6	蔵増	公民館喫茶“蔵”（蔵増公民館）	不定期（10:00～12:00）
7	寺津	水郷喫茶「寄ッテラス」 （寺津公民館）	月1回開催 （第4金曜日 13:00～15:00）
8	田麦野	スリッパ卓球「すみれ会」 （市立高原の里交流施設「さとやま」）	月4～5回開催 （毎週水曜日 9:00～12:00）
9	山口	「お茶のみ処」なでしこカフェ （山口公民館）	月1回開催 （第3火曜日 10:00～12:00）
10	高揃	たかだまサロン「こっ茶来い」 （高揃公民館）	月1回開催 （第4水曜日 10:00～12:00）
11	津山	龍神の里カフェ （上貫津集落センター）	不定期（13:00～16:00） （18:00～21:00）
12	干布	ほしぬのカフェ「よばりん」 （干布地域交流活性化センター） （干布公民館）	月1回開催 （第3水曜日 10:00～12:00）



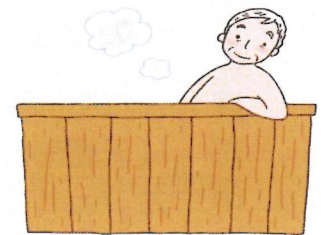
ヒートショック(入浴事故)に注意!!

暖かい部屋から浴室などの寒い部屋に移動すると、急激な温度変化により血管や心臓に大きな負担がかかるために血圧の変化に伴って気分が悪くなったり倒れたりすることがあります。

特に冬の入浴時に多く発生するために、以下の点に注意しましょう。

ヒートショック対策8つのポイント

- 1 飲食後や食後の直後、服薬後の入浴を控える。
- 2 脱衣室や浴室を温めて温度差をなくす。
- 3 入浴前後に十分な水分補給をする。
- 4 お風呂の入浴温度は41度以下にする。
- 5 家族に声をかけてからお風呂に入る、家族も声掛けをする。
- 6 入浴前にかけ湯をする。
- 7 心臓への負担を軽くするために半身浴
- 8 浴槽から上がる時はゆっくりと



参考：山形県ホームページ

定期購入「返品」だけでは解約になりません!△

事例

ネット広告で見たサプリを注文した。1回だけのお試しのつもりだったのに、2回目が届いたので**送り返した**。すると、**請求書**だけが送られてきた。支払う気はないので放置をしていたら**法律事務所**から**通知**が来た。



💡 ひとことアドバイス 💡

- ◇低価格やお試し等を強調する広告を見て、1回だけのつもりで商品を注文したら**実は定期購入だった**というケースがあります。
- ◇自分は1回分しか注文していないからと、商品を**返送したり受け取り拒否したりしても、それだけでは解約にならない**ので注意しましょう。
- ◇ネットで購入する際は、最終確認画面などで定期購入になっていないか、**解約方法・条件、支払総額**などを**しっかりと確認**しましょう。また、これらの記載は**スクリーンショット**で必ず**保管**しましょう。
- ◇誤認するような表示があった場合などには、申込を取り消せる場合があります。

参考：独立行政法人国民生活センター「見守り新鮮情報」

困った時は相談

・天童市役所1階 天童市消費生活センター ☎654-1111 (内線745)
・消費者ホットライン ☎188 (局番なし)