2 生きがいを応援

通いの場をつくりたいが どうしたらいいか わからない

> 趣味を活かした地域の 居場所づくり、 仲間づくりがしたい



ア 活動の立ち上げ・運営の相談

週 長寿生きがい課

22-3141 (代表) FAX 21-0406

生活支援コーディネーターが あなたの生きがいづくり・ 活動を応援します!



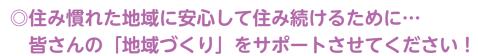
宇治市生活支援コーディネーター

○生活支援コーディネーター

高齢者等の日常生活には、ちょっとした困りごとがたくさんあります。自分自身で解決できなくてサポートが必要なときや、時には、自分がサポートする側にまわりながら、地域とつながりをもち、困ったときは支え合い、助け合うことが大切です。宇治市では、このような地域の支え合い体制を推進するため、生活支援コーディネーターを配置しています。

○こんなときにお声かけください!

- ・町内会で助け合いの取り組みを立ち上げたいが、何から始めたら よいか分からない。
- ・地域の中に気軽に立ち寄れる居場所をつくりたい。
- ・買い物に困っている高齢者が多い。何か方法はないかなぁ。



地域であった「ちょっといい話」、「困ったこと」、「気になること」、「地域で行われている活動」など、地域のことであれば何でも自由に話し合い、情報を共有します。その話し合いの中で、活動同士のつながり、生活支援の取り組み、見守り活動、居場所づくりなど、その地域ならではの支え合いの仕組みづくりを生活支援コーディネーターが住民の皆さんと共に考えていきます。

イ 高齢者の総合相談窓口(地域包括支援センター)

圆 長寿生きがい課

22-3141 (代表) FAX 21-0406

◎地域包括支援センターとは

地域包括支援センターは、宇治市が設置する高齢者総合相談窓口です。高齢者のみなさんが、住み慣れた地域で健やかに安心して生活をしていけるよう、健康・介護・福祉などの相談に応じています。

主任介護支援専門員、社会福祉士、保健師などの専門職が連携して支援を行います。

◎相談日

月~土曜日 午前9時~午後5時(祝日・年末年始除く)

※高齢者虐待の通報は、時間外及び日曜・祝日・年末年始も受け付けています。

○相談場所

お住まいの地域を担当する地域包括支援センターにご相談ください。 来所でのご相談が難しい場合は、訪問等での対応も可能です。お気軽にご相談ください。

	名所	住所	電話番号	担当地区 (小学校区)
1	東宇治北地域 包括支援センター	木幡金草原 43 「ハーモニーこはた」内	33-8270	笠取・笠取第二・ 木幡・御蔵山
2	東宇治南地域 包括支援センター	138-1750		宇治・岡屋
3	南部・三室戸地域 包括支援センター	莵道岡谷 16-3 「宇治明星園」内	23-6115	南部・三室戸
4	中宇治地域宇治琵琶 1-3包括支援センター宇治市福祉サービス公社 中宇治事業所」内		28-3180	発道・発道第二・ 大開
5	槇島地域 包括支援センター	槇島町郡 50-1 「宇治さわらび園」内	21-6605	槇島・北槇島
6	北宇治地域 小倉町西畑 1-4 「小倉デイサービスセンター」内		21-8123	小倉・神明
7	西宇治地域 包括支援センター	小倉町山際 63-1 「西小倉地域福祉センター」内	28-6180	北小倉・西小倉・南小倉・伊勢田
8	南宇治地域 包括支援センター	大久保町平盛 91-3 「平盛デイサービスセンター」内	45-1544	大久保・西大久保・ 平盛

∠ 生きがいを応援

2022/12/09 9:23

ウ 安心して活動するために

週 長寿生きがい課

☎ 22-3141 (代表) FAX 21-0406

事故が発生しないよう、日頃から安全に配慮しながら運営を心がけましょう。また、 もしもの事故発生に備え、損害賠償責任保険の加入をおすすめします。

◎主な損害賠償責任保険

・ボランティア保険

主に社会福祉協議会が窓口となって取り扱っているもので、ボランティア活動中のさまざまな事故によるケガや損害賠償責任を補償する保険です。

・レクリエーション保険

民間の損害保険会社、または社会福祉協議会で取り扱っているもので、偶然な事故で のケガや損害賠償責任を補償する保険です。



エ デジタルで暮らしを便利に

圆 デジタル政策課

☎ 22-3141 (代表) FAX 28-6866

スマートフォンで便利を実感

遠くのご家族と顔を見ながら話しをしたり、知りたいことを調べたり、行きたい場所まで道順案内を見たり・・・

スマートフォンやパソコン、タブレットなどを 使うことで、色々なことが、身近で便利に利用 できるようになります。



◎スマートフォン講座

スマートフォンを持っているけれど、使い方がわからない方やスマートフォンをお持ちでない方などに向けて、公共施設などで使い方講座を実施しています。

電源の入れ方や電話のかけ方などといった基本的なことから、LINE などのアプリの入れ方、QR コードの読み取り方、Wi-Fi のつなぎ方など、さまざまな内容の講座があります。 講座内容や開催場所、日時、申し込み・問い合せ先などは、「市政だより」などでお知らせいたします。



オ 活動費の主な助成支援

	助成金名	概要	問い合わせ先
1	Hot! ふれあいサロン 助成金	地域の高齢者や障害のある方、児童、 子育て中の親子などの孤立を防ぎ、 身近な地域で互いに支え合い、助け 合える仲間づくりを進めるために、 住民手づくりのふれあいと交流の輪 を拡げていく活動を月1回以上実施 している団体へ助成。(宇治市共同募 金委員会配分事業)	(社福) 宇治市社会福祉協議会 22-5650
2	介護予防に資する 通いの場活動支援事業 補助金	「介護予防に資する通いの場活動支援 事業」を実施するボランティア団体 等に対して、その活動を支援するた めの補助金を交付。	長寿生きがい課 22-3141 (代表)
3	介護保険住民主体型サービス運営補助金	要支援等を利用者とする住民主体型 サービスを運営する団体に対する助 成金を交付。	長寿生きがい課 22-3141 (代表)
4	生きがい活動 促進事業補助金	「高齢者生きがい活動促進支援事業」は、企業等を退職した高齢者等が主体となり、介護予防や生活支援の活動等を行う団体等の立ち上げを支援することを目的としています。新たな活動を始めるボランティア団体やNPO法人等に、活動の立ち上げに必要な経費を助成。	長寿生きがい課 22-3141 (代表)
5	地域コミュニティ活性化事業補助金	地域コミュニティ活性化や地域課題の解決に向けて、先進的かつ自主的な取り組みを新たに実施する町内会・自治会、市民活動団体(NPO、市民グループ等)、事業者等に対して、最大3年間補助金を交付。	市民協働推進課 22-3141 (代表)
6	公益財団法人さわやか 福祉財団 地域助け合い基金	寄付を原資に、誰もが安心して暮らせるよう、共生社会を推進するための助成として、地域で暮らす人同士の助け合い活動を支援。	長寿生きがい課 22-3141 (代表)

※その他にも民間企業等の補助金等もあります。 各補助金等の詳細は、問い合わせ先まで



生きがい探しのすすめ.indd 90 2022/12/09 9:23

カ 施設の利用料金の割引

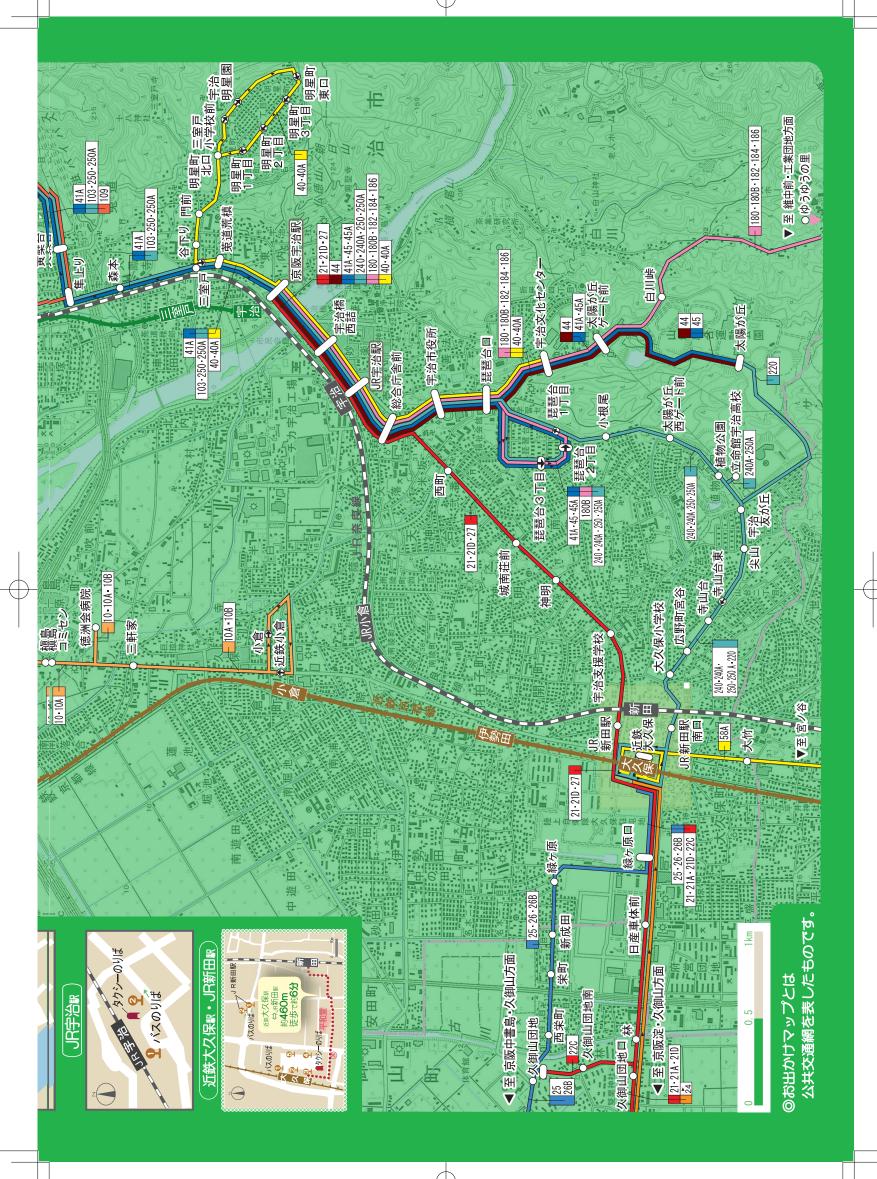
注:医療保険証、介護保険証、免許証等公的な証明の提示が必要です。 詳しくは各施設にお問合わせください。

	施設名	電話番号	対象者等	料金
宇治市	源氏物語ミュージアム 宇治東内45-26	39-9300	70 歳以上と その介護者	無料
宇治市	植物公園 広野町八軒屋谷25-1	39-9387	70 歳以上	無料
宇治市	歴史資料館 折居台一丁目1	39-9260	70 歳以上と その介護者	無料
宇治市	アクトパル宇治 (総合野外活動センター) 西笠取辻出川西1	075- 575-3501	70 歳以上と その介護者	半額 (※グラウンド・ ゴルフは除く)
宇治市	巨椋ふれあい運動ひろば 伊勢田町西遊田1-1	20-8759	60 歳以上を 対象とする事業	半額
京都府	植物園 京都市左京区下鴨半木町	075- 701-0141	70 歳以上	無料
京都府	陶板名画の庭 京都市左京区下鴨半木町	075- 724-2188	70 歳以上	無料
京都府	堂本印象美術館 京都市北区平野上柳町26-3	075- 463-0007	65 歳以上	無料
京都府	けいはんな記念公園 精華町精華台六丁目1	93-1200	60 歳以上	無料
京都府	山城郷土資料館 木津川市山城町上狛千両岩	86-5199	65 歳以上	無料
京都府	ふるさとミュージアム丹後 (丹後郷土資料館) 宮津市国分天王山611-1	0772- 27-0230	65 歳以上	無料

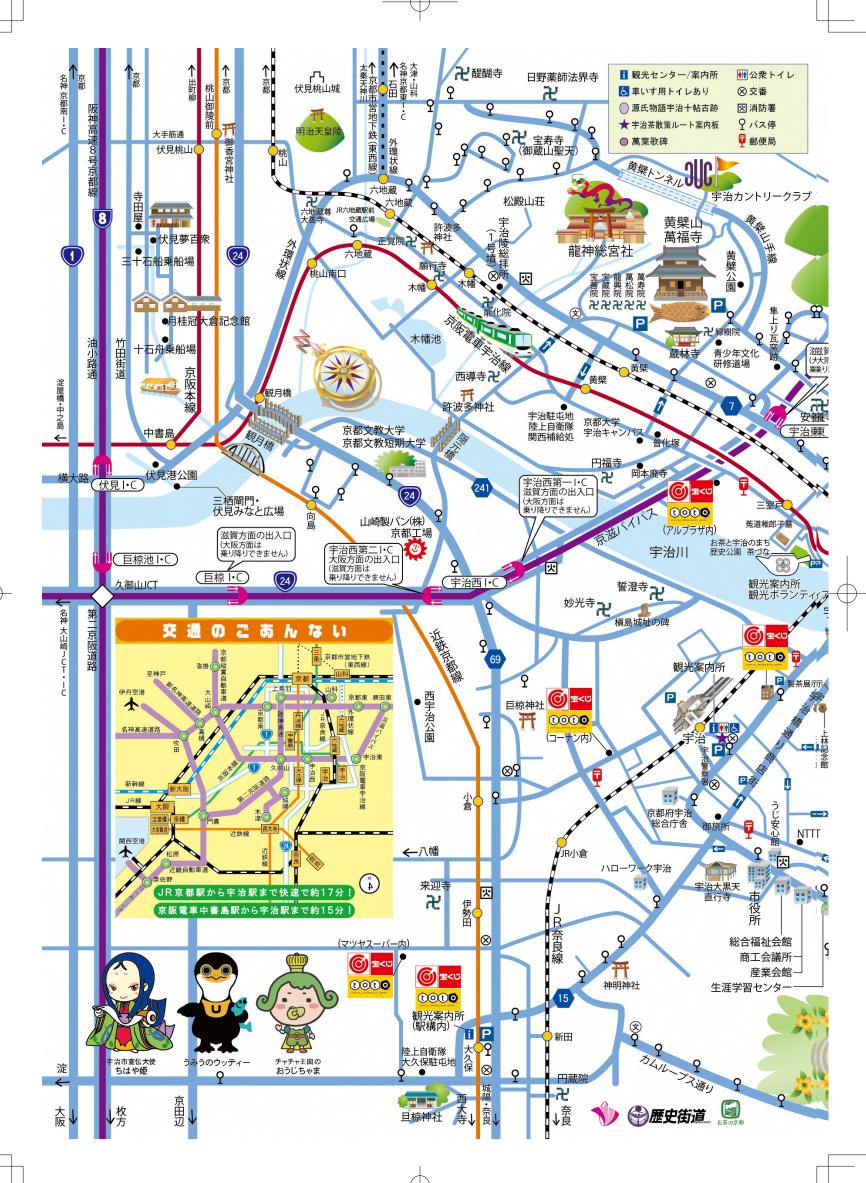
2 生きがいを応援



生きがい探しのすすめ.indd 92 2022/12/09 9:23



生きがい探しのすすめ.indd 93 2022/12/09 9:23



生きがい探しのすすめ.indd 94 2022/12/09 9:23



生きがい探しのすすめ.indd 95 2022/12/09 9:23

安心の地元

空き家の目立つ マンションも お任せください

使い道のない不動産 なら当社が直接買取ます!

空き家管理も しています! 次世代へのバトンも お任せください!











免許番号:京都府知事免許(7)第 9644 号 所属団体:(公社) 京都府宅地建物取引業協会 京都府宇治市宇治妙楽180一30ショウコウビル1F

FAX: 0774-20-8578 E-mail: info@shoko-re.co.jp ホームページ:http://www.shoko-re.co.jp/





京都弁護士会遺言・相続センター

〈電話無料相談のご案内〉

の近道です 0



京都弁護士会「遺言・相続センター」では、 遺言書の作成、相続に関する紛争などについて 法律の専門家である弁護士が、無料で電話相談を行っております

「遺言を残したい」「相続について聞きたい」そんな時は弁護士にご相談下さい!

075-255-499

です。遺言・相続に関することなら、何でも相談できます。

[受付日時] 月曜~金曜 午後1時~午後3時30分(祝日除く)

[相談方法] 申込受付後、折り返し30分以内に、弁護士が申込者へお電話します。 電話無料相談は、20分以内です。





|広告| 広告内容や広告主について市が推奨等するものではありません。広告についてのお問い合わせは(株)ジチタイアド(092-716-1401)まで

売れない空き家・空き地でお悩みではありませんか?



空き家を早く 手放したい

解体費が高額で 相続で迷惑を 一歩踏み出せない かけたくない

管理やリフォームをする 何をすればいいのか お金も時間もない

わからない

アキソルが無償譲渡によって空き家・空き地の処分をサポートします。まずは無料相談のお電話を。

0120-772-135 アキソル 空き家



【受付時間】平日 午前9時~午後6時

【運営会社】株式会社ジチタイアド

所在地:福岡県福岡市中央区薬院1-14-5 MG薬院ビル7F / メール:akisol@zaigenkakuho.com







医療法人 栄仁会

P治おうばく病院

~ よりそって医療、よりそってケア ~

精神科 · 内科 · 脳神経内科 · 心療内科 · リハビリテーション科/介護医療院

〒611-0011 宇治市五ケ庄三番割32-1 TEL (0774) 32-8111 / FAX (0774) 32-6358

https://www.eijinkai.or.jp



生きがい探しのすすめ.indd 98 2022/12/09 9:23



医療法人 徳洲会

宇治徳洲会病院| Uji-TOKUSHUKAI MEDICAL CENTER



医療法人徳洲会 宇治徳洲会病院

- |住| 京都府宇治市槇島町石橋145番
- 電 0774-20-1111

介護老人保健施設 宇治徳洲苑

- 住 京都府宇治市槇島町石橋145番 宇治徳洲会病院内 9F
- 電 0774-25-7110





宇治徳洲会在宅クリニック

- 住 京都府宇治市槇島町石橋63
- 電 0774-81-0220

宇治徳洲会訪問看護ステーション

- 住 京都府宇治市槇島町石橋63
- 電 0774-81-0222

宇治徳洲会ヘルパーステーション

- 住 京都府宇治市槇島町石橋63
- 電 0774-20-3269





病院ホームページ

特別養護老人ホーム 宇治愛の郷

- 住 京都府宇治市槇島町石橋151-1
- 電 0774-21-0005





京都府民のための

(都ウェルネス

営利を目的としない保障の生協で、生命 及び医療の共済事業を行っています。

※ご加入には出資金が必要となります(1口500円) ※京都府内の居住の方、またはお勤めの方に限ります。

保障は 最長80歳 まで!

月々2,000円から あなたに合った ランをお選び 頂けます。

京都府指令3 消費第146号 京都府認可

詳しくはお問い合わせください!

受付時間 月曜日~金曜日/9:00~17:00(土・日・祝日・年末年始を除く) 〒604-0835 京都市中京区御池通間之町通東入高宮町206御池ビル TEL.075-222-2260 京都ウェルネス生活協同組合

HPから資料請求も/ できます!





家族みんなで

あんしんだね!

MEMO

★これからやってみたいこと	これからも続けていきたいこと
★楽しいと思うこと	