

4 市及び関係機関の事業

(1) 介護予防のための集いや教室、講演会等

【集い】

①かよいの場

事業概要	「支えあう地域づくり」を推進するため介護予防に資する体操（百歳体操）などに取組む団体の募集・登録・支援を行います。	詳しくはこちら 
登録要件	<ul style="list-style-type: none"> 参加者の過半数が65歳以上 週1回以上開催し、1回の参加人数は5人以上 市がすすめる介護予防活動（体操など）を実施 政治、宗教を伴う活動や営利目的とした団体ではないこと 	
必要物品	椅子、テレビ、DVDプレーヤー	
支援内容	<ul style="list-style-type: none"> 体操のDVD配布 DVDプレーヤー、血圧計等の購入補助 専門職による指導 	
問合せ先	高齢者ふれあい課 地域包括支援係 0969-28-3378	

②あっぴあっぴさろん

事業概要	自治公民館単位で高齢者が気軽に集える場を提供し、生きがいや仲間づくりができ、地域での自主的な介護予防が図れるよう支援します。 【実施場所】自治公民館等 【実施回数】各地区おおむね2回/月程度
対象者	65歳以上の方
委託先	上天草市社会福祉協議会
問合せ先	上天草市社会福祉協議会 大矢野町支所 0964-56-3470 高齢者ふれあい課 地域包括支援係 0969-28-3378

③ひだまりサロン

事業概要	あっぴあっぴさろんの自立型サロン（卒業型）。月2回程度、自主的に公民館等に集まりレクリエーションや体操などを行っています。
対象者	年齢問わず
問合せ先	上天草市社会福祉協議会 大矢野町支所 0964-56-3470 高齢者ふれあい課 地域包括支援係 0969-28-3378

かよいの場、あっぴあっぴさろん、ひだまりサロンの開催状況は次のページを見てね！



かよいの場・あっぷあっぷさろん・ひだまりさろん開催状況

【大矢野地区】

地区	開催場所	かよひ	団体名	開催日	あっぷ	開催日	ひだまり
登立	本郷	本郷公民館	○ 本郷ふれあい会	金 10:00~			
	西の浦	西の浦公民館	○ 西の浦親和会	金 10:00~			○
	広崎	広崎公民館	○ 広崎チューリップ会	水 13:30~			○
	成合津	成合津公民館			○ 月	第2・4 午前	
	白濤	白濤公民館			○ 火	第1・3 午後	
	岩谷	岩谷公民館					○
	東満	東満公民館					○
	船江	船江公民館			○ 水	第1・3 午前	
	双原	双原公民館			○ 月	第1・3 午前	
	辺田	辺田公民館	○ 辺田たっしゃかい	火 10:00~			
	平	平地域学習センター					○
	尾上	尾上公民館	○ 尾上クラブ	水 13:00~			
	新田	新田公民館	○ 通いの場新田ひだまりさろん	月 9:30~			
	坂本	坂本公民館			○ 水	第1・3 午前	
	積米	積米公民館			○ 金	第2・4 午前	
	山下	山下公民館			○ 金	第2・4 午後	
	尾越崎	尾越崎公民館	○ 尾越崎老人会	木 10:00~			
	四郎丸	四郎丸公民館	○ 四郎丸おたっしゃクラブ	火 10:00~	○ 木	第1・3 午前	
	大湯	大湯公民館					○
	治郎田	治郎田公民館					○
上	上新田	上新田公民館	○ 上新田もみじ会	金 10:00~			
	江樋戸	江樋戸公民館			○ 火	第2・4 午前	
	谷	谷公民館			○ 月	第2・4 午後	
	豊後谷	豊後谷公民館	○ 豊後谷すみれの会	火 9:30~			
	中の丸	中の丸公民館					○
	馬場	馬場公民館			○ 水	第2・4 午前	
	賤の女	賤の女公民館	○ あじさいかよいの場	火 9:30~			○
	女鹿串	女鹿串公民館					○
	串	串公民館	○ 串ともづな会	火 10:00~			
	大手原	大手原公民館					○
	鳩の釜	鳩の釜公民館					○
	野釜前	野釜生涯学習センター	○ おしゃべり会	火 13:30~			
	野釜南	野釜南公民館	○ 野釜南にこにこ会	木 13:30~			
中	宮津	宮津公民館	○ 宮津なかよし会	水 13:30~			
	寺尾	寺尾公民館					○
	高田	高田公民館	○ たかたフラワーズサロン	木 13:00~			
	越の浦	越の浦公民館			○ 火	第1・3 午後	
	池の迫	池の迫学習センター			○ 金	第1・3 午後	
	野米	野米公民館	○ 野米かがやき会	木 13:00~			
	小瀬戸	小瀬戸公民館	○ スマイル小瀬戸	火 10:00~			
	貝場	貝場公民館			○ 月	第2・4 午前	
	前平	前平公民館			○ 木	第2・4 午後	
	亀の迫	亀の迫公民館	○ 亀の迫よろうかな	金 10:00~			
	柳東・西	柳公民館	○ オール・トンボ会	水 10:00~	○ 水	第2・4 午後	
	新開	新開公民館	○ さんぎゅうサロン	水 10:30~			
	満越	満越公民館					○
	瀬高	瀬高公民館	○ 瀬高ひだまりさろん	月 13:30~			
	江後	江後公民館			○ 水	第1・3 午後	

地区		開催場所	かよい	団体名	開催日		あつぷ	開催日		ひだまり
維和	1区	下山地域学習センター	○	下山かたろう会	水	13:30~	○	火	第2・4	午後
	2区	下山公民館								
	3区	維和3学習センター	○	3区にここにこ会	月	13:00~				
	4・5区	つどい処いどばたや	○	いどばたやサロン	水	10:00~				
	6区	旧大桜保育園舎	○	大桜いこかい	月	13:30~				
	7区	梅の木公民館	○	梅の木元気広場	火	10:30~				
	8区	塩浜公民館					○	木	第2・4	午後
	9~13区	蔵々公民館	○	蔵々四郎会	水	10:00~	○	水	第2・4	午後
湯島	1~4区	よんなっせ	○	あったかサロン	火	14:00~	○	木	第1・3	午後

【松島地区】

地区		開催場所	かよい	団体名	開催日		あつぷ	開催日		ひだまり
阿村	1・2区	阿村第一公民館	○	いきいき金毘羅会	水	9:00~	○	木	第1・3	午前
	3・4区	阿村第二公民館					○	金	第1・3	午前
	5~7区	阿村第三公民館					○	木	第1・3	午前
	8・9区	老人憩いの家 (第4自治公民館)	○	住吉老人クラブ	火	10:00~	○	木	第2・4	午前
	10・11区	阿村第五公民館	○	さわやかサロン	木	9:30~				
	12・13区	阿村第六公民館	○	いきいきパール会	火	9:30~	○	金	第2・4	午後
	合津	先辺	合津先辺集会所	○	笑って元気に寄ろう会	月	9:30~			
一番・今村		合津多目的集会所 (5支部公民館)	○	ひまわり会	木	10:00~				
北の浦・中村 中の丸		合津第六自治公民館	○	今津第六自治公民館	金	13:30~				
浦山・園田・松葉・ 古園・古園団地 西目		合津7支部公民館								○
西目		西目公民館	○	ウエストアイ	火	10:00~				
前島		前島自治公民館	○	前島ひだまり会	木	9:00~				
樋合東西・永浦		樋合漁村センター	○	樋合・永浦地区なでしこ会	金	13:00~				
今泉	今泉東・西	今泉1・2支部自治公民館	○	上天草1・2泉会	土	13:00~	○	月	第1・3	午後
	今泉釜	今津第3公民館					○	月	第2・4	午後
	知十	知十公民館	○	さざなみ仲良し会	木	10:00~				
	新金倉	倉江川交流センター	○	新金倉、後山	水	10:00~				
	米山	米山地区学習センター	○	米山笑顔会	火	9:00~	○	火	第2・4	午前
内野河内・ 教良木	内野河内	内野河内多目的集会所施設					○	水	第1・3	午前
	星平	星平公民館					○	水	第1・3	午後
	野々川	野々川地域学習センター	○	ハッスル会	土	13:00~	○	金	第2・4	午前
	本郷	教良木本郷公民館	○	かのこゆり会	水	10:00~				
	山浦	山浦公民館					○	金	第1・3	午前

【姫戸地区】

地区		開催場所	かよい	団体名	開催日		あつぷ	開催日		ひだまり
姫浦	牟田	牟田自治公民館	○	牟田げんき体操	木	13:00~				
	永目	永目公民館	○	あこうクラブ	火	13:00~				
	元釜	元釜公民館	○	和みの会	火	13:30~				
	神	神自治公民館	○	クラブ山の神	木	10:00~				
	塩屋	塩屋自治公民館	○	健やか姫石クラブ	水	9:30~				
二間戸	本郷	本郷公民館	○	本郷健康づくり会	金	9:00~				
	団地	団地集会所	○	団地えがおの会	金	9:00~				
	西川内	西川内自治公民館	○	西川内野ぎくの会	水	13:30~				
	神代	神代公民館	○	ほほえみ会	火	9:30~				○

【龍ヶ岳地区】

地区	開催場所	かよい	団体名	開催日	あつぷ	開催日	ひだまり
大道	赤崎	○	赤崎めで鯛会	火 10:00~			
	葛崎	○	葛崎和み会	土 9:00~			
	池の浦	○	池ノ浦さくら会	火 10:00~			○
	西浦・丸田・中園	○	大道元気会	月 9:30~			
	東浦	○	かもみーる	金 9:30~			
高戸	高串	○	高串こすもす	月			
	小屋川内	○	小屋川内どんぐりサロン	月・木 9:00~	○	木 第2・4 午後	
	脇浦	○	脇浦がんばるぞー	火・金 10:00~	○	火 第2・4 午後	
	瀬戸	○	瀬戸いきいきクラブ	水 13:30~	○	木 第1・3 午後	
	東風留	○	東風留なかよしクラブ	月 10:00~	○	水 第2・4 午前	
	白浜・下貫	○	高戸東老人クラブ	日 10:00~			
樋島	須崎垣内	○	ほがらかクラブ	火 14:00~			○*
	開田船津	○	あしなかクラブ	月 14:00~			
	友田中鶴	○	ふれあいクラブ	木 13:00~			
	古庵・真米						
	桑鶴	○	桑鶴ふれあい会	木			
	仏崎1・2区	○	仏崎いきいき会	月 9:00~			
	下桶川	○	下桶川あさがお会	木 14:00~			

※樋島老人福祉センターにて

【かよいの場マップ】

かよいの場の場所の詳細はこちらをご覧ください♪



④老人福祉センター

事業概要	<p>高齢者に関する各種の相談に応じるとともに、健康の増進、教養の向上及びレクリエーションのための便宜を総合的に提供します。また、令和7年8月より、年齢に関係なく楽しむことができる「eスポーツ」（樋島を除く）も提供しています。</p> <p>【利用時間】9：00～17：00</p> <p>【休館日】月曜、年末年始</p>	詳しくはこちら															
対象者	<ul style="list-style-type: none"> ・上天草市に住所のある60歳以上の人 ・上天草市に住所のある個人もしくは団体に、老人の福祉を目的とする人 																
料金	<table border="1"> <thead> <tr> <th></th> <th>個人（市内居住）</th> <th>団体（20人以上）</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>大矢野</td> <td>150円/日</td> <td>120円/人・日</td> </tr> <tr> <td>姫戸</td> <td>100円/日</td> <td>80円/人・日</td> </tr> <tr> <td>大道</td> <td>100円/日</td> <td>80円/人・日</td> </tr> <tr> <td>樋島</td> <td>100円/日</td> <td>80円/人・日</td> </tr> </tbody> </table>			個人（市内居住）	団体（20人以上）	大矢野	150円/日	120円/人・日	姫戸	100円/日	80円/人・日	大道	100円/日	80円/人・日	樋島	100円/日	80円/人・日
	個人（市内居住）		団体（20人以上）														
大矢野	150円/日		120円/人・日														
姫戸	100円/日	80円/人・日															
大道	100円/日	80円/人・日															
樋島	100円/日	80円/人・日															
開催場所 及び問合せ先	<p>大矢野老人福祉センター 0964-56-3439</p> <p>姫戸老人福祉センター 0969-58-2556</p> <p>大道老人福祉センター 0969-63-0983</p> <p>樋島老人福祉センター 0969-62-1702</p>																

⑤かもめでさろん（高齢者生きがい事業）

事業概要	健康チェック、ゲーム、趣味・娯楽活動（トランプ、カラオケ、買い物ツアーなど）などを行います。送迎あり。	詳しくはこちら
対象者	概ね65歳以上の方	
実施場所	姫戸老人福祉センター	
利用時間	第1・3水曜の9：30～14：30	
料金	500円/日 弁当注文の方は別途480円	
問合せ先	姫戸老人福祉センター 0969-58-2556	

⑥悠遊広場（通所型サービスB事業）

事業概要	ボランティア等による住民主体の通所型サービスです。ラジオ体操、作業療法、脳トレーニング、音楽療法、昼食などを行います。
対象者	<p>①要支援者又は事業対象者（基本チェックリスト該当者）</p> <p>②上記対象者に加え、障がい者や子ども、要支援者等以外の高齢者等</p>
実施場所	二間戸本郷公民館
利用時間	水曜日 午前10時から
問合せ先	代表：竹本 健朗

【学び】

①いきいき高齢者教室（地域介護予防活動支援事業）

事業概要	かよいの場、老人クラブ等の活性化を図り、介護予防に関する理解を深め、高齢者が主体的に介護予防に取り組むことができるよう教室を開催します。		
実施場所	自治公民館等		
実施回数	各町 3 か所/月		
対象者	65 歳以上の方		
委託先	上天草市社会福祉協議会・在宅介護支援センター		
問合せ先	大矢野町	上天草市大矢野在宅介護支援センター	0964-56-0119
	松島町	上天草市社会福祉協議会 大矢野町支所	0964-56-3470
	姫戸町	上天草市姫戸在宅介護支援センター	0969-58-3633
	龍ヶ岳町	上天草市龍ヶ岳在宅介護支援センター	0969-62-1124
	高齢者ふれあい課 地域包括支援係		0969-28-3378

②介護予防講演会（介護予防普及啓発事業）

事業概要	介護予防に関する知識を普及・啓発するため、専門の講師を招いて講演会を開催します。		
実施回数	4回/年		
対象者	一般市民（主に 65 歳以上の方）		
問合せ先	高齢者ふれあい課 地域包括支援係 0969-28-3378		

③認知症サポーター養成講座

事業概要	認知症の基礎知識や対応方法を学ぶ講座を開催し、「認知症サポーター」を養成します。認知症サポーターは認知症について正しく理解し、認知症の人やその家族を見守る応援者です。	詳しくはこちら
対象者	地域（老人会、婦人会など）や学校（小・中学校、高校など）、職場・企業の概ね 10 名以上の団体。	
講座内容	<ul style="list-style-type: none"> 認知症を理解する（認知症とは、症状、受診について） 認知症の人と接するときの心構え 認知症の人への対応について 概ね 90 分程度の内容です。	
申込み	上天草市社会福祉協議会へ電話もしくは「認知症サポーター養成講座開催申込書」を提出してください。	
問合せ先	上天草市社会福祉協議会 大矢野町支所	0964-56-3470
	高齢者ふれあい課 地域包括支援係	0969-28-3378



④出前講座

事業概要	市職員が住民の皆さんのもとに伺い、市の取組や暮らしに役立つ情報などを分かりやすく説明します。 <ul style="list-style-type: none"> ・人権学習（社会教育課） ・人生会議（高齢者ふれあい課） ・健康教育（健康づくり推進課）など 	詳しくはこちら
申込対象	市内在住又は市内へ通勤通学している方で構成された 10 名以上のグループ	
開催日	年末年始（12/28～1/4）を除く全ての日（土日、祝日も可）	
開催時間	9：00～21：00 ※各講座の所用時間は概ね1時間	
申込み	出前講座申込書に必要事項を記入の上、希望日の20日前までに総務課へ提出してください。	
問合せ先	上天草市総務部総務課 秘書広報係 0964-26-5525	

⑤福祉出前講座

事業概要	社会福祉協議会の職員が公民館等に伺い、リズム体操、手遊び、ゲーム等のレクリエーションの紹介や指導を行います。	詳しくはこちら
申込対象	市内在住で5人以上の集まりや団体	
開催日	年末年始（12/28～1/4）と土日祝日を除く	
開催時間	概ね9：30～15：30で1講座2時間以内	
申込み	所定の申込書に必要事項を記入の上、希望日の30日前までに社会福祉協議会へ提出してください。	
問合せ先	上天草市社会福祉協議会 大矢野町支所 0964-56-3470	

⑥レクリエーション研修

事業概要	地域の集まりの場が楽しく、地域が活性化するように、脳トレや、簡単な体操、レクダンスなどを学ぶ機会として熊本県レクリエーション協会の協力のもと開催します。	詳しくはこちら
実施回数	年2回開催（1回目：松島会場、龍ヶ岳会場 2回目：大矢野会場、姫戸会場）	
対象者	上天草在住の方	
問合せ先	上天草市社会福祉協議会 大矢野町支所 0964-56-3470	



【運動教室】

①大矢野総合体育館（NPO 法人上天草スポーツクラブドリームズ）

事業概要	<ul style="list-style-type: none"> *ドリームズのプログラムの実施（会員制） ・週1回不健康けずりのすすめ（ミニバレーボール） ・週1回TRピンポン ・週1回TRグラウンドゴルフ *リズム体操教室（会員100円、非会員200円、市外300円） ・火・木・金曜日（曜日によって開催時間は異なります） ※開催日時は直接お問い合わせください。
対象者	一般市民
問合せ先	大矢野総合体育館事務所内 0964-56-4701

②上天草市松島総合センター「アロマ」 ※水害により休館中

事業概要	<ul style="list-style-type: none"> *アロマクラブ活動（会員制 月3,000円） ・月・水曜日：健康教室 ・金曜日：わいわい教室 *アロマ活動（1回300円） ・火曜日：健康教室 ・出張健康教室（土曜日：龍ヶ岳小学校） ※開催日は直接お問い合わせください。 	<p>詳しくはこちら</p> 
対象者	一般市民	
問合せ先	上天草市松島総合センター「アロマ」 0969-56-0777	

③スパ・タラソ天草

事業概要	<ul style="list-style-type: none"> *元気海プール教室 ・月・水・金曜日：水中運動（30分） ・月・水曜日：陸上ストレッチ（1時間） 【参加料】 プール利用（タラソ会員及びビジター利用）をされる方は無料、運動教室のみ参加の方は300円 ※教室スケジュールは受講者のニーズに応じて変更になる場合があります。開催日時は直接お問い合わせください。 	<p>詳しくはこちら</p> 
対象者	一般市民	
問合せ先	スパ・タラソ天草 0964-56-1126	



(2) 地域の支え合い活動・社会参加

【地域づくり】

①生活支援コーディネーター（地域支え合い推進員）

役割	<p>年齢を重ねても住み慣れた地域で安心して暮らしていけるように、地域住民が支え合う仕組みを、住民のみなさんと一緒につくっていきます。</p> <p>また、かよいの場や地域の居場所など、高齢者の社会参加の場をつくるサポートや地域の困りごとを把握して関係機関へつなぐ活動をしています。</p>	<p>詳しくはこちら</p> 															
特徴	<p>介護問題に限らず、地域に共通する課題について、地域の力を動員し解決を図ります。</p> <p>様々な場面で地域の持つ知恵と技と工夫を活かします。</p>																
配置状況	<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse; text-align: center;"> <thead> <tr> <th colspan="2">圏域</th> <th>配置人数</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>第1層</td> <td>市内全域</td> <td>1名</td> </tr> <tr> <td rowspan="4">第2層</td> <td>大矢野町</td> <td>2名</td> </tr> <tr> <td>松島町</td> <td>1名</td> </tr> <tr> <td>姫戸町</td> <td>1名</td> </tr> <tr> <td>龍ヶ岳町</td> <td>1名</td> </tr> </tbody> </table>		圏域		配置人数	第1層	市内全域	1名	第2層	大矢野町	2名	松島町	1名	姫戸町	1名	龍ヶ岳町	1名
圏域		配置人数															
第1層	市内全域	1名															
第2層	大矢野町	2名															
	松島町	1名															
	姫戸町	1名															
	龍ヶ岳町	1名															
問合せ先	<p>高齢者ふれあい課 地域包括支援係 0969-28-3378</p>																

②各地区社協活動

事業概要	<p>地域の福祉課題を自らの問題として認識し、積極的な住民参加で福祉活動を展開することで、その問題解決に努め、住み慣れた地域で安心して暮らせるよう「みんなが共有できる福祉のまちづくり」を推進しています。</p>	
設立状況	<p>市内全 17 地区</p> <p>大矢野町 5か所（登立・上・中・維和・湯島）</p> <p>松島町 5か所（阿村・合津・樋合永浦・今泉・教良木河内）</p> <p>姫戸町 4か所（牟田・永目・姫浦・二間戸）</p> <p>龍ヶ岳町 3か所（大道・高戸・樋島）</p>	
問合せ先	<p>上天草市社会福祉協議会 松島本所 0969-56-2455</p>	



③小地域ネットワーク事業

事業概要	地域住民がお互いに見守り支え合う活動として市社協が中心となり、平成17年から推進しています。住民が推進員となり、地域の気になる人を見守る互助活動で、2か月に1回座談会を開催し、対象者の情報共有を図っています。	詳しくはこちら
状況	市内全117か所(166行政区) 大矢野町 55か所(67行政区) 松島町 30か所(43行政区) 姫戸町 9か所(31行政区) 龍ヶ岳町 22か所(25行政区) 令和7年3月末現在	
問合せ先	上天草市社会福祉協議会 松島本所 0969-56-2455	

④デイサロン(ふれあいいいききサロン)

事業概要	住民参加型サロンを開き、地域の高齢者が生き生きと暮らせるよう、交流できるサロン活動(茶話会、レクリエーション活動、イベント行事等)を行います。	詳しくはこちら
対象者	上天草市在住の高齢者の方	
開催場所	上天草市内の公民館など	
問合せ先	上天草市社会福祉協議会 松島本所 0969-56-2455	

【地域活動】

老人クラブ活動

事業概要	地域を基盤とした高齢者の自主的な組織です。 【主な活動】 ①地域高齢者の健康づくり・介護予防活動 ②在宅高齢者やその家族を支援する友愛活動 ③安全・安心の住みよいまちづくりを目指すボランティア活動
対象者	60歳以上の方
問合せ先	上天草市老人クラブ連合会事務局 0964-56-6008 高齢者ふれあい課 保険給付管理係 0969-28-3360



【ボランティア】

①上天草市生活支援・介護予防サポーター（Kami サポ隊員）

事業概要	<p>高齢者が生活するうえで困るゴミ出しや電球の交換などの「ちょっとした困りごと」へのお手伝いや、かよいの場の運営のお手伝いをする無償のボランティア活動です。</p> <p>【主な活動内容】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・お話し相手 ・ゴミ出し ・資源ゴミの分別 ・かよいの場でのDVD操作などのお手伝い ・介護予防講演会等、市のイベントのお手伝い 	<p>詳しくはこちら</p> 
利用対象者	<p>地域包括支援センター等が、Kami サポ隊員による支援が必要と判断した高齢者</p>	
支援の流れ	<p>地域包括支援センターへ支援の依頼があった場合に、Kami サポ隊員へ連絡して活動の調整を行います。</p>	
隊員登録	<p>上天草市在住で、市が開催する Kami サポ隊員養成講座を受講して Kami サポ隊員の活動に賛同する意思がある方は市へ登録して隊員となることができます。</p>	
問合せ先	<p>高齢者ふれあい課 地域包括支援係 0969-28-3378</p>	

②認知症協力応援隊員

事業概要	<p>認知症サポーター養成講座を受講後、認知症協力応援隊員養成研修を修了したボランティアを「認知症協力応援隊員」として登録し、地域での支援活動を推進しています。</p>
活動内容	<p>①認知症の人や家族に対する話し相手や簡易な手伝いなどの生活支援活動 例) ・認知症の人や家族の自宅での話し相手 ・地域で認知症の人かなと思ったらその人への声かけ ・認知症の人と散歩や趣味活動をする など</p> <p>②市などが実施する認知症対策事業への協力活動 例) ・オレンジカフェの手伝 ・認知症サポーター養成講座で本の読み聞かせや寸劇 など</p>
参加・利用方法	<p>認知症協力応援隊員の活動を利用したい方や活動に参加してみたい方は、上天草市社会福祉協議会の「認知症地域支援推進員」までご連絡ください。</p>
問合せ先	<p>上天草市社会福祉協議会 大矢野町支所 0964-56-2455 上天草市高齢者ふれあい課 地域包括支援係 0969-28-3378</p>



③上天草市ボランティア連絡協議会

事業概要	上天草市においてボランティア活動を実施する人々相互の連携と事業の共同企画を行い、交流と親睦を図ると共に、上天草市のボランティアの普及推進に寄与することを目的としています。上天草市社会福祉協議会内に設置する「ボランティアセンター」に登録し、会費を添えて入会した者をもって組織化しています。
事業内容	<ul style="list-style-type: none"> ・ボランティア活動に関する情報交換 ・ボランティア資質向上に関する学習、研修の場の開設 ・ボランティア団体相互の共同企画事業 ・市社会福祉協議会（ボランティアセンター）との連絡調整
問合せ先	ボランティアセンター（上天草市社会福祉協議会内） 松島本所 0969-56-2455 大矢野町支所 0964-56-3470

④上天草市ファミリーサポートセンター事業

事業概要	<p>育児の支援を行いたい者（援助会員）と育児の支援を受けたい者（利用会員）を会員とした有償の援助活動。仕事と家庭の両立を支援し、安心して働くことのできる環境の整備及び児童の福祉向上を図ることを目的としています。</p> <p>【主な活動内容】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・保育所などへの送迎・学校放課後、保育所終了後などの預かり ・用事で出かけなければならない時の預かり など 	詳しくはこちら
対象者	<p>【援助会員】</p> <p>上天草市在住で、18歳以上で心身ともに健康で援助活動に理解と熱意を有し、センターが指定する講習会を受講した者であり、自宅で安全に子供を預かることができる人。</p> <p>【利用会員】</p> <p>上天草市在住又は勤務する者であって、生後6か月以上の乳幼児又は小学生を現に養育している保護者。</p>	
問合せ先	上天草市社会福祉協議会 松島本所 0969-56-2455	



⑤ふれあいサポート湯島

事業概要	湯島住民のボランティア意識を基盤とした会員制・互酬性・有償性を特色とする活動で、地域住民の参加のもとに、援助が必要な在宅の高齢者等に対し、即応的に柔軟に日常生活の支援を行っています。	詳しくはこちら 
対象者	【利用会員】 ①おおむね 70 歳以上の日常生活に援助が必要な者 ②障がいをもつ養育者 ③その他特に援助が必要と認められる者 【協力会員】 18 歳以上の者で、心身ともに健全で地域福祉活動に理解を有し、事業遂行に必要な知識と熱意を有する者	
対象地域	湯島	
利用料	利用券 400 円もしくは 300 円（サポート内容によって異なる）	
問合せ先	上天草市社会福祉協議会 大矢野町支所 0964-56-3470	

⑥読み聞かせボランティア（各町）

事業概要	図書館のおはなし会や保育園・学校・高齢者施設へ訪問し、読み聞かせ活動を行っています。	
活動団体	大矢野町：読み聞かせサークル「たんぽぽ」 姫戸町：「おはなし ぽかぽか」	松島町：「しゃぼんだま」 龍ヶ岳町：「えとわ〜る」
問合せ先	社会教育課 生涯学習係 0969-28-3361	

⑦朗読ボランティア

事業概要	読み聞かせサークル「たんぽぽ」による活動で、高齢者、1人暮らしの人、障がいを持っている人、入院中の人等を対象として、小説、絵本、新聞記事等、希望のものを直接本人にお尋ねし読み聞かせを行います。
対象地域	大矢野地区
問合せ先	大矢野図書館 0964-56-3363

⑧広報等録音 CD 貸出（朗読ボランティア事業）

事業概要	目が不自由な方などへ『上天草市広報』や『議会だより』、『社協だより』など朗読ボランティアの方がCDに録音したものを貸し出しています。	詳しくはこちら 
対象者	目が不自由な方など	
費用	無料	
問合せ先	上天草市社会福祉協議会 松島本所 0969-56-2455	

(3) 生涯学習

①いきいき成人大学

事業概要	大人のための学習の場。講話や日帰りの研修などを実施し、時代の変化に対応できる能力や社会生活に必要な知識を身に付け、心豊かで生きがいのある人生を送ることを目指すために開催しています。
実施回数	年 16 回
対象者	20 歳以上
問合せ先	社会教育課 生涯学習係 0969-28-3361

②中央公民館講座

事業概要	実際生活に即する教育・学術及び文化に関する講座を開設し、教養の向上を図ることを目的として実施しています。
実施回数	年 8 回
対象者	市内在住者
問合せ先	社会教育課 生涯学習係 0969-28-3361

③生涯学習発表会

事業概要	コーラスやダンス、作品展示など自主講座の発表の場として開催しています。
実施回数	年 1 回
問合せ先	社会教育課 生涯学習係 0969-28-3361

④図書館

開館時間	図書館名	開館時間	休館日	詳しくはこちら 
	中央図書館	平 日 午前 10 時から午後 6 時まで 土日祝 午前 10 時から午後 5 時まで	月曜日（祝日の場合、翌日の火曜日）	
	大矢野図書館	午前 9 時から午後 7 時まで	年未年始	
	姫戸図書館 龍ヶ岳図書館	午前 10 時から午後 5 時まで	月末日 館長が定めた日	
その他	移動図書館、電子図書館もありますので、詳しくはホームページをご覧ください。			
問合せ先	社会教育課 生涯学習係 0969-28-3361			

⑤趣味の教室

事業概要	各地区老人福祉センターで、大正琴・コーラス・フラダンスなどの趣味の教室が開催されています。 詳しくは最寄りの老人福祉センターへお問い合わせください。
問合せ先	大矢野老人福祉センター 0964-56-3439 姫戸老人福祉センター 0969-58-2556 大道老人福祉センター 0969-63-0983 樋島老人福祉センター 0969-62-1702

(4) 仕事

①シルバー人材センター

事業概要	<p>シルバー人材センターは、「自主・自立・共働・共助」の理念のもと、高齢者が働くことを通じて生きがいを得るとともに、地域社会の活性化に貢献する組織です。</p> <p>センターでは、定年退職者などの高齢者に、そのライフスタイルに合わせた「臨時的かつ短期的又はその他の軽微な業務」の提供やボランティア活動をはじめとするさまざまな社会参加を通じて、高齢者の健康で生きがいのある生活の実現を目指します。</p>	<p>詳しくはこちら</p> 
対象者	市内に在住の60歳以上の働く意欲と能力をもった高齢者	
問合せ先	上天草市シルバー人材センター 0964-59-2228	

②上天草市ふるさとハローワーク

事業概要	<p>公共職業安定所が設置されていない市町村において、国が市と連携して運営する就業支援拠点です。求人情報の提供や職業相談・紹介を行います。</p>	<p>詳しくはこちら</p> 
対象者	仕事を探している人	
問合せ先	上天草市ふるさとハローワーク 0964-57-4510	

③介護職員初任者研修

事業概要	<p>高齢者の増加、かつ多様化するニーズに対応した適切なホームヘルプサービスを提供するため、必要な知識・技能を有するホームヘルパーを養成し、併せて地域の福祉向上に寄与することを目的としています。</p> <p>※令和7年度より天草市社協と合同で開催しているため、詳細が決まり次第随時お知らせします。</p>	<p>詳しくはこちら</p> 
問合せ先	上天草市社会福祉協議会 松島本所 0969-56-2455	

④介護職員初任者研修受講料等補助金

補助金概要	<p>介護職員初任者研修を終了し、かつ、市内の介護サービス事業所に就業した人に対し、受講費用（受講料、テキスト代）を補助します。（6万円上限）</p>	<p>詳しくはこちら</p>
対象者	<p>以下のすべての要件を満たす個人</p> <ul style="list-style-type: none"> ・市内に住所があり、介護職員初任者研修を受講した人 ・研修終了後1年以内（学生は卒業後1年以内）に市内の介護サービス事業所に就職、又は介護サービス事業所に就職後研修を修了した人で、引き続き3か月以上就業した人 ・市税等の滞納がない人 ・他の制度により助成をうけていない人 	
問合せ先	高齢者ふれあい課 保険給付管理係 0969-28-3360	

(5) 生活のサービス

【配食（見守り含む）】

① 生活支援事業（介護予防・日常生活支援総合事業）

② 地域ネットワーク栄養改善事業（任意事業 地域自立生活支援事業）

事業概要	安否確認や低栄養状態の改善が必要な高齢者に対し、地域で実施されている配食の支援を活用し、高齢者の状況を定期的に把握すること、栄養改善を図ることで、安心して在宅での生活を送ることができるようにします。
提供回数	最大1日1回（昼又は夜）、週7回まで（他のサービス利用日は利用不可） ※栄養改善が必要な場合は、1日2回まで
対象者	①生活支援事業（介護予防・日常生活支援総合事業）は、要支援認定者（要支援1・2）又は事業対象者（介護予防・生活支援サービス事業の対象者） ②地域ネットワーク栄養改善事業（任意事業 地域自立生活支援事業）は、要介護認定者（要介護1～5） 上記①又は②に該当し、次の（ア）（イ）をすべて満たす者 （ア）下記のいずれかであること ・基本チェックリストNo11・No12に該当する者 ・1人暮らし若しくは対象者、同居家族等ともに支援が必要であり、他の手段での見守りができない者 （イ）担当のケアマネジャー等が作成したケアプランをもとに必要であると判断された者
要件	市へのケアプランの提出（基本情報・ケアプラン）
利用料	利用者負担は食事代の実費（事業所への委託料は300円/食）
問合せ先	高齢者ふれあい課 地域包括支援係 0969-28-3378

③配食事業（高齢者福祉事業）

事業概要	1人暮らし高齢者又は高齢者等の世帯で緊急時に配食が必要な方に、食生活の改善と健康増進を図り、在宅での自立支援に資する目的で期間を設定し配食サービスを行います。
提供回数	最大1日1回（昼又は夜）、週7回まで（他のサービス利用日は不可）
対象者	次の①と②を満たす者 ①生活支援事業と地域ネットワーク栄養改善事業の対象者ではないこと ②おおむね65歳以上であって、身体上又は精神上的の障害があるために日常生活を営むのに支障がある者
提出書類	高齢者福祉事業利用申請書
利用料	利用者負担は食事代の実費（事業所への委託料は300円/食）
問合せ先	高齢者ふれあい課 保険給付管理係 0969-28-3360



④離島高齢者見守り事業（地域自立生活支援事業）

事業概要	住み慣れた湯島の自宅での生活が続けられるよう、生活支援サービス等の基盤づくりの一環として、安否確認を行い栄養バランスのとれた配食を実施します。		
提供回数	1食/日（月～金曜・昼）		
対象者	湯島地区の高齢者で見守りの必要な方		
利用料	弁当 500円 おかずのみ 400円		
委託先	上天草市社会福祉協議会		
問合せ先	上天草市社会福祉協議会 大矢野町支所	0964-56-3470	
	高齢者ふれあい課 地域包括支援係	0969-28-3378	

【住宅の改修・改造】

① 住宅改造助成事業

事業概要	おおむね 65 歳以上の要介護認定を受けた人を対象に、転倒予防等の介護予防と介護家族の負担を軽減することを目的に住宅のバリアフリー化を促進します。		
対象者	おおむね 65 歳以上の要介護（支援）認定を受けている方		
個人負担	詳細は下記問い合わせ先にお問い合わせ下さい。		
問合せ先	高齢者ふれあい課 保険給付管理係	0969-28-3360	

※まずは担当のケアマネジャーに相談してみましょう！

② 福祉用具・住宅改修支援事業

事業概要	福祉用具購入・住宅改修における理由書作成に対して助成します。		
対象者	理由書作成者（対象月に計画書の作成をしない認定者を支援した居宅介護支援事業所、住宅改修・福祉用具販売事業所）		
助成額	2,000円/件		
問合せ先	高齢者ふれあい課 地域包括支援係	0969-28-3378	

【福祉用具レンタル】

上天草市社会福祉協議会の福祉用具貸出

貸出物品	ベッド、車いす、歩行器など	詳しくはこちら 
利用料	無料	
対象者	上天草市在住の方 ※次に当てはまる方は対象になりません。 ・要介護（要支援）認定者で、レンタル等が可能な場合 ・入院又は施設入所中で、病院又は施設で使用される場合 ・貸出期間が3か月以上必要な方（必要に応じて期間を更新する場合があります） ※まずは、貸出の可否をご相談ください。	
貸出期間	原則3か月以内	
問合せ先	上天草市社会福祉協議会 松島本所 0969-56-2455	

【日常生活上の見守りや援助・指導等】

①在宅高齢者安心生活支援事業（緊急通報体制整備）

事業概要	1人暮らし高齢者等を対象に緊急通報装置を活用し、24時間体制で相談対応し、見守りを行っています。
対象者	1人暮らし高齢者で要介護（支援）認定を受けている方など
設置費用	非課税世帯：無料 課税世帯：6,600円
委託先	株式会社キューネット
問合せ先	上天草市大矢野在宅介護支援センター 0964-56-0119 上天草市姫戸在宅介護支援センター 0969-58-3633 上天草市龍ヶ岳在宅介護支援センター 0969-62-1124 高齢者ふれあい課 保険給付管理係 0969-28-3360

②軽度生活援助事業（高齢者福祉事業）

事業概要	在宅での1人暮らし高齢者を対象とし、緊急時や離島での自立した生活を支援するために、買い物や掃除等の軽易な日常生活上の援助を行います。
対象者	在宅での1人暮らし高齢者
個人負担	1回350円
問合せ先	高齢者ふれあい課 保険給付管理係 0969-28-3360

③生活管理指導短期宿泊事業（高齢者福祉事業）

事業概要	養護老人ホーム・特別養護老人ホーム等への短期間の宿泊により、生活習慣等の指導や体調調整を図るサービスを実施します。
対象者	生活習慣が著しく欠如している高齢者や何らかの見守りがなければ生活を維持することが困難な高齢者、また虐待・放置から家族の入院などといった緊急事態により居宅での対応が困難な高齢者の方
問合せ先	高齢者ふれあい課 保険給付管理係 0969-28-3360

④養護老人ホーム入所措置事業

事業概要	65歳以上で、環境上の理由及び経済的理由によって、家庭での生活が困難な高齢者の措置を行います。養護老人ホームは市内に1か所あり、他市町村の養護老人ホームへの措置も行っています。
対象者	65歳以上の環境上の理由および経済的理由によって、家庭での生活が困難な高齢者の方。
問合せ先	高齢者ふれあい課 保険給付管理係 0969-28-3360



(6) 介護者支援

①家族介護教室

事業概要	介護者が介護の技術を習得でき、介護者間の仲間づくりができるよう家族介護教室を開催します。 【実施場所】各町単位 【実施回数】各3回/年程度	詳しくはこちら 
対象者	高齢者を介護している家族等	
問合せ先	高齢者ふれあい課 地域包括支援係 0969-28-3378	

②家族介護者交流事業

事業概要	家族介護者が、他の介護者との交流を通して心身のリフレッシュや負担軽減を図ることができ、前向きに継続して介護ができることを目的に実施しています。
実施場所	市内の交流等ができる施設
実施回数	1回/年
対象者	要介護認定者を在宅で介護している介護者
問合せ先	高齢者ふれあい課 地域包括支援係 0969-28-3378

③介護用品支給事業

事業概要	在宅介護における負担軽減のため、介護用品を支給します。
支給上限	1人につき、6,250円/月(上限)
対象者	要介護3・4・5の被介護者を在宅で介護している家族等で、被介護者及び介護者ともに市内に住所を有し、市民税非課税世帯の者。
問合せ先	高齢者ふれあい課 地域包括支援係 0969-28-3378

④家族介護慰労事業

事業概要	在宅で介護サービスを受けていない中重度の要介護者を現に介護している家族に慰労金を支給する事業です。
金額	5万円(当該年に1回)
対象者	以下の要件のいずれも満たす要介護者を介護している家族 ①1年間介護保険法第8条各項に定める介護サービスを利用していない要介護者ただし、次のいずれかに該当する要介護者を介護している場合は可 a 福祉用具貸与、特定福祉用具販売又は住宅改修のみを利用する要介護者 b 介護保険法第8条各項に定めるサービス(福祉用具貸与及び特定福祉用具販売を除く)の利用日数の合計が10日以内の要介護者 ②要介護3以上の要介護者
問合せ先	高齢者ふれあい課 地域包括支援係 0969-28-3378



(7) 福祉事業

①地域福祉権利擁護事業

事業概要	判断能力が不十分な方や、日常生活に困っている方に対して、自立した地域生活が安心して送れるように、福祉サービス等の利用援助を行います。 【援助支援例】 ・ 日常的な金銭管理 ・ 公共料金などの支払い代行 ・ 福祉サービスの利用契約代行	詳しくはこちら 
対象者	認知症・知的障害・精神障害などにより判断能力が低下している方	
問合せ先	上天草市社会福祉協議会 大矢野町支所 0964-56-3470	

②成年後見制度利用支援事業

事業概要	成年後見制度を利用する認知症高齢者等で、裁判所への申立て費用や成年後見人等へ報酬を支払うことが経済的に困難な方に、申立て費用や報酬の一部又は全部を助成します。
対象者	次の①②のいずれにも該当する方 ①介護保険サービス若しくは障害者福祉サービスを利用し、又は利用しようとする身寄りのない重度の認知症高齢者、知的障害者及び精神障害者 ②次のいずれかに該当する成年被後見人等 ア. 生活保護法による被保護者又はこれに準ずる者 イ. 助成を受けなければ成年後見制度の利用が困難な者
問合せ先	65歳以上認知症高齢者：高齢者ふれあい課 地域包括支援係 0969-28-3378 知的障がい者・精神障がい者：福祉課 障がい福祉係 0969-28-3373

③生活困窮者自立相談支援事業

事業概要	経済的な問題のみならず、精神的、家庭、健康上など複合的な問題を抱えた生活困窮者の自立と尊厳の確保を目指す事業です。	詳しくはこちら 
対象者	上天草市に住民票がある方	
問合せ先	福祉課 生活支援係 0969-28-3374	

④上天草市消費生活センター

事業概要	商品やサービスなど消費生活全般に関する苦情や問い合わせなど、消費者からの相談を専門の相談員が受付け、公正な立場で処理にあたります。 【開催日】 月・火・木・金曜日（土、日、祝日等を除く） 午前 10時から午後4時まで（正午から午後1時までを除く） 【料金】無料	詳しくはこちら 
問合せ先	上天草市消費生活センター 0964-56-0738	

(8) 移動・交通

①乗合タクシー

事業概要	通常のタクシーとは違い、路線バスの廃止などによる交通空白地域の解消のため、他の交通機関と接続し、各地域と町中心部の主要施設を結び、市民の皆様の交通手段を確保します。	詳しくはこちら
利用方法	①電話で予約（出発時刻の30分前までに） ②予約した乗車場所（ご自宅など）で乗車 ③降車時に運賃を支払う 【運賃】 片道200～800円程度 （身体障がい者手帳、療育手帳及び精神障がい者保健福祉手帳をお持ちの方及びその介護人又は付添人は一人につき半額。） ※詳細は直接お問い合わせください。	
導入地区	白涛・東満地区、登立地区、長砂連・野米地区、維和地区 樋合地区、上島地区（松島町～姫戸町～龍ヶ岳町高戸） 樋島地区、大道地区	
問合せ先	企画政策課 公共交通政策係 0964-26-5546	

②高齢者免許返納支援事業

事業概要	運転免許証自主返納者の方へ、バスで使えるくまモンのICカード2,000円分（うち500円は保証料）又は乗合タクシー利用券100円券20枚を交付します。	詳しくはこちら
対象者	以下の全ての要件を満たす方 ・65歳以上の運転免許証自主返納者 ・上天草市に住民登録している人 ・免許取り消し日から起算して、6か月以内の人	
申請方法	【申請に必要なもの】 ・申請書 ・本人確認できるもの（保険証、個人番号カード等） ・取り消し通知書（免許返納後に熊本県公安委員会から交付される通知書） 【申請窓口】 上天草警察署又は上天草市企画政策課	
問合せ先	企画政策課 公共交通政策係 0964-26-5546	

③運転免許証自主返納者への特典

概要	運転免許を自主返納された方には、路線バス・電車運賃の半額割引を受けられる制度や交通安全協会などの様々な特典があります。 詳しくは、県のホームページをご確認ください。	詳しくはこちら
対象者	熊本県内在住の運転免許自主返納者（一部の制度は65歳以上に限る）で、「申請による運転免許の取り消し通知書」又は「運転経歴証明書」を交付された方。	
問合せ先	企画政策課 公共交通政策係 0964-26-5511 熊本県 暮らしの安全推進課 096-333-2293	