

# 介護予防・生活支援 ガイドブック

(令和5年8月発行)



春日市・春日市社会福祉協議会



みんなで春をつくらう

# 福岡老人ホーム紹介センター

## トライアングル

福岡の老人ホーム・高齢者施設のことなら、  
 私たちにお任せください。  
 ご希望に寄り添った、「安心の施設選び」をご案内します。

ご相談・ご入居までの  
 相談料・紹介料

すべて **0円!**

トライアングルでは、  
 ご相談者様・ご入居者様  
 からの料金は頂戴して  
 おりません。

年間相談件数  
**400件以上!**

※2022年4月～  
 2023年3月実績

### こんなお悩みありませんか？

- ✓ 特別養護老人ホームの入所の順番がくるまで、別の施設で暮らしたい。
- ✓ 施設の種類が多すぎて、自分にあった施設がわからない
- ✓ 入居は数年後になりそうだけど、施設の情報について聞きたい
- ✓ 両親の施設について相談したい



### トライアングルに依頼する **5**つのメリット

- ① 出張相談・ご希望の施設案内・見学同行・送迎も完全無料。
- ② 身元保証・不動産処分についてもご相談いただけます。
- ③ ネットに掲載の無い情報や、入居者の生の声もお伝えします。
- ④ 入居引越の立会いから、定着までのフォローをいたします。
- ⑤ 引っ越しや残置物についてなど、「住まいの今後」についてのご相談も承ります。

#### トータルサポートで簡単・安心!!!

- |                   |       |       |                        |
|-------------------|-------|-------|------------------------|
| 家財整理              | お引越し  | 自宅売却  | ●引っ越しで不用品が出た           |
| 身元保証              | 不用品整理 | 空き家管理 | ●今までの住まいを売却したい         |
| 家具・家電・食器・雑貨<br>など |       |       | ●高齢で、自分では動けない<br>ことが多い |
- 少量でも対応いたします。  
 整理後の清掃業務も対応可能です。

各種提携の企業と連携してサポートいたします!

### ご相談 から ご入居 までの流れ

#### ヒアリング

ご家族・ご本人の希望条件やお悩みをお伺いします。

#### ご面談

ご希望の条件やご予算に合わせた施設を提案いたします。

#### 見学同行

スタッフが同行し、聞きにくいことや「お断り」の代行をいたします。

#### ご入居先決定

契約書の内容をご確認の上、ご入居となります。

3日  
 以内  
 で  
 対応  
 の  
 実績  
 あり!

資料収集・空室確認・施設提案・  
 ご家族面談・日程調整・見学同行  
**全て無料で対応いたします!**

お気軽にご相談ください!



トライアングルでは、ご相談からご入居までをワンストップで対応し、  
 ご入居後のアフターフォローも万全です!お気軽にお問合せください。

### 福岡老人ホーム紹介センター トライアングル

**0120-516-510** 受付時間 9:30~18:00

福岡市中央区天神 3-10-32 ロゼ天神2階

運営:株式会社トライアングル

福岡老人ホーム紹介センター トライアングル 検索

HPは  
 こちらから



# もくじ



1. はじめに	… 1
2. 交流・居場所	
・ふれあい・いきいきサロン	… 2
・コミュニティカフェ	… 4
・シニアクラブ	… 6
・趣味活動など	… 9
・居場所	… 11
3. 介護予防を始めましょう	… 13
4. 運動施設	… 15
5. 生活支援	
・食事の宅配サービス	… 16
・家事支援	… 19
・訪問理美容	… 22
6. 見守り・安否確認支援	
・見守り・安否確認サービス	… 23
7. 外出支援	
・介護タクシー	… 26
・その他外出支援	… 27
8. 住まい探し・家財整理・身元保証など	
・施設・住宅仲介	… 28
・家財整理、生前・遺品整理など	… 29
・粗大ごみ等収集・運搬許可業者	… 29
・身元保証など	… 30
9. 権利擁護の相談窓口	… 31
10. 認知症について	… 32
11. 運転免許証自主返納・まごころ駐車場	… 34
12. 消費生活センター	… 36
13. 各種関係機関	… 36



マチレット

マチレットは、自治体から市民へ専門性が高い情報をよりわかりやすく確実に伝える、地域に寄り添う「マチのブックレット」です。

令和5年8月発行 発行：春日市(高齢課)  
編集・デザイン：株式会社ジチタイアド

当冊子の著作権を侵害する行為(SNSやHPへの無断転載、デザインや文言の流用、複製物の商用利用等)は法律で禁じられています。

令和5年4月末の情報です。詳細は各事業所などにお問い合わせください。

## 「春日市介護予防・生活支援ガイドブック」について

春日市では、医療、介護、予防、住まい、生活支援サービスを一体的に、切れ目なく提供していく「地域包括ケアシステム」の構築を推進しています。

その一環として、高齢者が住み慣れた地域で安心して暮らし続けることができるよう、日常生活に役立つさまざまなサービスの情報をひとつの冊子にまとめました。

「春日市介護予防・生活支援ガイドブック」が地域包括ケアシステムの一助となり、高齢者への支援、地域の支えあいネットワークの推進のためにご活用いただけたら幸いです。



## 「介護予防」について

介護予防には、何らかの「活動」に打ち込むことが効果的と言われています。「活動」には、就労、地域組織での仕事、家事、ボランティア、趣味、習い事、スポーツなどいろいろあります。これまで何らかの「活動」に取り組んできた方は、それをなるべく**継続**することが重要です。これまで仕事一筋だったが退職した場合や、これまでの趣味を継続するのは体力的に難しい場合は、新たに打ち込める「活動」を探してみるのもいいかもしれません。活動を続けるうえで大切なのは、自分が興味や関心を持てるものに取り組むことです。

入居者募集中 見学随時受付中

# 住宅型有料老人ホーム アンリ南福岡

健康で健やかな暮らしを  
お手伝いいたします。

駅、ショッピングエリア、公園などが全て  
徒歩圏内。お出かけが楽しい立地です。  
また、天神・博多へ2駅、2路線のダブルアクセス。  
落ち着いたある閑静な住環境で、  
開放的な暮らしをお楽しみいただけます。

快適な生活を送っていただくために



## 健康サポート

フィットネススタジオ、マシン  
ルーム、デイサービスなど、  
ご入居者様一人ひとりに合わ  
せたプログラムでアクティブな  
生活をサポート。



## 医療サポート

福岡徳洲会・二日市徳洲会病院  
と医療連携あり。建物内にクリ  
ニックを併設し、もしもの時を  
安心サポート。  
毎月医療講演を開催中。



## 食と美のサポート

肌にやさしい温泉大浴場と13  
階展望露天風呂で心身ともに  
リラックス。  
和洋選べる料理と買物バス  
運行で食生活をサポート。

この他にも、ご入居者様の生活が快適になるよう、様々なサービスをご提供しています。  
どうぞお気軽にお問合せください。

天神、博多へもアクセスしやすい

- えきマチ1丁目南福岡… 徒歩約4分
- 銀天町商店街…………… 徒歩約3分
- イオン大野城…………… 車で約3分
- 春日公園…………… 車で約3分

JR南福岡駅：徒歩約4分 / 西鉄雑餉隈駅：徒歩約8分

お問合せ

住宅型有料老人ホーム **アンリ南福岡**  
**092-588-5522**

HPIはこちらから▼



受付時間 9:00~18:00 〒812-0877 福岡市博多区元町2-1-6

運営: 株式会社ケアネット徳洲会  
東京都千代田区麹町2-3-3 FDC麹町ビル4F  
TEL.03-3222-1181

●施設概要 ■施設種類/住宅型有料老人ホーム ■住居の権利形態/利用権方式 ■構造規模/鉄筋コンクリート造地上13階地下1階、敷地面積:2545.84㎡、延床面積7793.334㎡ ■土地の権利形態/賃借 ■建物の権利形態/自社・事業主体所有 ■居室総数/119室、1~2人部屋(全室夫婦対応可) ■入居時要件/満65歳以上の自立/要支援/要介護 ■利用料の支払い方式/選択方式(全額前払い方式、月払い方式) ■介護保険/在宅サービス利用可 ■協力病院/福岡徳洲会病院(内科・呼吸器内科・循環器内科・小児科・外科・整形外科・歯科)、定期受診、緊急時の対応、受診する場合は医療費の自己負担が必要となります。 ■併設事業所/デイサービス/訪問介護/訪問看護/定期巡回/居宅介護 ■開設/平成20年10月

## ふれあい・いきいきサロン

各自治会が、福祉の取り組みとして実施しています。

積極的に活動に参加することや、地域の仲間とつながることは、介護予防を行う上でとても重要です。閉じこもりを予防し、生きがいを見つけるきっかけに、身近な公民館で実施されている“ふれあい・いきいきサロン”に参加してみませんか。

※内容は変わる場合があります。各公民館等にお問い合わせください。

校区	地区名	開催場所・連絡先	開催日時	対象者	参加費(1回あたり)
春日中	小倉	小倉公民館 573-8787	第4金曜日 10:00~12:00	一人暮らしの65歳以上 その他必要と思われる方	なし
	須玖南	須玖南公民館 582-8730	第3水曜日 10:30~12:00	一人暮らしの75歳以上 (昼間一人生活の方含む) 外出の機会が少ない方	200円
	昇町	昇町公民館 591-7221	第4金曜日 10:00~12:00	一人暮らしの65歳以上 (昼間一人生活の方含む)	なし
	弥生	弥生公民館 582-8412	第3火曜日 10:00~12:00	一人暮らしの75歳以上 (昼間一人生活の方含む) 80歳以上の方と夫婦世帯の方	200円~300円
春日東中	大谷	大谷公民館 574-5656	第2金曜日 10:00~14:00	80歳以上 その他必要と思われる方	500円
	小倉東	小倉東公民館 571-0901	第1金曜日 10:00~12:00	主に65歳以上	なし
	宝町	宝町公民館 582-9995	第1月曜日 10:00~12:00	一人暮らしの65歳以上 (昼間一人生活の方含む)	100円
	ちくし台	ちくし台公民館 582-7254	第3月曜日 10:00~12:00	おおむね75歳以上	なし
	千歳町	千歳町公民館 581-3559	第2金曜日 10:00~12:00	一人暮らしの75歳以上 (昼間一人生活の方含む) 外出の機会が少ない方	なし
	光町	光町公民館 581-9288	第2土曜日 10:30~13:00	65歳以上	100円
	大和町	大和町公民館 582-1140	第3土曜日 13:30~15:00	一人暮らしの72歳以上 75歳以上の夫婦世帯の方	なし
	若葉台西	若葉台西公民館 571-4360	第4木曜日 10:00~12:00	一人暮らしの75歳以上 (昼間一人生活の方含む)	なし
	若葉台東	若葉台東公民館 591-8979	第4金曜日 10:00~12:00	65歳以上	なし
春日西中	泉	泉公民館 571-4415	第2水曜日 10:00~12:00	65歳以上	なし
	上白水	上白水公民館 582-6879	第4水曜日 10:00~12:00	一人暮らしのおおむね70歳以上 高齢者世帯と虚弱な方 その他必要と思われる方	なし (食事提供時200円)

はじめに

交流・  
居場所介護予防を  
始めましょう

運動施設

生活支援

見守り・  
安全確認支援

外出支援

住まい探し・  
家財整理・  
身元保証など権利擁護の  
相談窓口認知症  
について運転免許証  
自主返納・  
まじなび車庫消費生活  
センター各種  
関係機関

校区	地区名	開催場所・連絡先	開催日時	対象者	参加費(1回あたり)
春日西中	白水ヶ丘	白水ヶ丘公民館 582-6885	第4金曜日 10:00~12:00	65歳以上の外出の 機会が少ない方 閉じこもりがちな方	200円
	下白水北	下白水北公民館 571-4146	第3水曜日 10:00~12:00	一人暮らしの77歳以上 (昼間一人生活の方含む) 77歳以上の夫婦世帯の方	250円
	下白水南	下白水南公民館 593-2311	第3火曜日 10:00~12:00	一人暮らしの65歳以上 (昼間一人生活の方含む)	200円
春日南中	大土居	大土居公民館 596-4743	第3水曜日 10:00~12:30	75歳以上 (必要に応じて声かけする)	100円
	白水池	白水池公民館 502-9200	第3水曜日 10:00~12:00	65歳以上	なし
	惣利	惣利公民館 595-1705	1回水曜日 時間:変動あり	80歳以上	なし
	塚原台	塚原台公民館 595-0340	第2火曜日 10:00~12:00	75歳以上	なし
	天神山	天神山公民館 572-7323	第3金曜日 10:00~12:00	70歳以上 閉じこもりがちな方 障がい(年齢制限なし)を有する方	なし
	松ヶ丘	松ヶ丘公民館 595-0686	第3木曜日 10:00~12:00	一人暮らしの70歳以上 75歳以上の昼間一人生活の方 80歳以上の夫婦世帯の方	なし (食事提供時300円)
	紅葉ヶ丘	紅葉ヶ丘公民館 581-9621	第4火曜日 10:00~13:00	75歳以上	なし (食事提供時300円)
春日野中	春日	春日公民館(若水会館) 571-4149	第3水曜日 10:00~11:30	70歳以上	なし
	春日公園	春日公園公民館 582-8782	第2水曜日 10:30~11:30	60歳以上	なし
	春日原	春日原公民館 591-6000	第4水曜日 10:00~11:30	70歳以上	なし
	春日原南	春日原南公民館 582-9169	第2水曜日 9:30~11:30	65歳以上	なし (年会費1,000円)
	平田台	平田台公民館 595-0100	第2木曜日 10:00~11:30	60歳以上	なし
春日北中	岡本	岡本公民館 571-4161	第1金曜日 10:30~11:30	一人暮らしの75歳以上 80歳以上の高齢世帯の方	なし
	桜ヶ丘	桜ヶ丘公民館 592-5567	第3火曜日 10:00~12:00	一人暮らしの75歳以上 80歳以上	300円
	サン・ビオ	サン・ビオ公民館 592-5554	第4水曜日 10:00~11:00	75歳以上 (その他、必要と思われる方)	なし
	須玖北	須玖北公民館 581-6624	第2土曜日 10:00~11:30	一人暮らしの65歳以上 (昼間一人生活の方含む)	なし (食事提供時200円)
	日の出町	日の出町公民館 582-9998	第3金曜日 10:30~11:30	80歳以上	なし

※「公民館」の表記は略称を用いています。

- はじめに
- 交流・居場所
- 介護予防を  
始めましょう
- 運動施設
- 生活支援
- 見守り・  
安否確認支援
- 外出支援
- 住まい探し・  
家財整理・  
身元保証など
- 権利擁護の  
相談窓口
- 認知症  
について
- 運転免許証  
自主返納・  
まごころ駐車場
- 消費生活  
センター
- 各種  
関係機関

## コミュニティカフェ

公民館などを拠点とした地域の方々との交流やおしゃべりの場です。

詳細は、各公民館等にお問い合わせください。

※内容は変わる場合があります。

活動名	開催場所 連絡先	住所	開催日時	対象者	参加費 (1回)	その他
カフェこくら	小倉公民館 573-8787	小倉2丁目 93番地3	第2水曜日 13:00~15:00	制限なし	なし	
カフェみなみ	須玖南公民館 582-8730	須玖南4丁目 128番地	第2・4水曜日 13:00~15:00	制限なし	なし	
珈琲サロン やよい	弥生公民館 582-8412	弥生7丁目 50番地	休止中			
のぼりまち 夢プランCAFÉ	昇町公民館 591-7221	昇町5丁目 122番地	第1月曜日 13:00~15:00	制限なし	なし	祝日の場合は翌週の 月曜日に開催
カフェ 「和(なごみ)」	小倉東公民館 571-0901	小倉東2丁目 22番地	第1・3水曜日 13:00~16:00	制限なし	100円	
健康・脳活 マーじゃん	宝町公民館 582-9995	宝町4丁目 15番地3	毎週金曜日 10:00~13:00	制限なし	なし	
おうち・カフェ	ちくし台公民館 582-7254	ちくし台2丁目 92番地2	毎週月曜日 13:00~16:00 ※第1月曜日以外	制限なし	200円	
カフェサロン 「Cafe カフェ」	千歳町公民館 581-3559	千歳町3丁目 32番地1	第3金曜日 13:00~15:00	制限なし	100円	
ひかりカフェ	光町公民館 581-9288	光町2丁目 180番地1	毎週木曜日 13:00~15:00 (月3回程度)	制限なし	なし	
大和町カフェ 和(やわらぎ)	大和町公民館 582-1140	大和町2丁目 16番地2	第3火曜日 13:00~15:00	制限なし	なし	お部屋の使い方は自由
カフェ ゆうゆう	若葉台東公民館 591-8979	若葉台東2丁目 86番地2	第1火曜日 13:00~15:00	制限なし	なし	
カフェおおたに	大谷公民館 574-5656	大谷4丁目 7番地1	第3金曜日 13:00~16:00	制限なし	なし	

はじめに

交流・  
居場所

介護予防を  
始めましょう

運動施設

生活支援

見守り・  
安全確認支援

外出支援

住まい探し・  
家財整理・  
身元保証など

権利擁護の  
相談窓口

認知症  
について

運転免許証  
自主返納  
場

消費生活  
センター

各種  
関係機関



活動名	開催場所 連絡先	住所	開催日時	対象者	参加費 (1回)	その他
カフェいずみ	泉公民館 571-4415	泉2丁目 4番地	第3火曜日 13:00~15:00	制限なし	100円	
上白水カフェ	上白水公民館 582-6879	上白水6丁目 77番地	第3土曜日 13:00~14:30	制限なし	なし	イベント予定あり
茶話やか広間	白水ヶ丘公民館 582-6885	白水ヶ丘3丁目 46番地	第2水曜日 10:00~15:00	制限なし	なし	手作り食事提供(200円)
しもみな カフェ	下白水南公民館 593-2311	下白水南3丁目 44番地	第2・4火曜日 13:00~16:00	制限なし	なし	
下北カフェ	下白水北公民館 571-4146	下白水北4丁目 4番地19	第2・4木曜日 13:00~15:00	60歳以上 の方	100円	
ほっとカフェ	大土居公民館 596-4743	大土居3丁目 148番地3	奇数月第4水曜日 10:00~12:00	制限なし	なし	イベント開催日は実費負担
るんるんルーム	白水池公民館 502-9200	白水池2丁目 48番地	第2火曜日 13:30~16:30	制限なし	なし	カラオケ(時々)あり
天てんカフェ	天神山公民館 572-7323	天神山1丁目 53番地	第1・3火曜日 13:00~16:00	制限なし	100円	祝日は休み
塚原台カフェ	塚原台公民館 595-0340	塚原台1丁目 76番地2	毎週水曜日 13:00~15:00	制限なし	なし	休館日、祝日は休み
憩いの家	松ヶ丘公民館 595-0686	松ヶ丘5丁目 35番地	毎週木曜日 10:30~15:30 *第3木曜日以外	65歳以上 の方	なし	昼食は弁当持参 (途中退席し再度参加可)
スマイルカフェ	紅葉ヶ丘公民館 581-9621	紅葉ヶ丘西4丁目 1番地1	第4水曜日 13:00~16:00	制限なし	なし	
カフェサロン	春日公民館 (若水会館) 571-4149	春日1丁目 111番地	第1水曜日 10:00~12:00	70歳以上 の方	なし	
ふれあいカフェ	春日公園公民館 582-8782	春日公園1丁目 47番地	第4水曜日 10:30~11:30	60歳以上 の方	なし	
平田台 ふらっとカフェ	平田台公民館 595-0100	平田台4丁目 32番地	第4金曜日 10:00~12:00	制限なし	なし	
みんなのカフェ	春日原南公民館 582-9169	春日原南4丁目 52番地2	第1・3木曜日 13:30~15:30	制限なし	なし	
桜ヶ丘カフェ	桜ヶ丘公民館 592-5567	桜ヶ丘7丁目 1番地2	第3土曜日 13:00~14:30	制限なし	なし	歌会あり

はじめに

交流・  
居場所介護予防を  
始めましょう

運動施設

生活支援

見守り・  
安否確認支援

外出支援

住まい探し・  
家財整理・  
身元保証など権利擁護の  
相談窓口認知症  
について運転免許証  
自主返納・  
まごころ駐車場消費生活  
センター各種  
関係機関

## シニアクラブ

シニアクラブは、おおむね60歳以上の自主的な集まりです。

生きがい作りや介護予防のためにも、ぜひ参加しましょう。

地区によって活動内容などが異なります。詳しくは各シニアクラブ会長にお問い合わせください。

★全クラブ共通の活動内容:グラウンド・ゴルフ、世代間交流、奉仕活動、旅行(一泊、日帰り)、介護予防・健康講座

※会長・連絡先は変わる場合があります。最新の情報は、市ウェブサイトにてご確認ください。

地区	地区名 クラブ名	会長名 連絡先	開催場所	定例会開催日	対象者	その他の活動内容
東	小倉東 春光会	西原 隆司 090-9578-7901	小倉東公民館	毎月第4月曜日 10:00~13:00頃	おおむね 60歳以上	会報(年12回発行)・愛の一声運動・どろんこ保育園との交流(年2回程度)・認知症サポーター養成講座・春日市遺跡巡り
	宝町 宝寿会	弓掛 弘達 585-9448	宝町公民館	毎月第1金曜日 10:00~12:00頃 (行事によって 不定期)	60歳以上	誕生会・マージャン教室
	千歳町 千寿会	古賀 恵子 582-5307	千歳町公民館	毎月第1水曜日 10:30~12:00頃 (行事によって 不定期)	おおむね 60歳以上	歩こう会(毎月12日(1月、2月は 休み))・花苗植栽(春、秋)・誕生 会(年2回)・もちつき交流・カラオ ケ交流会
	光町 光永会	樋口 光 585-7993	光町公民館	行事によるため 不定期	おおむね 60歳以上	愛の一声運動・健康体操教室(毎 月第4火曜日)・合唱の会(毎月第 2火曜日)・ソフトダーツ(毎月第1、 2、3土曜日)・ペタンク(毎月第1、 2、3火曜日)・新年会・食事会・公 園内外と花壇の整備(緑愛護会・ 奇数月)
	大和町 大和会	石坂 貞治 090-8406-5812	大和町公民館	毎月第3火曜日 13:00~15:00	おおむね 60歳以上	交流親睦活動・カラオケ・ペタン ク・麻雀教室
	若葉台西 西若葉会	蔵野 篤美 090-7450-0443	若葉台西公民館	4か月に1回 誕生会を開催	60歳以上	誕生会(年3回)・愛の一声運動・ シニアカフェ(月1~2回)・防犯 講話・介護予防講座・健康講座(年 3回)
	若葉台東 東若葉会	福田 忠三 581-4978	若葉台東公民館	第3火曜日 10:30~15:00頃  役員会 原則毎月第1水曜日	65歳以上	ニコニコ体操(毎月第2、4火曜 日)・誕生会(奇数月)・女性部活動 「ゆりの会」(毎週火曜日10時~ 15時)・中学生と見守り訪問(奇 数月)・中学生と共にゴミ拾い(偶 数月)・子どもの通学見守り・ペタ ンククラブ・カローリング大会(8 月)・鏡開き(ぜんざい大会1月)・ 防犯パトロール(毎月第3土曜日)

はじめに

交流・  
居場所

介護予防を  
始めましょう

運動施設

生活支援

見守り・  
安全確認支援

外出支援

住まい探し・  
家財整理・  
身元保証など

権利擁護の  
相談窓口

認知症  
について

運転免許  
自主返納・  
まごころ駐車場

消費生活  
センター

各種  
関係機関

地区	地区名 クラブ名	会長名 連絡先	開催場所	定例会開催日	対象者	その他の活動内容
西	泉 いずみ会	平山 邦之 575-0240	泉公民館	奇数月第2木曜日	60歳以上	なかよし会(毎月第1木曜日)・カラオケ(毎月第3、第4木曜日)、誕生会(6月予定)、納涼会(7月予定)、世代間交流、新年会、バスハイク、社会奉仕(西小学校支援、公民館花壇管理)
	上白水 白水会	河鍋 宥伸 591-7986	上白水公民館	毎月開催 (日程変更あり) 役員会毎月開催	60歳以上	誕生会(9月、3月)・健康づくり講座(年3回)・カローリング・新年会(長寿会)・総会(4月)・世代間交流・清掃活動(月1回)・研修旅行(春・秋)
	下白水北 松葉会	村上 光彦 581-1089	下白水北公民館	隔月第3火曜日 (日程変更あり)	60歳以上	公園愛護活動(学校畑野菜作り、昔の遊び、昔の道具の話)・日帰り研修(年1~2回)・花見会(4月)・古紙、アルミ缶等の資源回収(年3回)
	下白水南 あすなろ会	糸山 信行 591-2067	下白水南公民館	原則 毎月10日開催 (日程変更あり)	60歳以上	女性部活動(毎月第4水曜日)・防犯講座・医療講演会・門松作り・地域清掃活動
	白水池 池の友	休会中				
	白水ヶ丘 元気の会	丸山 幸男 592-5599	白水ヶ丘公民館	毎月第2金曜日 (日程変更あり)	60歳以上	日帰りバスハイク・演芸講座・防犯防災講座
	天神山 さわやか 天神会	八尋 将泰 090-3882-3355	天神山公民館	毎月第2金曜日 10:00~	60歳以上	誕生会(年4回)・各同好会に参加
	昇町 令和 みずき会	藤嶋 誠也 591-3016	昇町公民館	毎月第2土曜日	制限なし	カラオケクラブ(毎月第2、4月曜日)・手話ダンスクラブ(毎月第1、3月曜日)・椅子ヨガクラブ・慰霊祭・夏休みラジオ体操・春日小3年生交流事業・第3土曜日掃除(毎月第土曜日)・社会学、教養学習、マーじゃんクラブ(毎週木曜日)



はじめに

交流・居場所

介護予防を  
始めましょう

運動施設

生活支援

見守り・  
安否確認支援

外出支援

住まい探し・  
家財整理・  
身元保証など

権利擁護の  
相談窓口

認知症  
について

運転免許  
自主返納  
まごころ駐車場

消費生活  
センター

各種  
関係機関

地区	地区名 クラブ名	会長名 連絡先	開催場所	定例会開催日	対象者	その他の活動内容
南	大谷 南寿会	白水 義信 090-1515-5359	大谷公民館	毎月第3土曜日	60歳以上	防犯パトロール・女性部会・ペタンク・カラオケ
	春日 若水会	池田 征洋 596-5982	春日公民館 (若水会館)	毎月10日前後 (8月、9月は休会)	おおむね 70歳以上	カラオケ・食事会・演芸観賞・80歳、100歳のお祝い(1月)
	惣利 ことぶき会	樋口 榮 595-6320	惣利公民館	原則 毎月第3日曜日	おおむね 60歳以上	カラオケ部・婦人部・食事会(例会)
	ちくし台 睦会	安邊 千鶴子 090-5939-1070	ちくし台公民館	原則 毎月第1月曜日 (12、2、3月は休会)	おおむね 60歳以上	医療講座・防犯活動・レクリエーション・子どもの見守り・コンサート(年1回)・ボイストレーニング(第1、3水曜日)
	平田台 緑翠会	西島 敏昭 402-4511	平田台公民館	毎月第2土曜日 10:00~	65歳以上	カラオケ・手芸・子どもの見守り・一泊研修
	松ヶ丘 松の実会	米田 和徳 595-3177	松ヶ丘公民館	毎月第2月曜日 (休日の場合は翌日) 10:00~12:00	60歳以上	新年会・忘年会・もちつき大会などの協力、アルミ缶資源回収、カローリング、ポッチャ
	紅葉ヶ丘 紅葉会	松田 健美 090-4994-4776	紅葉ヶ丘公民館	原則 毎月第2水曜日 10:30~	60歳以上	カラオケ・民謡・医療講座・防犯講座・室内ゲーム(ニチレク、ビンゴ、輪投げなど)
北	岡本 仙寿会	有吉 友雄 090-1191-0460	岡本公民館	毎月第3又は 第4金曜日 11:00~ 誕生会を開催	制限なし	ゲートボール・誕生会・資源回収・愛園会、緑友会・講演会・講習会・ゲーム・脳トレ・カラオケ・室内ゲーム(ポッチャ、ビンゴ、ダーツ、輪投げなど)
	小倉 長寿会	加藤 良治 501-2929	つばき庵	毎月12日	65歳以上	古紙等資源回収(月1回)・民謡の会(第1、3金曜日)・おしゃべりの会(第2、4金曜日)・春日小学校3年生との交流会5回(10月~2月)・子ども見守りの会・児童公園清掃(月1回)・お花見・忘年会
	桜ヶ丘 松寿会	武末 政利 582-3802	桜ヶ丘公民館	毎月第2日曜日	おおむね 60歳以上	交通安全教室・歌のつどい(毎月第2火曜日)・災害体験・ビンゴゲーム・ペタンク・見守り・日帰り研修(年2回)・輪投げ・公園清掃
	須玖北 福寿会	田中 登 574-7940	須玖北公民館	毎月第3土曜日	60歳以上	誕生日祝い・食事会・室内ゲーム(輪投げ・ビンゴゲーム)・カラオケ・講座
	須玖南 南福寿会	緒方 民子 573-8948	須玖南公民館	毎月第2土曜日	60歳以上	ゲートボール(毎週月・水・木・金曜日)・ペタンク(毎週火、金曜日)・医療講座・交通教室
	日の出町 高砂会	田中 奎子 090-6772-0536	日の出町公民館	毎月第2日曜日	60歳以上	誕生会・カラオケ・ダーツゲーム・麻雀パイゲーム・カローリング・クイズ(認知症予防)
	弥生 弥生クラブ	栗原 恵美子 581-4274	弥生公民館	奇数月	60歳以上	防犯パトロール・交通安全講座・誕生会・料理教室・児童公園清掃

はじめに

交流・  
居場所介護予防を  
始めましょう

運動施設

生活支援

見守り・  
安全確認支援

外出支援

住まい探し・  
家財整理・  
身元保証など権利擁護の  
相談窓口認知症  
について運転免許証  
自主返納・  
まじなび車庫消費生活  
センター各種  
関係機関

## 趣味活動など

\*春日まちづくり支援センター「ぶどうの庭」は令和5年7月～令和6年3月まで改修工事を予定しています。  
改修期間中、改修終了後は開催日時・活動場所等が変更になることがあるため、事前にお問い合わせください。

名称	連絡先・開催場所	開催日時	活動内容	利用料など
シニアのための キーボード教室 ～響喜(ひびき)～	講師：西川 千里 080-6435-2215 *春日まちづくり支援センター 「ぶどうの庭」 (須玖北5丁目155番地)	毎週火曜日 9:00～12:00	音楽レクリエーションで指先を動かし認知症予防につながる場 ・キーボードを使つての音楽療法 ・キーボードは鍵盤が軽くて力がいらぬのでシニア向き	1回2,000円(教材費込) *初心者大歓迎
ぱん広場	講師：西堀 玲子 090-8624-5113 *春日まちづくり支援センター 「ぶどうの庭」 (須玖北5丁目155番地) *令和5年7月より須玖北公民館 (須玖北5-151)にて実施予定	第2月曜日 10:30～12:30	おいしいパンを手作りして楽しむ場	材料費込み2,000円 *申込みは開催日の3日前まで
そば打ち 教室	講師：高木 賢治 080-1701-9728 *春日まちづくり支援センター 「ぶどうの庭」 (須玖北5丁目155番地) *令和5年7月より春日市ふれあい文化センター(大谷6-24)にて実施予定	基本月1回 第2土曜日 (年8回) 開催については要確認	二八そばや十割そばの手打ちそば教室	1回1,500円 (つゆ付き・4人前)
楽しいバラづくり 入門講座	春日まちづくり支援センター ぶどうの庭 092-589-3388 *春日まちづくり支援センター 「ぶどうの庭」 (須玖北5丁目155番地) *令和5年7月より須玖北公民館 (須玖北5-151)にて実施予定	令和5年9月・12月の第2水曜日 13:00～15:00 令和6年2月の第1水曜日 13:00～15:00	バラの植え替えや剪定など、バラづくりの基本を実践的に学べる講座	各回1,500円 (初回のみバラ苗などの材料費として別途2,000円必要)
けんこう体操 (きくち式)	新日本婦人の会 申込先：村山 092-591-2227 *春日まちづくり支援センター 「ぶどうの庭」 (須玖北5丁目155番地)	第1・2・4・5月曜日 10:00～12:00	無理なく、楽しく運動する場	入会金100円 会費： 運営費1カ月500円+ 月会費900円
ソフトダーツ教室	講師：福岡県ダーツ協会 上田 勝典 080-4286-1643 *春日まちづくり支援センター 「ぶどうの庭」 (須玖北5丁目155番地) *令和5年7月より春日市いきいきプラザ(昇町1-120)にて実施予定	第1・3金曜日 10:00～12:00 (4・7・10月のみ第5金曜日あり)	先端の針がプラスチックでできているため、安全かつ安心して楽しめる教室	各回300円

はじめに

交流・  
居場所

介護予防を  
始めましょう

運動施設

生活支援

見守り・  
安否確認支援

外出支援

住まい探し・  
家財整理・  
身元保証など

権利擁護の  
相談窓口

認知症  
について

運転免許証  
自主返納・  
まごころ駐車場

消費生活  
センター

各種  
関係機関

名称	連絡先・開催場所	開催日時	活動内容	利用料など
パソコン教室	(特非)ファイブネット春日 理事長 林 恵美子 090-9562-4918 春日市ふれあい文化センター (大谷6丁目24番地)	第1・2・3火曜日 9:30~11:30 第1・2・3水曜日 13:30~15:30 第1・2・3木曜日 9:30~11:30	パソコンの基本操作 (WordやExcel、画像 の取り込み・加工方法など) を習う教室	入会金不要 オリジナル教材(無料) 月会費4,000円(教材費込) パソコン5台貸出あり (1回100円)
iPhone教室	(特非)ファイブネット春日 理事長 林 恵美子 090-9562-4918 春日市ふれあい文化センター (大谷6丁目24番地)	第1・2・3金曜日 13:30~15:30	iPhoneの基本操作を 習う教室	入会金不要 オリジナル教材(無料) 月会費4,000円(教材費込) iPhoneの貸出なし 所有のiPhone持参が必要
春日公園内 「自然あそび館」	春日公園管理事務所 092-592-0544 県営春日公園 (原町3丁目1番地4)	探鳥会(バード ウォッチング) 毎月第1火曜日 10:00~12:00 音楽堂ステージ側 集合  自然かんさつ会 毎月第3土曜日 10:00~12:00 自然あそび館 集合	公園内の四季折々の自然 や野鳥を観察する会	1回300円(申込不要)

※法人格の表記は略称を用いています。



はじめに

交流・  
居場所

介護予防を  
始めましょう

運動施設

生活支援

見守り・  
安全確認支援

外出支援

住まい探し・  
家財整理・  
身元保証など

権利擁護の  
相談窓口

認知症  
について

運転免許証  
自主返納  
まごの駐車場

消費生活  
センター

各種  
関係機関

## 居場所

高齢者が気軽に集まり、介護予防や健康増進、ボランティア活動、世代間交流などの活動に参加・協力ができる場です。

※内容は変わる場合があります。

名称	連絡先・所在地	日時	活動内容	利用料など
老人福祉センター ナギの木苑	(指定管理者) 春日市社会福祉協議会  092-595-0513 (星見ヶ丘1丁目7番地1)	火～金曜日 9:00～17:00 土・日曜日 9:00～19:00  (月曜日、第3火曜日、 国民の祝日、祝日 が月曜日にあたる 時は翌日、12/28 ～1/4が休館日)	高齢者の生きがいづくり、交流、 健康増進を目的とした憩いの施設 ・入浴 ・囲碁、将棋、健康麻雀 ・グラウンドゴルフ ・絵手紙教室 ・演芸、音楽演奏、カラオケ ・ヨガ、シルバー運動教室 ・健康づくり講座など	市内60歳以上、 障がい者、小学生 100円 その他200円 *昼食は持参 又は、お弁当購入 (火～金) *無料送迎バスあり
はつらつ会	(福)春日市社会福祉協議会 092-581-7225  春日市社会福祉 センター (昇町3丁目101番地)	毎週木曜日 10:00～15:30	閉じこもりがちの方を対象に 介護予防と生きがい作りの場 ・おしゃべり ・口腔体操、リズム体操 ・手工芸、折り紙 ・レクリエーションゲーム ・バスハイク ・健康講話、体験など	1日220円  *対象者：65歳以上 (要介護認定者は利用不可)  *昼食は持参 又は、お弁当を注文
ふれあい オープンサロン	ふれあいサロンミシェル 代表者：紙屋 彰枝 090-9482-2790  春日まちづくり支援センター 「ぶどうの庭」 (須玖北5丁目155番地)	60歳からの交流 お茶のみ会 毎月1回(開催日 は要問合せ) 13:30～15:30	閉じこもりがち、話相手、心配 ごと、子どもの結婚、老後、終 活など、お茶を飲みながら人との 交流を楽しむ「おしゃべり会」	1回500円  *対象者：60歳以上 (市外の方も可)
小さな家 処々	(特非)小さな家処々 代表者：柴山 幸枝 092-589-3206 (紅葉ヶ丘西5丁目8番地)	月～金曜日 10:30～16:00	地域に根ざした活動をし、住民の 方々が気兼ねなく来れる場、居場所 ・おしゃべり ・体操 ・外出散歩 ・手作業 ・脳トレ ・アイパッドを使ったレクリエー ションなど	1日2,000円 (要支援の人は1日 2,500円、要介護の人は 1日3,000円) *利用料には食事代含む。  *送迎有り(1日100円)
なごみの 部屋	代表者：中吉 問い合わせ先: かすがボランティアセンター 092-501-1136 春日市社会福祉センター ボランティアルーム (昇町3丁目101番地)	毎月第2・4火曜日 10:00～15:00	誰でも集える憩いの場 ・おしゃべり ・裁縫 ・編み物 ・ブローチ作成等の手工芸 ・将棋 ・バスハイク ・クリスマス会など	お茶代 100円  *昼食は持参又は、 買い出しあり
たんぼぼ カフェ	たんぼぼの会 代表者：津崎 080-4274-8487  春日市社会福祉センター ボランティアルーム (昇町3丁目101番地)	毎月第2木曜日 11:00～14:00	仲間作り・健康・介護予防など を目的とする ・昼食会 ・レクリエーション ・バスハイク ・健康講座 ・お誕生会など	参加費300円
		毎月第4木曜日 13:00～16:00	仲間作りや他者との交流を目的 とする ・おしゃべり ・悩み相談	参加費200円
Coliving Tamaree コリビング・ タマリー	代表者：安部 080-4692-7660 (弥生4丁目61番地1)	月・火・木・金曜日 10:00～17:00	コミュニティカフェを中心に子 どもから高齢者まで、気軽に 来れるみんなのリビング ・おしゃべり ・ランチ ・レンタルスペース	カフェ400円～

はじめに

交流・  
居場所

介護予防を  
始めましょう

運動施設

生活支援

見守り・  
安否確認支援

外出支援

住まい探し・  
家財整理・  
身元保証など

権利擁護の  
相談窓口

認知症  
について

運転免許  
自主返納・  
高齢者駐車場

消費生活  
センター

各種  
関係機関

名称	連絡先・場所	日時	活動内容	利用料など
スマイル トランポリン	代表者：白仁田 090-1927-1747 春日市社会福祉センター (昇町3丁目101番地)	毎週水曜日 10:00～12:00 (祝日・第5週は休み)	健康寿命を延ばすための健康 づくりとして、トランポリンを 活用した運動と他者との交流 を目的とする場 ・ストレッチ体操 ・トランポリン運動 ・おしゃべり ・お茶飲み会	月会費500円  *ボランティア保険加入代 (実費)
シニアの のんびり オカリナ	オカリナ青い空 代表者：荒木 090-1191-5838 春日市社会福祉センター (昇町3丁目101番地)	第2・4木曜日 13:30～15:00	オカリナを通じて、シニア世代の 介護予防、生きがい作り、仲間 作りを目的とするオカリナ教室 【対象者】 ・一般のオカリナ教室ではつ いていくのが不安な方 ・楽器や音楽に興味がある初 期の認知症の方	500円/回  *楽譜が読めなくても可 *わかりやすく何度でも教 えます *オカリナの貸し出し可
みんなのおうち 「ひまわり」	ワーカーズコープ 春日地域福祉事業所 ひまわり 092-575-6155 (若葉台西4丁目185番地)	土曜日 14:00～17:00 日曜日 10:00～17:00	誰でも自由に来所でき、過ごせ る場。生活上の困りごとなど、相 談は随時受付可。 ※日曜日は「えんむす日」として フードバンク食材等でおむすび を作ったり、簡単な料理を実施。	参加費なし (イベントで材料費など が必要な場合あり)
		毎週火曜日 11:00～15:00	"子育てカフェ"子育て世代を 中心に、お茶を飲みながら集 える居場所。「フードパントリー」 や「子育て用品とりかえっこ会」 も実施。	参加費なし
認知症カフェ リベルテ	福岡プライマリケア 訪問看護ステーション 代表者：熊谷 092-517-6313 (天神山7丁目91番地)	第1土曜日 第3木曜日 10:00～12:00 (祝日休み)	「誰かと話したい」「お茶を飲み たい」「ゆっくり過ごしたい」「相 談したい」「何かしたい」「家族 のことで相談したい」「情報が 欲しい」など誰でも気軽に利用 可。	お茶代 100円/回  相談がある時、必要時、看 護師・保健師・精神保健福 祉士が対応。電話での相 談なども対応可(第1土曜 日、第3木曜日の10時～ 12時)
み・ん・なの 保健室	福岡プライマリケア 訪問看護ステーション 代表者：熊谷 092-517-6313 (天神山7丁目91番地)	毎週土曜日 10:00～15:00 (祝日休み)	「話したい」「相談したい」「学び たい、教えたい」「リラックスし たい」など誰でも気軽に利用可。	参加費なし(お茶はセルフ サービス(100円))  相談がある時、必要時、看 護師・保健師・精神保健福 祉士が対応。電話での相 談なども対応可(土曜日の 10時～15時)
樋口病院 健康教室	樋口病院 代表者：小副川 092-572-0343 (紅葉ヶ丘東1丁目86番地)	土曜日 14:00～15:00 (開催日) 年3回(不定期) ※今年度開催未定	地域の方に健康の事を知って もらいたい、自分で健康になる ように予防を考えてもらいたい ・病院職員が講師として講座 を行う ・医療からの介護予防 ・介護保険の話 ・運動(体力測定)など	参加費無料 参加の年齢制限なし 駐車場有(患者様用パーキ ングをご利用ください。無 料サービス券を差し上げ ます)
いこいカフェ	小規模多機能 さわやか憩いの家 代表者：長野 092-588-3531 (須玖南1丁目91番地)	2か月に1回 奇数月の 最終土曜日 13:30～15:00	地域の方々が自由に参加でき、 お茶を飲みながら他者との交 流ができる場 ・おしゃべり ・セラピューテック・ケア ・ボランティアによる音楽演奏 ・介護相談など	お茶代 100円程度
宅老所こんね	(一社)はるかぜ 宅老所 こんね 092-558-0160 (博多区新和町2丁目2番17)	月曜日～土曜日 9:00～16:30	介護予防となるよう他者との 交流の機会を増やせる場 ・おしゃべり ・カラオケ ・体操 ・脳トレ ・野菜作り(畑で土いじり) ・異世代交流など	1日利用1,500円 半日利用800円 入浴500円 昼食500円 おやつ100円 *送迎は要相談(片道500円)

はじめに

交流・  
居場所介護予防を  
始めましょう

運動施設

生活支援

見守り・  
安全確認支援

外出支援

住まい探し・  
家財整理・  
身元保証など権利擁護の  
相談窓口認知症  
について運転免許  
自主返納  
支援事業消費生活  
センター各種  
関係機関



家族のことや病気・介護のこと  
一人で悩んでいませんか？  
気軽に相談してみませんか？



### みんなの 保健室

病気・看護のご相談

毎週 土曜日 開催  
10:00~15:00  
(祝日休み)

### 認知症予防カフェ リベルテ

認知症や家族のご相談

毎月 第1 土曜日・  
第3 木曜日 開催  
10:00~12:00 (祝日休み)

どなたでも立ち寄ってお茶を飲みながらくつろげるスペースです。  
悩みを相談したり、介護のアドバイスをもらったり、  
訪れた人同士で情報交換をしたり、ちょっぴり息抜きしたり…。  
お気軽にご利用ください！

専門の看護師が対応いたします

ご予約不要

利用料無料

ご相談は、開催時間に下記電話番号、  
メールアドレスからできます。



#### アクセス

- 天神山バス停から徒歩5分 ● 看板が目印



福岡プライムケア  
訪問看護ステーション

お問い合わせ

福岡プライムケア訪問看護ステーション  
福岡県春日市天神山 7-91

TEL: 092-517-6313 (月~土 9:30~18:00)  
日祝は除く  
MAIL: primary@y5.dion.ne.jp



# 介護予防を始めましょう

これからも自分らしくいきいきと生活するために、元気なうちから介護予防をはじめましょう。  
※日程・内容等が変わる場合があります。

## いきいきルーム(いきいきプラザ3階)

TEL 501-1162

指導員が体力や症状に合わせて運動のアドバイスをします。  
ランニングマシン等の運動機器や、短時間のレッスンがあります。※登録・予約必要

対象者	40歳以上の春日市民 (要支援又は要介護認定を受けている方は除く)	利用制限	1回あたり2時間/1週間に3回まで
		料金	65歳以上1回250円 64歳以下1回350円
開室時間	平日 8:30 ~ 17:00 土曜 8:30 ~ 12:00		
休室日	日曜日・祝日・祝振替休日 お盆(8/13~8/15) 年末年始(12/28~1/4)		

## 60歳からの運動教室(会場:いきいきプラザ)

TEL 501-1162

体力に自信がなくなってきたら、教室に参加してみませんか? 1人では運動が続かない方や、運動初心者など、毎年多くの方が運動を始めています。

教室名	運動強度	曜日	時間	対象者	料金
転ばん塾 <small>送迎あり</small>	最も弱い	木	10:00 ~ 12:00	65歳以上 マットでの運動、 床上動作ができない方	1回200円
おたっしゃ塾 <small>送迎あり</small>		火		65歳以上 15分続けて歩くことができない方	
<small>なままる</small> 七〇脳力アップ塾	↑ ↓	火	13:30 ~ 15:00	70歳以上 30分続けて歩くことができない方	1回250円
古希体力アップ塾		木	9:30 ~ 11:00	70歳以上 やや体力に自信のない方	
足腰らくらく		水	13:30 ~ 15:00	60歳以上	
歩行改善		水	9:30 ~ 11:00	60歳以上	
姿勢づくり体操		月	9:30 ~ 11:00	70歳以上	
男性元気アップ	中	土	9:30 ~ 11:00	60歳以上の男性	

※ 要介護の認定を受けている方は対象になりません。運動については担当のケアマネジャーにご相談ください。  
要支援の認定の方は参加できる場合があります。詳しくはお問い合わせください。  
※ 転ばん塾・おたっしゃ塾は通年募集しています。その他の教室は3か月ごとに市報にて募集します。  
※ 転ばん塾・おたっしゃ塾の送迎は、市が認めた方のみが対象です。(有料)

## 元気高齢者の運動教室(会場:総合スポーツセンター)

TEL 571-3234

教室名	運動強度	曜日	時間	対象者	料金
さわやか エクササイズ	強い	水	13:30 ~ 15:00	65歳以上 元気な方	1回 250円
からだリフレッシュ エクササイズ		木	10:00 ~ 11:30		
3か月短期コース		金			
はつらつリズム エクササイズ		金	13:30 ~ 15:00		



※3か月ごとに募集します。詳しくは市報をご覧ください。

## 認知症予防・理解

TEL 584-1111 (高齢課)

認知症について学んだり、脳のトレーニングをしてみませんか。料金は無料、市報にて募集します。

教室名	内容
レッツ!脳活 脳とからだのリフレッシュ教室	脳を活性化するための楽しいレクリエーションや、脳トレーニングなど
リズムで介護予防	合奏、リズム体操、お口の体操など
認知症医療講演会	専門医師による認知症の基礎知識、対応など
認知症サポーター養成講座	認知症の基礎知識や対応方法など 受講者には、認知症サポーターカードを進呈

認知症サポーター養成講座は地域等での開催も可能です。まずは高齢課へご相談ください。

## 運動教室

TEL 584-1111 (高齢課)

運動を始めるきっかけづくりに、教室に参加してみませんか。料金は無料、市報にて募集します。

教室名	対象者	内容
フレイル予防教室	65歳以上	フレイルとは、簡単なフレイルチェック、予防方法(お口、栄養、運動など)
はつらつ運動教室	65歳以上	動きやすい体づくりのためのストレッチやトレーニングなど
しあわせ健康教室(※)	75歳以上	保健師による健康チェック、運動指導士による講話・実技など

※印の教室のみお問い合わせ先は健康課(TEL 501-1134)

## 老人福祉センターナギの木苑

TEL 595-0513

季節の行事や趣味のサークル、ボランティアの演奏会や皆で歌う「うたごえの日」などの楽しいイベントがある市民憩いの施設です。入浴施設もあります。

開館時間	入苑料	休館日
火～金曜日 / 9:00～17:00 (入浴は10:00～16:30) 土・日曜日 / 9:00～19:00 (入浴は10:00～18:30)	60歳以上(市民) / 100円 障がい者・小学生(市民) / 100円 その他(市民) / 200円	毎週月曜日・ 毎月第3火曜日・祝日・ 年末年始(12/28～1/4)

## 地域での介護予防

お住まいの地区公民館等でも、各種介護予防教室や住民同士の集まりの場などがあります。各公民館へお問い合わせください。

事業・団体	内容
講師派遣事業・地域リハビリテーション活動支援事業	高齢者の集いの場(ふれあい・いきいきサロンやシニアクラブなど)に専門の講師を派遣し、介護予防教室の開催を支援しています。
シニアクラブ	市内29地区にシニアクラブがあり、グラウンド・ゴルフや地域のボランティア活動の他、旅行や演芸大会のイベントなど多くの高齢者が元気に活動しています。

## ボランティア養成講座

TEL 584-1111 (高齢課)

自分の生きがいや健康づくりのために、助けを必要としている誰かのために、ボランティア活動を始めてみませんか。参加は無料、市報にて募集します。

講座名	内容
まごころ訪問事業サポーター養成講座	掃除や買物、洗濯などの簡単な家事支援を行う有償のボランティアを養成する講座
はつらつボランティア養成講座(※)	ナギの木苑での教室やイベントのお手伝いをするボランティアを養成する講座(レクリエーション中心)
運動ボランティア養成講座(※)	介護予防教室(運動)をサポートするボランティアを養成する講座(運動の基礎、サポート方法)

※印の講座を受講した方は、「介護予防ボランティアポイント制度」を活用することができます。詳しくは高齢課へお問い合わせください。

はじめに

交流・居場所

介護予防を始めましょう

運動施設

生活支援

見守り・安否確認支援

外出支援

住まい探し・家財整理・身元保証など

権利擁護の相談窓口

認知症について

運転免許返納・目上送納・まごころ駐車場

消費生活センター

各種関係機関

	名称	連絡先 (所在地)	対象者	利用料	開館時間	ジム	レッ スン	プール	その他
公共施設	春日市総合 スポーツ センター	092-571- 3234  (大谷6-28)	制限なし	【トレーニング室】 平日午前65歳以上 220円 (2時間) 【温水プール】 65歳以上1回220円 (2時間) ※その他各種料金あり	体育館9:00~22:00 温水プール9:00~21:30 屋外施設9:00~21:00 休館日:第3月曜日 (祝日の場合は翌営業日)、 12/28~1/4 (温水プールは毎週月曜 日、12/25~1/4が休館)	○	○	○	テニス コート 卓球場 武道場 射場 など
	クローバー プラザ	092-584- 1212  (原町3-1-7)	制限なし	【トレーニング室】 65歳以上無料 (2時間) 【温水プール】 65歳以上無料 (2時間) ※その他各種料金あり ※ロッカー代100円 は別途必要	平日・土曜日 9:00~21:00 日曜日・祝日 9:00~17:00 休館日:月曜日 (祝日の場合は翌営業日)、 8/13~8/15、12/28~1/4 ※第4月曜日は開館	○	○	○	卓球室 アーチェ リー場 など
民間施設	スポーツ クラブ&スパ ルネサンス 春日24	092-588- 3500  (春日7-60)	15歳 以上	【初期費用】 ・入会金3,300円 ・事務手数料6,050円 ・月会費2か月分(利用 開始日により異なる) ※月会費各種設定あり	24時間営業 (各エリア別利用可能時間あり) 有人営業時間 (フロント・電話受付終了時間) 月~木曜日 11:00~22:00(21:00) 土曜日 11:00~20:00(19:00) 日曜日・祝日 11:00~18:00(17:00) 休館日:金曜・年末年始他	○	○	○	テニス コート 温浴施 設
	エニタイム フィットネス フォレスト シティ春日店	092-558- 0397  (星見ヶ丘 1-77アクロ スプラザ春 日南1F)	制限なし	【初期費用】 ・セキュリティキー代 5,500円 ・月会費7,500円 (申込時期等により 異なる)	24時間営業 スタッフアワー 10:00~19:00 ※水・金曜日は ノースタッフデイ	○	-	-	-
	Trainer's room B'evo (トレーナーズ ルーム ビーボ)	092-982- 4605  (昇町1-79 エクセレン ト野上1F)	制限なし	月通い放題(要予約): 6,000円/月 ※その他各種料金 設定あり	9:00~23:00 定休日:日曜日・祝日	○	-	-	-
	カーブス 福岡春日	092-589- 3089  (下白水北 4-87岩田屋 春日サロン 2F)	女性専用	※月会費はコースに よって異なる	平日10:00~19:00 (13:00~15:00は クローズ) 土曜日10:00~13:00 定休日:日曜日・祝日	○	-	-	-

はじめに

交流・  
居場所介護予防を  
始めましょう

運動施設

生活支援

見守り・  
安全確認支援

外出支援

住まい探し・  
家財整理・  
身元保証など権利擁護の  
相談窓口認知症  
について運転免許証  
自主返納  
まごころ駐車場消費生活  
センター各種  
関係機関

＼これからの生活…こんなお悩みありませんか？／

- 子どもは家を出ていて実家には戻らないと言っている
- 相続人がいない・複数人いて相続時にもめないか心配
- 介護や入院にまとまった資金が必要になった
- 年金だけで生活できるか不安がある

# ハウス・リースバックなら 住みながら住まいを 売却できる!

✓老後の生活資金に    ✓資金の確保に    ✓ローンの返済に



ハウス・リースバックとは

お客様が所有されているお家をハウズドゥが買い取ります。お客様は売却後にリース契約をし、ハウズドゥへ家賃を払う形で、そのまま今までのお家に住み続けることが可能なシステムです。

**POINT!** ・誰にも知られず一括現金化! ・ローンの残債があっても対応可能

## ハウス・リースバックの流れ

## ご相談・査定は無料です!



まずは、お気軽にお問い合わせください!

**もちろん  
直接買取も承ります!**

「住み替え先が決まっている」  
「スピーディーな現金化を求めている」など、  
様々なご事情に対応いたします!



住まいのすべてを、スマートに。  
**HOUSEDO**

ハウズドゥ  
春日白水公園前  
運営:株式会社みらい

ハウズドゥ  
春日白水公園前の  
HPはコチラ!

通話無料 ☎ **0120-54-8080**

〒816-0847 春日市大土居1丁目123番地  
営業時間 10:00~19:00 定休日 水曜日

☎092-581-8888  
福岡県知事(1)第18997号





## 食事の宅配サービス

### 春日市高齢者福祉サービス 配食サービス事業

南地域包括支援センター 092-595-8188 北地域包括支援センター 092-589-6227 東地域包括支援センター 092-404-0310

申込方法 地域包括支援センターに電話

#### 利用料

●普通食 425円/食

#### 利用日

365日年中無休対応可

#### 支払方法

●口座引き落とし ●現金払い



●市が利用を認めた方に限る ●おかゆ、キザミ対応可 ●毎回安否確認(原則手渡し、声かけ)  
●変更、キャンセルの連絡は8:30~17:00までに社会福祉協議会(581-7225)に連絡 ●利用者の体調変化を報告(包括、市)

### エフコープ生活協同組合

組合員サービスセンター 0120-41-0120

申込方法 電話(初回は対面での申込書登録が必要)  
受付時間 9:00~18:00(月曜日~金曜日) 祝日も受付可

#### 利用料

●こだわりおかずコース・ボリュームおかずコース(各5日分) 3,400円  
●おかずコース(5日分) 2,930円  
●お弁当コース(5日分) 2,770円

#### 利用日

月曜日~金曜日

#### 支払方法

●口座振替のみ



●組合員対象(組合員でない方は出資金1,000円で利用可) ●夕食宅配 ●配送料込  
●配達時間の指定不可 ●5日単位での注文 ●1日単位での注文は不可  
●個数変更や中止する場合は、前週の火曜日18:00までに連絡※入院等の緊急時は週の途中でも中止可

### メディミール福岡店

092-600-9273

申込方法 電話  
受付時間 7:00~21:00

#### 利用料

●普通食 550円/食 ●たんぱく質&塩分制限食 790円/食  
●カロリー制限食 740円/食 ●ムース食 650円/食

#### 利用日

毎日(1/1、お盆の期間除く)

#### 支払方法

●口座振替 ●振込  
●毎回現金 ●月末まとめ払い

※ご飯が必要な場合は+50円/食



●配達エリア:春日市北部(他のエリアは要相談) ●基本的にお弁当は対面で手渡し ●注文の翌日から配達可 ●配達無料  
●昼食のみ、夕食のみ、昼と夕両方、のいずれか指定可能 ●アレルギー、刻み食、おかゆ等の相談可  
●お弁当屋の1分間サービス(電子レンジでのお弁当の温め、服薬の声掛け、電球交換、ゴミ出しなど)  
●見守り弁当(バイタルデータが取得できるスマートバンドの貸出)弁当代+2,200/月 訪問時に配達員がデータを取得し、家族等にアプリで共有  
※月に30食以上注文がある方には無料で貸出  
端末のみのレンタルも可(レンタル料2,200/月)

### タイハイファミリーセット

お客様センター 0120-996-181

申込方法 電話かインターネットにて会員登録(入会金・年会費無料)のうえ注文  
受付時間 9:00~17:00(土日祝日を除く)

#### 利用料

●たのしみ御膳(5食セット) 3,980円  
●やわらか食(5食セット) 3,430円  
●ムース食(5食セット) 3,370円  
●ヘルシー御膳(おかず5食セット) 3,680円

#### 利用日

毎日 8:00~21:00  
・注文から5日以降で指定でき、最短5日でお届け(営業日ベース)

#### 支払方法

●代金引換  
●クレジットカード  
(インターネット注文のみ)



●ヤマト宅急便の冷凍クール便でまとめて配達 ●キャンセルはお届け日の5日前まで(営業日ベース)  
●主食付き・おかずのみあり(ヘルシー御膳) ●別途送料の負担あり(冷凍商品税込5,400円以上で送料無料)

はじめに

交流・  
居場所介護予防を  
始めましょう

運動施設

生活支援

見守り・  
安否確認支援

外出支援

住まい探し・  
家財整理・  
身元保証など権利擁護の  
相談窓口認知症  
について運転免許証  
自主返納・  
まごの居場所消費生活  
センター各種  
関係機関

## 宅配クック123



福岡筑紫野店  
092-925-5155

申込方法 電話  
受付時間 9:00~18:00

### 利用料

●普通食 594円/食 ●おかずのみ 540円/食 毎日(1/1~1/3を除く) ●現金払い(週払い・月払い) ●振込 ●口座振替



●おかゆ、キザミ食にも無料に対応可 ●その他配食内容あり ●配達料無料(春日市全域) ●1食からでも配達可  
●安否確認(原則手渡し、声かけ) ●都合の良い日を指定可 ●土日祝日も配達可  
●前日夕方までのご注文で翌日よりお届け可 ●試食あり(無料)

### 利用日

### 支払方法

## 配食のふれ愛



那珂川店  
092-408-5176

申込方法 電話またはFAX(092-408-5177)  
受付時間 9:00~18:00

### 利用料

●普通食 おかずのみ 496円/食 おかずとごはん 561円/食  
●やわらか食  
●ふれ愛小町 410円/食  
●小町(大) 486円/食



●注文の翌日から配達可 ●昼食のみ、夕食のみ、昼と夕両方、のいずれか指定可 ●おかゆ、きざみ、一口大など希望可  
●無料安否確認サービス(弁当の注文がない日でも、有料の安否確認サービスあり(275円=1回分) ●二次元コードを使った安否確認サービスあり(無料、弁当配達時にメール通知) ●カロリー調整食、たんぱく調整食、ムース食あり

### 利用日

月曜日~土曜日(1/1~1/3を除く)

### 支払方法

●現金払い(毎回・月末)  
●振込 ●口座振替

## まごころ弁当 春日店



092-585-6097

申込方法 電話またはFAX(092-404-4453)  
受付時間 10:00~18:00

### 利用料

●まごころ小町 430円/食  
●まごころ小町(大) 482円/食  
●普通食 おかずのみ 496円/食 セット 550円/食  
●カロリー調整食 820円/食~ ●たんぱく調整食 950円/食~  
●ムース食 691円/食~



●注文の翌日から配達可 ●昼食のみ、夕食のみ、昼と夕両方、のいずれか指定可  
●アレルギー、きざみ食、おかゆにも無料に対応 ●1度だけ、1食だけの注文も可(要相談) ●無料安否確認サービス  
●安否報告サービス(メールで報告) ●弁当の注文がない日でも、有料の安否確認サービスあり  
●初回1食無料でお試し可 ●3分間無料サービス(ゴミ捨て、電球交換、軽作業など) ●配達エリア春日市全域対応

### 利用日

毎日(1/1を除く)

### 支払方法

●現金払い(毎回・月末)  
●振込  
●口座振替

## まごころ弁当 福岡中央店



092-555-5579

申込方法 電話またはFAX(名前・住所・電話番号)  
受付時間 9:00~16:00(月曜日~金曜日)

### 利用料

★普通食 550円/食 ●ムース食 648円/食~  
★おかずのみ 496円/食 ●たんぱく食 822円/食~  
★まごころ小町 420円/食 ●カロリー調整食 772円/食~



●その他配食内容あり ●注文の翌日から配達開始 ●注文キャンセルは前日(平日)の16:30まで  
●安否確認も可(注文なしでも、有料にて安否確認の見守りあり)  
※試食あり(無料) ★マークは注文が多い人気メニュー

### 利用日

月曜日~土曜日  
(1/1~1/3を除く)

### 支払方法

●毎回現金  
●振込  
●月末まとめ払い

はじめに

交流・  
居場所

介護予防を  
始めましょう

運動施設

生活支援

見守り・  
安否確認支援

外出支援

住まい探し・  
家財整理など  
身元保証など

権利擁護の  
相談窓口

認知症  
について

運転免許証  
自主返納・  
まごころ駐車場

消費生活  
センター

各種  
関係機関

## ワタミの宅食



受付センター  
0120-191-950

申込方法 利用日の前週の水曜日までに電話・メール・インターネットにて注文  
受付時間 9:00~18:00

### 利用料

- まごころ御膳(5日分) 2,900円
- まごころおかず(5日分) 3,080円
- まごころ手鞠(5日分) 2,450円
- まごころ小箱(5日分) 2,450円

### 利用日

毎日(お弁当の休み:12/31・1/1~1/3)  
※大晦日はおせちのお届けあり

### 支払方法

- 1週間単位で前金にて集金
- 口座振替
- クレジットカード



- 7日間コースあり
- 週1回からOK
- 毎日同じスタッフがお届けするため、異変を感じた際には指定の緊急連絡先などに連絡

## ライフデリ博多店



092-710-0345

申込方法 電話  
受付時間 9:00~18:00

### 利用料

- 普通食 おかずのみ 550円/食  
ごはんセット 600円/食
- カロリー調整食 昼夕食 おかずのみ 745円/食  
フルセット 795円/食
- 朝食 おかずのみ 550円/食  
パン・ドリンクセット 250円/食

### 利用日

毎日(年中無休)

### 支払方法

- 現金払い(月末まとめ払い)
- 振込
- 口座振替



- 注文は配達日の前日の18:00までに店舗に連絡
- ごはん大盛+60円、お粥無料、刻み食+60円に対応
- 治療食対応可(透析食、腎臓食、ムース食)
- 月1回利用から対応可
- キャンセルは前日の18:00までに連絡

## 宅食ライフ 福岡南店



092-558-7242

申込方法 電話またはFAX(092-558-7241) LINE(@932nviao)  
受付時間 9:00~18:00

### 利用料

- 普通食 おかずのみ 486円/食・おかずとごはん 540円/食
- 宅食小町(低カロリー・低塩分) 小町 400円/食・小町(大) 432円/食
- カロリー調整食 おかずのみ 770円/食・おかずとごはん 820円/食
- たんぱく調整食 おかずのみ 770円/食・おかずとごはん 820円/食  
おかずとたんぱく調整ごはん 920円/食
- ムース食 おかずのみ 640円/食・おかずとごはん 700円/食

### 利用日

日曜日(年始(1/1~1/3)休み)

### 支払方法

- 毎回現金払い
- 振込
- 月末まとめ払い
- 口座振替(自動引落)



- おかゆ、とろみ、さざみ食にも無料に対応
- お弁当屋の3分間サービス(服薬の声掛け、電球交換、門の施錠等)
- 見守りサービス ※初回1食試食あり(無料)

## コッペリア



0120-17-4931

申込方法 電話、インターネットにて注文  
受付時間 8:00~18:00(月曜日~土曜日) 祝日休

### 利用料

- 孫の手弁当(高齢者向け・減塩) 570円/食
  - 我が家の食卓便 610円/食
- ※ご飯が必要な場合は+90円/食

### 利用日

月曜日~土曜日(祝日休)

### 支払方法

- 現金払い
- 自動引き落とし(福岡銀行・ゆうちょ銀行)



- 1日1食の宅配
- お弁当は自社厨房で手作り
- 配達料込
- 安心留守番ボックス(保冷)出しで、不在時も安心

はじめに

交流・  
居場所

介護予防を  
始めましょう

運動施設

生活支援

見守り・  
安全確認支援

外出支援

住まい探し・  
家財整理・  
身元保証など

権利擁護の  
相談窓口

認知症  
について

運転免許証  
自主返納・  
まごころ駐車場

消費生活  
センター

各種  
関係機関





## 家事支援

介護保険のサービスでは対応できないちょっとした日常生活の困りごとに対して、支援をしている事業所や団体、自治会による助け合いの取組についての情報です。

### 松ヶ丘くらしサポート隊

松ヶ丘公民館 **092-595-0686** **対象者** 地区住民で65歳以上、障がいがあり自力で解決できない方(家族支援なしの方) **利用日時** 要相談 **利用料** 15分100円/30分200円

**サービス内容** ●電球交換・荷物の移動・枝切り・布団干し・買い物・窓拭き・灯油入れ・ごみ出しなど軽作業

**その他** ●30分以内でできる軽作業が基本

### 塚原台ボランティア部会生活支援

塚原台公民館 **092-595-0340** **対象者** 地区住民で75歳以上の一人暮らし、二人暮らしの高齢者世帯 **利用日時** 要相談 **利用料** 500円

**サービス内容** ●電球の取替え・物の移動・庭木の簡単な剪定、草刈、草取り支援・清掃・ごみ出し・相談支援

**その他** ●1時間以内でできる作業が基本

### ちくし台おうち・おてつだい

ちくし台公民館 **092-582-7254** **対象者** 地区住民の高齢者 **利用日時** 要相談 **利用料** 60分500円、ごみ出し1回150円

**サービス内容** ●日常生活の困りごと支援(ごみ出し・買い物・外出支援・話し相手・悩みごと、困りごとの相談など)

**その他** ●定期的な支援も相談可 ●上記連絡先不通の場合は鷹取(090-1367-6200)まで

### 惣利互近助ボランティア

惣利公民館 **092-595-1705** **対象者** 80歳以上 **利用日時** 要相談 **利用料** 要確認

**サービス内容** ●電球や蛍光灯の取替え・電化製品等、重たい物の移動・庭木の簡単な剪定・草刈り・ごみ出し・清掃・洗濯物干し・相談事等の話し相手など

**その他** ●ちょっとしたお手伝いとして軽作業が基本

### (福)春日市社会福祉協議会 おたすけサービス

かすがボランティアセンター担当 **092-501-1136** **対象者** 一人暮らし、高齢者世帯、障がい者世帯、妊産婦など **利用日時** 月曜日～金曜日(祝日・年末年始を除く)8:30～17:00 **利用料** 1時間500円/15分200円、日常のごみ出し1回150円 ※福祉会費1,200円(年度)が必要

**サービス内容** ●調理の下ごしらえ・買い物・掃除・洗濯・荷物の整理整頓・日常のごみ出し・不燃物等のごみ出し・話し相手など

**その他** ●サポーター1人あたりの料金 ●サービス利用希望の10日前までに連絡必要 ●介護保険を利用している方は同じサービスは利用不可 ●利用回数は基本的に週1回(月1回、年に数回の利用も可)

### (公社)春日市シルバー人材センター 福祉・家事援助サービス

月曜日～金曜日8:30～17:00 \*祝日、年末年始を除く **092-596-1826** **対象者** 制限なし **利用日時** 月曜日～金曜日(平日以外は要相談) **利用料** 見積もりで決定

**サービス内容** ●掃除・洗濯・買い物・食事作り・身の回りの世話・話し相手など

**その他** ●体力的に無理な仕事は受託不可能な場合あり

はじめに

交流・居場所

介護予防を始めるまじょう

運動施設

生活支援

見守り・安否確認支援

外出支援

住まい探し・家財整理・身元保証など

権利擁護の相談窓口

認知症について

運転免許自主返納・まじょう駐車場

消費生活センター

各種関係機関

## (特非) 小さな家処々 暮らしのサポート



代表者: 柴山 幸枝

092-589-3206

対象者 制限なし

利用日時 月曜日～日曜日8:00～18:00(18:00以降は特別料金で対応)

利用料 1時間1,800円 時間延長30分毎に900円 時間外、日曜日などは特別料金で1時間2,700円

サービス内容 ●調理・買い物・掃除・洗濯・荷物の整理・室内の整理など

その他 ●サポーター1人あたりの料金 ●年間登録料2,000円必要

## 生活おたすけたんぽぽの会



たんぽぽの会代表者: 津崎

080-4274-8487

対象者 支援が必要な方(病弱、障がいがある方、共働き、児童のいる家庭など)

利用日時 月曜日～金曜日(祝日除く)9:00～17:00

利用料 1時間1人700円  
※草取りは1時間800円

サービス内容 ●調理・買い物・掃除・洗濯・話相手・草取りなど

その他 ●1時間以内の支援活動 ●平日以外の支援に対しては要相談 ●交通費が必要な場合あり

## 九州電力くらしサポート



平日9:00～17:00

0120-879-570

対象者 制限なし 利用日時 シルバー人材センターと提携調整により利用日決定

利用料 シルバー人材センターに直接支払(金額は見積もりで決定)

サービス内容 ●部屋の掃除・布団干し・子どもの世話など

その他 ●シルバー人材センターの判断によりサービスを提供できない場合あり

## (福) グリーンコープ 生活応援事業



ふくしサービスセンターゆうゆう

092-923-8606

月曜日～金曜日(祝日含む)  
9:00～17:00

対象者 助けを必要とされる方 利用日時 希望の日時に合わせて調整

利用料 サービス料金は全額自己負担 平日2,200円、祝日2,860円

サービス内容 ●食事作り・洗濯・掃除・買い物・入院中の洗濯など

その他 ●別途、交通費500円が必要

## 西部ガスヒナタくらしサービス家事サポート



9:00～17:45(年末年始を除く)

0120-783-110

対象者 制限なし 利用日時 希望の日時に合わせて調整

利用料 定期利用 1時間3,630円(1回3時間～) スポット利用 13,200円～(1回3時間～)

サービス内容 ●掃除・食事作り・買い物

その他 ●定期利用は3ヶ月以上の契約が必要 ●交通費として1人1日920円必要  
●稼働エリア: 春日市の西鉄電車、JRの駅近郊

## 生協エフコープ ふれあいサービス



介護サービス春日ふれあいサービス

092-572-0084

月曜日～金曜日  
10:00～16:00

利用日時 訪問、契約後利用日が決定

利用料 平日1時間 2,050円+交通費150円～  
土・日1時間 2,215円+交通費150円～  
年末年始1時間 2,985円+交通費150円～

サービス内容 ●食事・洗濯・排泄などの介助・掃除・洗濯・調理などの援助・安否確認や安全確認・話相手・見守り・家事支援サービス(買い物・布団干し・ごみ捨て・古新聞などの処理・公共料金などのお支払い・留守番・宅配物の受け取りなど)

その他 ●組合員でない場合加入必要出資金1,000円 ※サービス提供中に駐車料金が発生した場合は実費請求あり  
※買い物代行は、1km20円必要

はじめに

交流・  
居場所

介護予防を  
始めましょう

運動施設

生活支援

見守り・  
安否確認支援

外出支援

住まい探し・  
家財整理・  
身元保証など

権利擁護の  
相談窓口

認知症  
について

運転免許証  
自主返納・  
まごころ駐車場

消費生活  
センター

各種  
関係機関

## (特非)ふれあいネット春日



代表者:宮崎 勉

092-593-1130

対象者

高齢者や障がいがある方などお困りの方

利用日時

月曜日～金曜日(祝日を除く)

利用料

事前に現地調査のうえ見積りで決定

サービス内容

●高齢者、障がい者等の住宅に関する支援(剪定・除草・消毒・屋内外掃除・網戸等の修理)

## (有)福博家政婦紹介所



福岡市南区塩原 9:00～18:00

092-541-7753

対象者

お困りの方

利用日時

月曜日～日曜日 年中無休24時間対応

利用料

1時間1,725円 18:00以降は1,955円/身体介護(入浴等)1時間1,955円

サービス内容

●家事一般・子どもの世話・高齢者の介助・病人の世話・ペットの世話など

## (株)白鷺印刷御用聞きサービス係



代表者:松尾 美枝

080-5271-9429

対象者

お困りの方

利用日時

打合せ時に希望の日時を調整

利用料

見積りで決定

サービス内容

●引越しの手伝い、家具の移動、部屋の掃除、家財整理・処分 ●庭の草刈り・手入れ・枝切り ●倉庫の整理  
●病院受診時のサポート ●ペットの世話 ●買い物代行 など

その他

女性の方も気軽にご相談ください(担当窓口が女性)

## (株)あさひエコサポート 片付け便利屋 あさひ



092-592-7153

対象者

制限なし

利用日時

月曜日～金曜日(祝日を除く)9時～17時

利用料

スタッフ1名1時間3,300円 出張料1名2,200円

サービス内容

●部屋の片づけ・整理 ●家具の移動・組立、分解 ●日曜大工仕事 など

その他

見積り無料

## 麻生介護の生活お助けサービス



月曜日～金曜日 9:00～18:00

0120-550-048

対象者

お困りの方

利用日時

毎日8:00～22:00(12/30～1/3を除く)

利用料

各種サービスごとに料金設定あり

サービス内容

●家事代行サービス(掃除、調理、買い物) ●その他便利サービス(襪や畳の張替え、ペットの世話など)  
●外出支援(病院付き添いなど) ●入退院時のお手伝い ●高齢者支援見守り  
●入所時の引っ越しお手伝い

その他

介護保険でできないことも対応可(無料で見積り)

## (株)リックメンテナンスネットワークすまいるサービス



0120-58-0892

利用日時

月曜日～金曜日(祝日・年末年始休暇時除く)10時～17時

利用料

①各種サービスごとの料金設定あり ※利用料金とは別に交通費が一律900円かかります  
②現地調査のうえ見積りで決定  
③各種用具ごとに料金設定あり

対象者

制限なし

サービス内容

①家事代行サービス全般(草刈り・簡単な剪定、灯油など必需品の配達、掃除・調理・買い物等の代行)  
②家屋解体・リフォーム・小規模修繕全般  
③介護保険を利用した福祉用具レンタル・販売

はじめに

交流・  
居場所

介護予防を  
始めましょう

運動施設

生活支援

見守り・  
安否確認支援

外出支援

住まい探し・  
家財整理・  
身元保証など

権利擁護の  
相談窓口

認知症  
について

運転免許  
自主返納・  
まごころ駐車場

消費生活  
センター

各種  
関係機関

# 訪問理美容

介護や心身の事情等を理由に美容室に行くことができない方を対象に、出張してカットやカラーなどを提供するサービスです。

## 訪問理美容・福祉サービス～なごみの花～

☎ **090-3010-3814** 受付時間 9時～19時45分 予約時間 7時～23時45分  
**092-558-3814** 営業日 月曜日～日曜日 定休日 年末年始

内容	料金
カット、シャンプー、ブロー、パーマ、ポイントパーマ カラー、ポイントカラー、顔そり	新規の方のみ カット2,500円+出張費550円 *タイムサービス*時間帯は事業所に要確認 カット2,750円+出張費550円
<b>その他</b> ●キャンペーンなど含めて個別の料金相談の受付●予約日、時間帯の相談可●車イスの方の受付可(出張訪問理美容専用の車イスも別途用意あり) ●寝たままの姿勢での対応可●介護者の「髪のこと」も相談可●床屋、美容室へ介護の付き添いで行けない方等、「髪のこと」の相談可	

## 出張理美容協会

☎ **092-791-1476** 受付時間 9時～18時  
 営業日 月曜日～日曜日 定休日 不定休

内容	料金
カット、シャンプー、ブロー、パーマ、カラー、顔そり	カット3,600円+交通費500円
<b>その他</b> ●移動式シャンプー台持参(お湯と電気のみお借りします)●寝たきりの方、車イスの方も対応可	

## 日本ソフィアライフ

☎ **092-738-8282** 受付時間 10時～18時  
 営業日 月曜日～土曜日 定休日 日祝日、4/28～5/6、8/13～8/15、12/31～1/3

内容	料金
カット、シャンプー、ブロー、パーマ、カラー、顔そり	カット1,800円+出張費1,000円
<b>その他</b> ●寝たままのカット対応可●車イスの方も対応可●外出が困難な高齢者、身体に障がいがある方も対応可	

## 訪問理美容teto

☎ **092-408-4330** 受付時間 8時30分～17時30分  
 営業日 月曜日～日曜日 定休日 12/31～1/4

内容	料金
カット、シャンプー、ブロー、パーマ、カラー、顔そり	カット3,300円+訪問費1,650円
<b>その他</b> ●室内での対応可●寝たきりの方、車イスの方も対応可●ホームページあり●祝日対応可●ベッド上での施術は+550円	

## 「髪人」

☎ **0120-218-800** 受付時間 9時～17時30分  
 営業日 月曜日～土曜日 定休日 日祝日

内容	料金
カット、シャンプー、ブロー、パーマ、カラー、顔そり	カット3,800円+出張費1,000～2,000円(距離によって変動あり)
<b>その他</b> ●利用日、時間帯は要相談*日曜日にも対応可能な場合あり(要相談)●室内2畳程のスペースで対応 ●寝たきりの方、車イスの方も対応可(必ず立合いが必要)●寝たきりの方プラス料金あり(+1,000円)	

## 訪問理美容 カナ

☎ **092-692-0167** 受付時間 9時～18時  
 営業日 月曜日～日曜日 定休日 1/1～1/3

内容	料金
カット、シャンプー、ブロー、パーマ、カラー、顔そり	カット2,900円(出張費込み)
<b>その他</b> ●室内での対応可●寝たきりの方、車イスの方も対応可●顔そりは電気シェーバー、フェイスシェーバー等の簡易的なもので実施	

はじめに

交流・  
居場所

介護予防を  
始めましょう

運動施設

生活支援

見守り・  
安否確認支援

外出支援

住まい探し・  
家財整理・  
身元保証など

権利擁護の  
相談窓口

認知症  
について

運転免許証  
自主返納  
まじな駐車場

消費生活  
センター

各種  
関係機関

## 見守り・安否確認サービス

名称	連絡先	利用料金	サービス内容	その他
春日市 高齢者福祉 サービス おたすけ コール	南地域包括 支援センター 092-595- 8188  北地域包括 支援センター 092-589- 6227	・介護保険料第1～3段階 月350円 ・介護保険料第4～13段階 月700円 ・ヘルパー派遣(1回あたり) (1人に対応)540円 (2人に対応)750円 ※別途設置費用がかかる 場合があります	・急病や事故などの緊急時にボタン を押すことにより受信センターへ通 報される装置を貸与 ・通報時の状況に応じて、ヘルパー の派遣または救急搬送の手配を行 う ・月1回のお元気コールや年に1回は 訪問をして利用者の状況を確認 ・相談にも対応	・利用するには一定の条 件あり ・原則、要介護認定があ る方は利用不可 
春日市 高齢者福祉 サービス みまもり コール	東地域包括 支援センター 092-404- 0310  (受付時間) 月曜日～ 金曜日 8:30～ 17:00	・介護保険料第1～3段階 月500円 ・介護保険料第4～13段階 月1,000円 ・ヘルパー派遣(1回あたり) (1人に対応)540円 (2人に対応)750円	・固定電話や携帯電話を利用して、定 期的(上限1日1回)に安否確認(体 調や服薬の確認など)を行う ・一定期間連絡が取れない場合や通 報があった場合、状況に応じてヘル パーの派遣または救急搬送の手配 を行う ・年1回は訪問して利用者の状況を 確認 ・相談にも対応	・利用するには一定の条 件あり
認知症 高齢者等 事前登録 制度	春日市高齢課 092-584- 1111	無し	・認知症などにより行方不明になる 可能性がある高齢者が、行方不明 になった場合に早期発見・保護がで きるよう、事前に身体的特徴や写真 等を市へ登録しておく ・行方不明時には、春日市総合情報 メールやLINE等により目撃情報や 捜索の協力を依頼(事前に警察署へ の行方不明届が必要)	・登録者には登録番号付 きの「見守りオレンジシール」を交付(20枚)。靴や 杖などに貼ってもらい、 実際に行方不明になった 場合の本人特定の手が かりとして活用 
(有) ペアレント 親援隊	092-588- 1234	・装置設置および撤去 各4,000円  月基本料3,000円 + かけつけ料金・時間帯による	・ボタンを押せば相談や自宅への緊 急かけつけが可能。必要に応じて ご家族への連絡を行う。緊急搬送 の手配なども含め介護・福祉の専門 員が行う ・24時間365日対応	・介護保険対象外の方も 利用可能
オーセン ティック ジャパン HITO COCO	(コールセン ター) 0570-050- 556	[機器貸与の場合] レンタル料 1,078円/月～	・子ども～高齢者まで対応 ・見守り機能:子機が離れたら、親機が 警告(音・振動)さらに、10m程度～ 100m程度の5段階で見守り範囲を 設定可能 ・電波飛距離は、見通しの良い場所 で直径1km～2km。障害物の多い 住宅街では直径500m程 ・外出中に道に迷うおそれがある方に便利	・介護保険対象(個人負 担レンタル料月数百円) ・コールセンターから代 理店の紹介あり

はじめに

交流・  
居場所介護予防を  
始めましょう

運動施設

生活支援

見守り・  
安否確認支援

外出支援

住まい探し・  
家財整理・  
身元保証など権利擁護の  
相談窓口認知症  
について運転免許証  
自主返納・  
高齢者駐車場消費生活  
センター各種  
関係機関

名称	連絡先	利用料金	サービス内容	その他
春日・大野城・那珂川消防本部 NET119	TEL:092-584-1190 FAX:092-584-1240 Mail:keibou@kon119.or.jp	通信費用のみ	・聴覚や発語に障がいがある人、音声の聞き取りが難しい人、音声での119番通報が困難な人のために、スマートフォンや携帯電話のインターネット接続機能を利用して、簡単な操作で119番通報を可能とするサービス	・障がい者手帳の交付を受けていない人も登録可能 ・事前申込みが必要
家財整理相談窓口 見まもっTELプラス	サポートデスク 0120-240-343 (平日9:00～18:00)	初回登録料11,000円 月額1,650円	・安否確認の電話を自動音声で連絡し、確認した健康状態をメールで家族等に報告するサービス ・希望の曜日、時間帯(指定時間内)に電話連絡 ①週2回、音声ガイダンスの電話が入る ②ガイダンスに合わせてボタンを押す(元気でず・具合が悪いです) ③指定連絡先に結果メールが届く	・支払条件については問い合わせ必要 ・原状回復・事故対応費用の補償限度額100万円まで(居室内での不慮の事故による原状回復・事故対応費用を補償。事故対応費用の支払い先は、対応業者(借主様、管理会社様等)に支払う) 【サービス特典】 家財(遺品)整理の際に必要な費用の事前見積りを無料で実施します(要事前申込み)
九州電力親孝行サポート	0120-879-570 (平日9:00～17:00)	定期訪問 2,420円/月 定期電話(固定) 990円/月 定期電話(携帯)1,210円/月 ※クレジット払いのみ	・定期訪問月1回 ・定期電話月1回 ※指定先(親の家など)に月1回定期訪問か定期電話で得た近況報告を契約者に報告(聞き取り内容:①体調②食事、睡眠③外出状況④困りごと⑤近況(写真))	・利用条件あり(九州電力と電気の契約が必要など)
九州電力みまもりサポート	0120-879-570 (平日9:00～17:00)	月550円 ※クレジット払いのみ	・ひとり住まいの親を毎日の電気使用量の変化で見守り、電気の使用状況が普段と異なったときに家族に知らせる	・利用条件あり(九州電力と電気の契約が必要、スマートメーターの設置など) ・365日24時間対応
西部ガスリビング「みまもりさん&かけつけさん」緊急通報・安否確認	0120-987-567	初期登録費 11,000円 緊急通報サービス 2,420円/月 緊急通報 + ライフリズムみまもりサービス 4,180円/月	・緊急通報サービス:家庭内事故や体調の急変、不審者の気配を感じたときなど、何かあったときにボタンを押せば緊急対応員がいつでもかけつける。必要に応じて警察や消防へ通報するなど、安心対応を行う ・ライフリズムみまもりサービス:在宅中、トイレのドアなどの開閉が一定時間ない場合、異常と判断し、緊急対応員がすぐにかける安心サービス。一人暮らしの方の安全を見守る	・かけつけ対応 ・協力員不要 ・鍵預かり可 ・年齢制限なし ・固定電話の回線必要 ・機器は無料で貸出し

はじめに

交流・居場所

介護予防を  
始めましょう

運動施設

生活支援

見守り・  
安否確認支援

外出支援

住まい探し・  
家財整理・  
身元保証など権利擁護の  
相談窓口認知症  
について運転免許証  
自主返納  
まじごみ処理場消費生活  
センター各種  
関係機関

名称	連絡先	利用料金	サービス内容	その他
(株) グランフーズらいふコール	050-3171-8071 平日 9:30~18:30	初期費用 0円 月額利用料 固定電話150円+選択 曜日数×50円 携帯電話375円+選択 曜日数×125円	<ul style="list-style-type: none"> <li>希望時間(曜日と時間帯(7時~21時)を選択)にお電話(自動音声)で安否確認。利用者が健康状態をプッシュボタンで選択。確認した健康状態や録音メッセージを登録した連絡先(最大5件)にメール送信する</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>既存の電話機で対応。ただし、ダイヤル式は対応不可。プッシュボタン式であってもダイヤル回線の場合は、プッシュボタンを押す前に「*」ボタンを押す必要あり</li> <li>支払:クレジットカード払い(毎月払い)</li> </ul>
日本郵政グループ郵便局のみまもりサービス	(お客様サービス相談センター) 0120-232-886 (フリーコール) 0570-046-666 (受付時間) 平日 8:00~22:00 土日祝日 9:00~22:00	みまもり訪問サービス 月額2,500円 みまもりでんわサービス 固定電話 月額1,070円 携帯電話 月額1,280円  (オプション) 駆けつけサービス ご家族向け 月額880円 ご本人向け 月額1,870~3,124円	<ul style="list-style-type: none"> <li>みまもり訪問サービス 郵便局社員等が定期的に(月1回30分程度)高齢者自宅を訪問の上、生活状況を確認し、その結果を家族等へメールでお伝えるサービス</li> <li>みまもりでんわサービス 毎日電話(自動音声)で体調確認を行い、その結果を家族等へメールでお伝えるサービス</li> <li>駆けつけサービス みまもり訪問サービスまたはみまもりでんわサービスのオプションとして、もしもの時に利用者や家族からの依頼により警備会社がかけてくれるサービス(かけつけ料金は別途必要)</li> </ul>	
周南マリコム(株) さすがの早助(サスケ)	0120-270-382 (24時間対応)	初期設置費 11,000円 月額4,180円	<ul style="list-style-type: none"> <li>緊急通報・生活サポートシステム</li> <li>端末機+ペンダント</li> <li>健康/生活相談</li> <li>定期連絡をする(安否確認コール)</li> <li>関係各所との緊密なネットワーク</li> <li>オペレーターは看護師、保健師、栄養士が対応</li> </ul>	
UR都市機構パートナー事業者立山科学(株) 見守りサービス	(福岡住まいセンター) 092-433-8123 (月~土9:30~17:30) 祝日、 12月29日から1月3日を除く	初期料金 7,249円 月額990円  電池交換費用 2,640円 *概ね3年に1度	<p>お住まいの壁や天井に設置したセンサーにより、利用者の動きが確認できないとき(※)、コールセンターから利用者に電話確認をし、必要に応じて緊急連絡先へ連絡するサービス</p> <p>※4:00から11:00までの7時間のうち、6.5時間利用者の動きが確認できない場合</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>UR賃貸住宅にお住まいの方のみ申込み可(一部サービス提供できない住宅あり)</li> </ul>
ヤマト運輸(株) クロネコ見守りサービスあんしんハローライトプラン	0120-54-5425	初期費用・電球代無料 月額1,078円	<ul style="list-style-type: none"> <li>前日の9:00~当日8:59の間に電球のON/OFFが確認できない場合に異常を検知し、当日朝9:00~10:00の間に事前設定した通知先へメールでお知らせ</li> <li>通知先の依頼に応じて代理訪問可(営業時間内のみ)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>支払いはクレジットカード払い、代金後払い(コンビニエンスストア、郵便局)、口座振替のいずれか</li> <li>月額料金は異常時のメール通知、依頼時の代理訪問までのパッケージ料金</li> <li>Wi-Fi、工事、コンセント不要</li> </ul>

はじめに

交流・居場所

介護予防を始めてみよう

運動施設

生活支援

見守り・安否確認支援

外出支援

住まい探し・家財整理・身元保証など

権利擁護の相談窓口

認知症について

運転免許証目玉返納・まごころ駐車場

消費生活センター

各種関係機関

## 介護タクシー

名称	連絡先	利用料	サービス内容	車イス	ストレッチャー	介護保険対応	その他
介護タクシー なの花	080-5242-8000	初乗り運賃560円 以降385m毎80円加算	<ul style="list-style-type: none"> <li>状態によって室内や玄関まで介助する</li> <li>車イス1名、付き添い2名まで乗車可能</li> <li>病院の付添、買い物付添、小旅行の付添での入浴介助、おむつ交換等の身体介護も可(有料)</li> </ul>	○	○	×	車内でおむつ交換対応 介護福祉士資格保持者のドライバーが対応
ケアタクシーマハ口 (福岡介護タクシー)	070-5549-9989	直接問い合わせ	<ul style="list-style-type: none"> <li>状態によって室内から車までの介助あり</li> </ul>	○	○	×	
福祉タクシー 金たろう	092-573-0294	通常のタクシー料金 +500円より	<ul style="list-style-type: none"> <li>直接問い合わせ</li> </ul>	○	○	×	リクライニング車イス可
福祉タクシー 小宮	092-595-0488 090-2088-0618	初乗り運賃610円 (1.6kmまで)	<ul style="list-style-type: none"> <li>状態によって室内から車までの介助あり</li> <li>車イス1名、付き添い1名まで乗車可能</li> <li>歩行介助等付添(有料)</li> <li>観光や行楽等の貸切は要相談</li> <li>移動時の車イスを無料で貸出可</li> </ul>	○	(※)	×	リクライニング車イス対応可 (※)フルリクライニングで対応可能
福祉タクシー ひので	092-574-5386 090-2588-6412	初乗り運賃750円 (大型は930円)	<ul style="list-style-type: none"> <li>車イス1名、付き添い2名まで乗車可能</li> <li>身体移乗介助(ベッドへの移乗など)</li> <li>病院の付添(有料)</li> </ul>	○	○	×	軽度介助が必要な単身での利用も要相談
ケアステーション 飛梅コアラ	092-566-3658	直接問い合わせ	<ul style="list-style-type: none"> <li>状態によって室内から車までの介助あり</li> </ul>	○	○	○	リクライニング車イス可
福祉タクシー ニッタク	090-3978-3722	初乗り運賃540円 (1.2kmまで)	<ul style="list-style-type: none"> <li>状態によって室内から車までの介助あり</li> <li>車イスの方等の介助(有料)</li> </ul>	○	×	×	
日新交通(株) (ニッシンケアサービス)	092-512-0143	タクシー代+介助料 詳細は直接問い合わせ 障がい者割引 福祉券利用可	<ul style="list-style-type: none"> <li>移動移乗介助あり</li> <li>階段、段差昇降介助等</li> <li>直接問い合わせ</li> <li>入院・退院・一時帰宅・冠婚等送迎可</li> </ul>	○	×	○	車イスごと乗車可能な車イス専用車完備 ホームページあり
九州交通(株) 介護事業部	0120-756-456 092-473-0180	直接問い合わせ	<ul style="list-style-type: none"> <li>病院への通院や保険外でのサービスあり</li> <li>直接問い合わせ</li> </ul>	○	○	○	
第一あんしん サービス福岡	092-475-1166	直接問い合わせ	<ul style="list-style-type: none"> <li>介護ヘルパー等の資格を有している乗務員が身体的な支援も提供</li> <li>一部地域では対応できないことあり</li> </ul>	○	○	○	介護ヘルパー等の資格を有している乗務員が主に介護タクシーとして移動サービスを行なっている
スマイル・ケア・ タクシー	080-3958-5757	直接問い合わせ (必ず見積もりを いたします)	<ul style="list-style-type: none"> <li>看護師、介護士の付き添い可能</li> <li>酸素ボンベ・吸引器の準備可能</li> <li>長距離割引あり(早割5%・午後割5%・往復割引5%)</li> <li>見積りだけの問い合わせも可能</li> <li>外出の付き添いも可能</li> </ul>	○	○	×	英語、中国語、韓国語の通訳が可能 リクライニング車イス可 年中無休対応 (24時間営業ではない)
福祉タクシー ミライ	050-5850-4681	初乗り運賃590円	<ul style="list-style-type: none"> <li>車いす2台対応</li> <li>病院、外出の付き添い対応可</li> <li>認知症の方の対応可</li> </ul>	○	○	×	介護職員初任者研修取得済み
福祉輸送事業 シンセイ介護 (福祉) タクシー	080-5803-8535	初乗り運賃700円 (1.6km)	<ul style="list-style-type: none"> <li>病院通院、買い物、レジャーや冠婚葬祭などの付き添いも相談により対応可</li> <li>付き添いの方1名乗車可能</li> </ul>	○	○	×	要支援、要介護認定を受けている人や、障がいにより単独での移動が困難な人が対象 介護職員初任者研修取得したスタッフが対応 リクライニング対応可能

はじめに

交流・  
居場所介護予防を  
始めましょう

運動施設

生活支援

見守り・  
安全確認支援

外出支援

住まい探し・  
家財整理・  
身元保証など権利擁護の  
相談窓口認知症  
について運転免許証  
自主返納・  
まごころ駐車場消費生活  
センター各種  
関係機関



## その他外出支援

名称	連絡先	利用日	サービス内容	対象者	利用料	その他
(福)春日市 社会福祉協議会 おたすけサービス	かすがボランティア センター 092-501-1136	月曜日～金曜日 (祝日除く) 8:30～17:00	・ 利用回数:基本週 1回(月1回、年数 回の利用も可) * 病院の付き添い・ お買い物の付き 添い・外出するの にお手伝いが必 要な事など	独居、高齢 者世帯、障 がい者世帯、 妊婦など	1時間500円 (サポーター 1人の場合)	調査必要 利用時間や回数 が決まる ・福祉会員費 1,200円(年度) が必要
(福)春日市 社会福祉協議会 住民参加型移送 サービス	かすがボランティア センター 092-501-1136	月曜日～土曜日 (祝日除く) 8:30～17:00	・ 時間:時間内の指 定された時間に 合わせる ・ 利用回数:原則月 3回まで(原則付 き添いがいる) * 病院・お買い物・ 外出の移動支援	年齢関係なく車椅子な どで移動困 難な方  (公共交通 機関の利用 ができない 人)	なし	・福祉会員費 1,200円(年度) が必要
(公社)春日市シルバー 人材センター 福祉・家事援助 サービス	092-596-1826 月曜日～金曜日 8:30～17:00 * 祝日、 年末年始を除く	月曜日～金曜日 (平日以外は要相 談)	* 外出の付き添い・ 病院の付き添い * 公共交通機関ま たはタクシーを 利用しての移動 です	制限なし	見積りで決定	
生協(エフコープ) ふれあいサービス	介護サービス春日 ふれあいサービス 092-572-0084 月曜日～金曜日 10:00～16:00	訪問、契約後利用 日決定	* 通院・外出の付き 添い * 公共交通機関を 利用してのお手伝 いはしますが、車 を出してのお手伝 いはできません	エフコープ の 組合員	平日1時間 2,050円+交 通費150円～ 日曜のみ 2,215円+交 通費150円～	組合員でない場 合出資金1,000 円で加入必要
たんぼぼの会 生活おたすけ たんぼぼの会	たんぼぼの会 代表者:津崎 080-4274-8487	月曜日～金曜日 (祝日除く) 9:00～17:00 (土日祝日は 要相談)	・ 利用回数:調査結 果による * 病院の付き添い・ お買い物の付き 添い・外出するの にお手伝いが必 要な事など * 公共交通機関を 利用してのお手伝 いはしますが、車 を出してのお手伝 いはできません	制限なし	1時間700円	
(特非)小さな家処々 暮らしのサポート	代表者:柴山 幸枝 092-589-3206	月曜日～金曜日 8:00～18:00	・ 時間:調査結果に よる ・ 利用回数:何回で もOK * 病院の付き添い・ お買い物の付き 添い・外出するの にお手伝いが必 要な事など	制限なし	1時間 2,500円 (サポーター 1人の場合)	年間登録料 2,000円必要 * 時間延長30分 毎に1,250円 * 18時以降、 日曜日等は特別 料金で対応 (1時間3,750円)
九州電力 くらしサポート	0120-879-570 平日9:00～17:00	シルバー人材セン ターと提携、調整 により利用日が決 まります	・ 日々のくらしの 困りごとのお手伝 い * 病院の付き添い・ お買い物の代行	制限なし	市町村のシル バー人材セン ターによって 異なる	

はじめに  
交流・  
居場所  
介護予防を  
始めましょう  
運動施設  
生活支援  
見守り・  
安否確認支援  
外出支援  
住まい探し・  
家財整理・  
身元保証など  
権利擁護の  
相談窓口  
認知症  
について  
運転免許証  
自主返納・  
まごころ駐車場  
消費生活  
センター  
各種  
関係機関

## 施設・住宅仲介

事業者・事業名	連絡先	見学同行	仲介手数料	家具運搬	入居時送迎	その他のサポート・特色
(特非)法人高齢者住宅情報センター すまいあん	092-922-8110 受付9時～18時 休み:土日祝日	有り(無料) 送迎(無料)	なし	見積もり 無料	有り(無料)	・入居時の引越し、入居後の家財や不動産処分等の相談も可能 ・入居後のサポートも実施 ・全国展開ではなく地域密着型10年以上の福岡に根差した活動実績あり
(株)笑美面 福岡オフィス 笑美面	0120-116-553 受付9時～18時 休み:土日祝日	有り(無料)	なし	要相談	要相談	・年間約2,000件の入居実績や訪問調査などによる質の高い施設情報を提供 ・役所や引越し、入居など各種手続きの手伝いを実施
高齢者住宅仲介センターウチシルベ ウチシルベ福岡南	0120-90-7778 受付9時～18時 年中無休	有り(無料)	なし	要相談	要相談 (無料)	・施設の情報のほか、日常生活や医療体制についての相談も可能 ・自宅売却の相談も可能 ・引越し、家財処分、役所手続きの段取りもサポート ・地域事情に詳しい専任担当者がマンツーマンでサポート、地域に密着した事業所
(株)円満シニアサポート 高齢者の相談窓口 円満～えんまん～	0120-116-518 受付8時30分～20時 電話年中無休	有り(無料)	なし	要相談 ※運搬会社を紹介。少量は無料運搬	有り(無料) 福祉車両スロープタイプあり	・引越しの段取り無料サポート ・生活保護受給者の役所への書類などの対応 ・身寄りのない人の相談を受け、地域包括支援センターへ進捗を報告 ・引越し、家財処分、不動産の売却、成年後見制度の利用、お墓、葬儀などのサポートも実施 ・相談員が全員介護現場経験者
(株)エイジプラス 九州有料老人ホーム紹介センター	0120-605-290 受付10時～18時 土日祝日は 電話相談のみ	なし	なし	なし	有り(無料) 要予約	・老人ホームや高齢者住宅を比較検討しやすく、中立の立場で長所も短所も説明
(株)ASFON TRUST NETWORK 民間介護施設紹介センターみんかい	0120-37-2014 受付9時～19時 年中無休	有り(無料) エリア内	なし	要相談 ※運搬会社を紹介	要相談 ※タクシー会社を紹介	・急ぎで探している、入居金がなく月額で利用できるホームを知りたい、高齢者の暮らしに関する悩みの相談を受付 ・アフターフォローも実施 ・関東、名古屋、大阪、札幌地区、全国24相談室を用意
(株)九州高齢者住宅情報センター 老人ホーム110番	0120-968-850 受付9時～17時 休み:土日祝日	要相談	なし	なし	なし	・福岡県の介護施設、高齢者住宅情報の冊子を発行 ・自宅売却の手伝い可能 ・老人ホーム・高齢者住宅の紹介、パンフレット送付
(株)ホームアシスト福岡 福岡県指定 居住支援法人 ホームアシスト福岡	0942-64-9200 受付9時～17時 休み:日祝日	自宅まで 送迎 (無料)	有り (契約時 不動産 と同じ)	要相談 (有料)	有り (有料)	・生活に配慮が必要な人への入居相談、在宅支援サービス ・入居の申込を断られた人への支援 ・所得の低い人や高齢者、障がいのある人など、住まいに困っている人の入居支援 ・家賃を滞納して困っている、働きたくても働けなくて住む所がなくなったなど、個別支援の相談無料
大賀薬局 「紹介のプロ」 介護施設 紹介センター 九州総代理店	0120-567-092 受付9時～18時 休み:土日祝日	要相談	なし	要相談	要相談 (有料)	・調剤薬局として病院との連携が取れている ・医療行為が必要な場合は、クリニック併設、看護師駐在施設を紹介可能 ・入居時に必要な役所への書類申請や引越しなどの手伝いも実施 ・自宅売却の相談も可能
(株)トライアングル 福岡老人ホーム紹介センター	0120-516-510 受付9時30分～18時 休み:土日祝日(転送システム有り)	有り (無料)	なし	提携業者 有り (有料)	有り	・自立型高齢者向け住宅 ・不動産処分・残留物処理(有料) ・出張面接(無料) ・身元保証サービス(有料)

はじめに

交流・  
居場所介護予防を  
始めましょう

運動施設

生活支援

見守り・  
安全確認支援

外出支援

住まい探し・  
家財整理など  
身元保証など権利擁護の  
相談窓口認知症  
について運転免許証  
自主返納・  
自主返納消費生活  
センター各種  
関係機関

## 家財整理、生前・遺品整理など

事業者名	連絡先	家財整理	生前整理	遺品整理	リユース品買取	単身者の引越し	その他のサポート・特色
友心まごころサービス	0120-960-877 受付24時間 休み:日祝日	○	○	○	○	○	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ゴミ屋敷の片づけ</li> <li>・特殊清掃</li> <li>・空家の整理</li> <li>・お焚き上げ、御供養、お祓い、納骨</li> <li>・形見分け品運搬</li> <li>・書類手続き代行(相談に応じる)</li> </ul>
エコダック	090-8223-1093 受付8時30分～18時 年中無休	○	○	○	○	○	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ゴミ屋敷の片づけ</li> <li>・特殊清掃の手配</li> <li>・遺品供養の手配</li> <li>・処分品の仕分け作業</li> <li>・引越しに伴う不用品の整理</li> <li>・ゴミの分別</li> <li>・ハウスクリーニング</li> </ul>
アイソニック引越サポート	0120-36-3152 受付9時～18時 休み:年末年始	○	○	○	○	○	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ゴミ屋敷の片づけ</li> <li>・特殊清掃</li> <li>・遺品回収、遺品供養</li> <li>・家具の解体作業</li> <li>・ハウスクリーニング</li> <li>・引越しサービス(電気工事全般、エアコン、ウォシュレット)</li> </ul>
(株)ダイワテクノサービス	0120-917-099 受付6時～20時 年中無休	○	○	○	○ ※買取のみの見積もりはできません	○	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ゴミ屋敷の片づけ</li> <li>・特殊清掃</li> <li>・物置、倉庫の解体</li> <li>・ハウスクリーニング</li> <li>・庭木の伐採、草刈</li> </ul>
キーパーズ(有)	0120-754-070 受付24時間 年中無休	○	×	○	○	×	<ul style="list-style-type: none"> <li>・施設に入るための手強い「事前整理」「遺品整理」「相続相談」「不動産売買」の4つの安心サービスをワンストップで提供可能</li> <li>・リサイクル、出張買取</li> <li>・無料の合同供養サービス</li> </ul>

※ゴミ収集・運搬許可業者ではないため、日常生活上のゴミや粗大ごみの回収等はできません。

## 粗大ごみ等収集・運搬許可業者

春日市では地区ごとに、ごみ収集・運搬許可業者が決められています。

許可業者名	連絡先(予約先)	担当地区	内容
(有)共栄資源管理センター	092-592-2502 (月～金曜日 9時～16時)	泉、一の谷、大字下白水、大土居、春日(5～6丁目、8～10丁目)、上白水、下白水北、下白水南、白水池、白水ヶ丘、須玖北、須玖南、惣利、塚原台、天神山、昇町、平田台、星見ヶ丘、松ヶ丘、紅葉ヶ丘西、紅葉ヶ丘東	<ul style="list-style-type: none"> <li>・不用品、多量ごみ、粗大ごみの臨時収集</li> <li>・引越しごみの回収</li> <li>・家具の処分</li> <li>・家電等の処分</li> </ul>
(株)クリーン春日	092-582-1018 (月～金曜日 9時～16時)	春日公園、春日原北町、春日原東町、春日原南町、桜ヶ丘、宝町、千歳町、原町(3丁目)、光町、日の出町、大和町 ※サン・ビオ地区含む	<ul style="list-style-type: none"> <li>・(リサイクル料必要な場合有り(冷蔵庫、テレビ、レンジ、トースター、ステレオなど))</li> <li>※家の中から持ち出し可能(有料)</li> <li>※見積り無料</li> </ul>
(有)春日環清	092-592-3455 (月～金曜日 9時～16時)	大谷、岡本、春日(1～4丁目、7丁目)、小倉、小倉東、ちくし台、伯玄町、原町(1～2丁目)、弥生、若葉台西、若葉台東	

はじめに  
交流・居場所  
介護予防を始めよう  
運動施設  
生活支援  
見守り・安否確認支援  
外出支援  
住まい探し・家財整理・身元保証など  
権利擁護の相談窓口  
認知症について  
運転免許証・自主返納・まごころ駐車場  
消費生活センター  
各種関係機関

## 身元保証など

事業所名	連絡先	事業内容	費用
(一社)えにしの会	092-523-7210 受付9時～17時 休み:土日祝日	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆身元保証支援                             <ul style="list-style-type: none"> <li>・身元保証人(終身)、身元引受人(終身)</li> </ul> </li> <li>◆生活支援                             <ul style="list-style-type: none"> <li>・手術の同意、施設見学、面接、入居の立ち合い、病院受診、入退院の付き添い、買い物、各種事務手続き</li> </ul> </li> <li>◆金銭管理支援 ・金銭管理</li> <li>◆法律支援                             <ul style="list-style-type: none"> <li>・成年後見制度、遺言作成、遺言執行、弁護士などが法律問題をサポート</li> </ul> </li> <li>◆葬儀、納骨支援、万が一の支援(死後事務手続き)                             <ul style="list-style-type: none"> <li>※必要な支援のみ選択可能</li> </ul> </li> </ul>	入会金:50,000円 月会費:3,000円  身元保証支援:275,000円(終身) 万が一の支援:165,000円 葬儀支援:220,000円～ (葬儀代含む)  その他:支援内容によって別途見積り
非営利徹底型 一般社団法人 シニア身元保証 協会	0120-149-777 092-433-7553 受付10時～17時 休み:土日祝日	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆身元引受人、連帯保証人、緊急連絡先                             <ul style="list-style-type: none"> <li>・介護施設、賃貸住宅の入居や、入院費の支払い義務に対する責務保証</li> <li>・万が一(救急搬送時や死後など)の対応、急な怪我や病気の時の駆け付け</li> </ul> </li> <li>◆任意後見契約【そなえ】                             <ul style="list-style-type: none"> <li>・任意後見人、法定後見人、家族信託の受託</li> </ul> </li> <li>◆死後事務委託契約                             <ul style="list-style-type: none"> <li>・死後に発生する、さまざまな仕事や事務処理の引き受け</li> </ul> </li> <li>◆死後事務代行                             <ul style="list-style-type: none"> <li>・家財処分、遺品整理、行政手続き、各種事務代行</li> </ul> </li> </ul>	入会金:登録料50,000円 (入会時のみ) 月会費:5,000円 緊急入院支援:100,000円 (事務管理費を含む)  その他:プランに応じて費用あり
(株)美住りんぐ 事業所	092-521-6871 受付10時～16時 休み:土日祝日	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆身元引受保証支援、連帯保証人                             <ul style="list-style-type: none"> <li>・賃貸住宅の連帯保証人、高齢者施設等の身元保証、入院時の身元保証</li> </ul> </li> <li>◆任意後見制度                             <ul style="list-style-type: none"> <li>・りんぐが受任者となり認知症などになった時に備える</li> </ul> </li> <li>◆死後事務委任                             <ul style="list-style-type: none"> <li>・死後に行政への死亡届、関係者への連絡、納骨などを引き受け</li> </ul> </li> <li>◆金銭管理サービス                             <ul style="list-style-type: none"> <li>・日常的な生活費などの出納管理、月1回の収支の報告</li> </ul> </li> <li>◆訪問サービス ・毎月1回訪問し状況確認</li> <li>◆生活支援サービス                             <ul style="list-style-type: none"> <li>・買い物の付き添いや代行、病院への付き添い、郵便物の管理など</li> </ul> </li> </ul>	※所得額によって異なる  入会金:110,000円～310,000円 運営協力金:110,000円～ 310,000円 月会費:1,500円～3,600円 など
(株)ホーム アシスト福岡 (福岡県指定居住 支援法人)	0942-64-9200 受付9時～17時 休み:日祝日	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆日常生活支援等利用援助                             <ul style="list-style-type: none"> <li>・身元保証、身元引受人、連帯保証人、金融機関の手続き代行、引越し時の家具処分</li> </ul> </li> <li>◆葬送・埋葬に関する援助                             <ul style="list-style-type: none"> <li>・葬儀社への手配、寺院の手配、火葬収骨に関する事、納骨に関する事</li> </ul> </li> </ul>	登録料:50,000円 更新料:5,000円(1年更新) その他:支援内容によって異なる
(一社)ロング ライフサポート協会	0120-196-119 受付9時～18時 休み:土日祝日	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆高齢者や障がい者に対する身元引受(終身)サービス                             <ul style="list-style-type: none"> <li>・身体の状況や財産状況から適切な施設を紹介</li> <li>・施設入居や病院の入院に際して身元引受欄への記載、連帯保証人欄への記載</li> <li>・手術の同意、病院受診、入退院の付き添い、支払い</li> <li>・買い物代行</li> </ul> </li> <li>◆金銭管理サービス                             <ul style="list-style-type: none"> <li>・日常金銭管理を低額かつ定額で行う</li> <li>・税金や施設利用料の精算業務</li> <li>・日常の支払い等出納管理、月1回の金銭管理表、通帳記帳コピーの提出</li> <li>・財産状況に応じた支払い管理と調整・交渉</li> <li>・会計法人による月1回の監査</li> </ul> </li> <li>◆死後事務委任サービス付き高齢者向け住宅                             <ul style="list-style-type: none"> <li>・葬儀事務代行、納骨手続き、各種行政手続き</li> <li>・不動産の処分、家財処分、遺品整理、相続手続き</li> </ul> </li> </ul>	①生活保護受給者・生活保護相当の方を対象としたライトプラン(終身) 頭金0円、級地に合わせて 5,300円/月～(入会金、会費、金銭管理料、身元引受料込) ②一般一括払い(終身) 頭金719,000円(入会金、会費、金銭管理料、身元引受料込) 月払い:0円 ③一般分割払い(終身) 頭金215,000円 (入会金、身元引受料込) 月払い:10,500円 (会費、金銭管理料込)
(一社) 生活支援センター 結	0942-27-6671 090-2857-2310 受付9時～17時 休み:土日祝日	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆身元保証 ・入院、入所、賃貸契約、就職など</li> <li>◆日常生活自立支援                             <ul style="list-style-type: none"> <li>・金銭管理など任意の生活支援契約</li> </ul> </li> <li>◆不動産賃貸契約支援                             <ul style="list-style-type: none"> <li>・契約困難者に対して法人による契約での住宅契約</li> </ul> </li> </ul>	初回登録料:30,000円 更新料:5,000円(1年更新)
(一社) プラスらいふ サポート	092-406-5588 受付9時～18時 休み:土日祝日	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆身元保証サービス                             <ul style="list-style-type: none"> <li>・身元引受、連帯保証、生活サポート</li> </ul> </li> <li>◆エンディングサポート(死後事務)                             <ul style="list-style-type: none"> <li>・葬儀執行、納骨手配、遺品整理、等</li> </ul> </li> <li>◆遺言書作成サポート(グループ法人の業務)                             <ul style="list-style-type: none"> <li>・自筆証書、公正証書</li> </ul> </li> <li>◆財産管理・成年後見サポート(グループ法人の業務)                             <ul style="list-style-type: none"> <li>・任意代理、任意後見、法定後見</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆身元保証サービス スタンダードプラン A:330,000円 月額0円 B:330,000円 月額3,000円 ※その他プランあり</li> <li>◆エンディングサポート(死後事務) 100,000円～、預託金650,000円～ (依頼内容に基づく)</li> </ul>

はじめに

交流・居場所

介護予防を  
始めましょう

運動施設

生活支援

見守り・  
安全確認支援

外出支援

住まい探し・  
家財整理・  
身元保証など権利擁護の  
相談窓口認知症  
について運転免許証  
自主返納・  
まじりの申請消費生活  
センター各種  
関係機関

成年後見制度利用に関する相談、人権侵害対応、相続、遺言、各種契約締結及び各種行政手続き申請支援などを実施する団体です。料金等については、それぞれの団体へご確認ください。

名称(所在地)	連絡先	受付時間	相談内容
(福)春日市社会福祉協議会 権利擁護総合相談窓口 (昇町3-110)	092-201-8977	月～金曜日 (祝日・年末年始 を除く) 9:00～17:00	・成年後見制度の利用 ・金銭管理などに関すること(福祉あんしん サービス事業)
福岡県弁護士会 高齢者・障害者支援センター 「あいゆう」 (福岡市中央区渡辺通5-14-12 南天神ビル2階)	(TEL・FAX) 092-724-7709	月～金曜日 10:00～16:30	・法律相談 ・介護・福祉支援 ・成年後見制度(任意後見契約含む)の利用 ・財産管理支援 ・相続 ・遺言 ・人権侵害対応 ・福祉の当番弁護士
福岡県司法書士会 公益社団法人成年後見センター 「リーガルサポートふくおか」 (福岡市中央区舞鶴3-2-23)	(TEL) 092-738-7050 (FAX) 092-738-1660	月～金曜日 (祝日・年末年始・ 盆休日を除く) 13:00～15:00	・法律相談 ・成年後見制度の利用 ・人権侵害対応 ・高齢者等電話無料相談
(公社)福岡県社会福祉士会 権利擁護センター 「ばあとなあ福岡」 (福岡市博多区博多駅前 3-9-12-601)	(TEL) *成年後見制度に 関する問い合わせ 092-483-2941 *その他の問い合わせ 092-483-2944 (FAX) 092-483-3037	月～金曜日 9:30～17:00	・成年後見制度の利用 ・高齢者・障がい者などの福祉 ・身上監護にかかる相談支援 ・人権侵害対応
【行政書士】 成年後見センター (特非)あい愛サポート (福岡市東区和白6-5-33-101)	(TEL) 090-3413-6696 (FAX) 092-405-6246	月～金曜日 9:00～17:00	・成年後見制度利用に関する電話無料相談 ・介護・福祉支援 ・成年後見制度の利用 ・人権侵害対応 ・相続 ・遺言 ・各種契約締結及び各種行政手続き申 請支援
【行政書士】(一社) コスモス成年後見サポートセンター (福岡市博多区東公園2-31 福岡県行政書士会内)	092-641-2501	月～金曜日 9:00～16:00	・成年後見制度利用に関する電話無料相談 ・介護・福祉支援 ・成年後見制度の利用 ・人権侵害対応 ・相続 ・遺言 ・各種契約締結及び各種行政手続き申 請支援
(特非)高齢者・障害者 安心サポートネット NPO「高齢者・障害者 安心サポートネット」 (筑紫出張所) (筑紫野市二日市中央5-3-16-1階)	(TEL・FAX) 092-921-2130	月～金曜日 9:00～16:00	・高齢者などに特有の諸問題の無料相談 ・成年後見制度の利用 ・人権侵害対応 ・介護福祉支援 ・相続 ・遺言 ・税務などの支援
法テラス福岡 (福岡市中央区渡辺通5-14-12 南天神ビル4階)	050-3383-5501	月～金曜日 9:00～17:00	・法律などに関する情報提供 ・民事法律扶助(無料法律相談・弁護士や 司法書士費用の立て替え) ・犯罪被害者支援など



認知症は、誰にでも起こる可能性のある脳の病気です。

### 早期発見・早期対応が重要です！

認知症の症状には、認知機能の低下や、性格や環境・人間関係などが要因となる行動・心理症状(幻覚・妄想・徘徊・興奮など)があります。

これらは早めの「治療と介護」で進行を遅らせたり、症状を軽くすることができる場合があります。

「おかしい」と思ったら、まずは医療機関(P33参照)や地域包括支援センター(P36参照)に相談しましょう。

### こんなことはありませんか？

- 今切ったばかりなのに、電話の相手の名前を忘れる。
- 同じことを何度も「言う」・「問う」・「する」。
- しまい忘れ・置き忘れが増え、いつも探し物をしている。
- 財布・通帳・衣類などを「盗まれた」と人を疑う。
- 料理・片づけ・計算・運転などのミスが多くなった。
- 新しいことが覚えられない。
- 話のつじつまが合わない。
- テレビ番組の内容が理解できなくなった。
- 約束の日時や場所を間違えるようになった。
- 慣れた道でも迷うことがある。
- ささいなことで怒りっぽくなった。
- 周りへの気づかいがなくなり、頑固になった。
- 自分の失敗を人のせいにする。
- 「このごろ様子がおかしい」と周囲から言われた。
- ひとりになると怖がったり寂しがったりする。
- 外出時、持ち物を何度も確かめる。
- 「頭が変になった」と本人が訴える。
- 下着を替えず、身だしなみを構わなくなった。
- 趣味や好きなテレビ番組に興味を示さなくなった。
- ふさぎこんで何をするのもおっくうがり、いやがる。



※(公社)認知症の人と家族の会作成「家族がつくった認知症早期発見のめやす」より

### 相談する際のポイント

- ・普段の様子を知っている人が付き添う。
- ・「認知症ではないかと思うエピソードと時期」を紙に書いてまとめておく。
- ・告知の方法について、本人と家族で話し合い、希望を決めておく。
- ・受診を拒否する場合は、家族だけが先に医師と相談する。

## 認知症が相談できる医療機関

筑紫医師会では、認知症の早期発見と早期治療で重症化を予防するために筑紫地区五市(春日市・筑紫野市・大野城市・太宰府市・那珂川市)の担当課と協力して、「ものわすれ相談事業」に取り組んでいます。相談医の講習を受けた「ものわすれ相談医」が認知症患者やその疑いがある人、また家族の悩みを聞き、適切な認知症診断と治療につなげることができる体制を整えています。

気になるときは、かかりつけ医又は、下記のものわすれ相談医にご相談ください。

なお、下記の病院の情報は変更になる場合があります。

詳しくは、筑紫医師会(☎923-1331)にお問い合わせください。

### ものわすれ相談医

病院名(医師氏名)	電話	所在地
池田脳神経外科(池田 耕一)	589-0150	春日市小倉1-1
いなば心療クリニック(稲葉 隆緒)	583-7011	春日市春日原東町3-38 2F
おかもと内科医院(岡本 省吾)	595-6608	春日市春日9-2
たけの内科クリニック(竹野 文洋)	593-0500	春日市春日原北町3-63-1
野北外科胃腸科医院(野北 英樹)	591-1231	春日市上白水1-19
馬場内科・乗本こころのクリニック(馬場 裕生)	558-3158	春日市須玖南3-87
みぎた消化器内科(右田 良克)	589-7500	春日市惣利2-54

### 診断をサポートする高度MRI所有施設

病院名	電話	所在地
池田脳神経外科	589-0150	春日市小倉1-1
陣の内脳神経外科クリニック	582-3232	春日市春日原北町3-63-1階
福岡徳洲会病院	573-6622	春日市須玖北4-5
原病院	581-1631	大野城市白木原5-1-15
済生会二日市病院	923-1551	筑紫野市湯町3-13-1
福岡大学筑紫病院	921-1011	筑紫野市俗明院1-1-1
牧病院	922-2853	筑紫野市永岡976-1
ごう脳神経外科クリニック	951-5219	那珂川市山田1150-1
吉田クリニック	985-9730	那珂川市中原4-53-2

### 心理行動症状治療をサポートする専門治療施設

(混乱や徘徊などの心理行動症状の治療をサポート)

病院名	電話	所在地
いなば心療クリニック	583-7011	春日市春日原東町3-38
おおりん病院	581-1445	大野城市中央1-13-8
乙金病院	503-7070	大野城市乙金東4-12-1
ゆう心と体のクリニック	584-1501	大野城市白木原1-7-5 3階
くすの木クリニック	921-8333	太宰府市通古賀3-11-11 2階
太宰府病院	922-3137	太宰府市五条3-8-1
筑紫野病院	926-2292	筑紫野市大字天山37
牧病院	922-2857	筑紫野市永岡976-1

### 認知症サポート医・認知症センター

(詳細診断と心理行動症状の治療をサポートする施設)

病院名	電話	所在地
池田脳神経外科(認知症サポート医)	589-0150	春日市小倉1-1
いなば心療クリニック(認知症サポート医)	583-7011	春日市春日原東町3-38
おおりん病院(認知症サポート医)	581-1445	大野城市中央1-13-8
原病院(認知症サポート医)	581-1631	大野城市白木原5-1-15
ゆう心と体のクリニック(認知症サポート医)	584-1501	大野城市白木原1-7-5-3階
くすの木クリニック(認知症サポート医)	921-8333	太宰府市通古賀3-11-11 2階
太宰府病院(認知症サポート医)	922-3137	太宰府市五条3-8-1
筑紫野病院(認知症サポート医)	926-2292	筑紫野市大字天山37
牧病院(認知症サポート医・福岡県認知症医療センター)	922-2857	筑紫野市永岡976-1
ごう脳神経外科クリニック(認知症サポート医)	951-5219	那珂川市山田1150-1

はじめに

交流・居場所

介護予防を始めましょう

運動施設

生活支援

見守り・安否確認支援

外出支援

住まい探し・家財整理・身元保証など

権利擁護の相談窓口

認知症について

運転免許証自主返納・まごころ駐車場

消費生活センター

各種関係機関

「申請による運転免許の取消し手続き」(自主返納)は、高齢等の理由で自動車等の運転をやめ、有効期間内の免許証を返納したい方が公安委員会に申請して免許を取り消す制度です。

- 受付場所 県内各警察署・自動車運転免許試験場
- 受付時間 午前9時～午後4時(土日、祝日、年末年始除く。)
- 必要書類 申請書(受付に設置)、運転免許証
- 手数料 無料
- その他 代理人が申請する場合は、委任状と窓口に来る人の身分証明書(原本)が必要です。



自主返納後に「**申請による運転免許の取消通知書**」が発行されます(再発行できませんので、大事に保管してください。)

【お問い合わせ先】春日警察署(免許担当窓口) TEL(580)0110(代表)

## 高齢者の運転免許証自主返納支援

高齢課(市役所1階6番窓口)で支援の申請手続きができます。

### ▼対象(次の条件を全て満たす人)

- 自主返納日から6か月以内に支援の申請をした
- 有効期間内のすべての運転免許証を自主返納した
- 自主返納日において、70歳以上である
- 自主返納日及び支援の申請日において、市民である(=住民登録がある)



### ▼必要なもの

- 申請書(窓口に設置)
- 「申請による運転免許の取消通知書」(原本)**
- 身分証明書(原本) (運転経歴証明書、個人番号カード、健康保険証、介護保険証) などいずれか1種類

代理人が申請する場合は、下記に加え、専用の委任状、窓口に来る人の身分証明書(原本)が必要です。

※この手続きでのみ「取消された運転免許証(返納時に希望者に交付)」でも可

- 申請者が署名することが困難な場合は印鑑(認印可)

### ▼支援の内容(1回限り)

交通系ICカード乗車券 **nimoca 5,000円分(うち利用可能額4,500円)**

【お問い合わせ先】春日市高齢課高齢者支援担当 TEL(584)1111(代表)、FAX(584)3090



## 「運転経歴証明書」の発行

運転免許を受けていたことを証明する運転免許証サイズのカードで、行政機関などで身分証明書として使えるほか、一部のタクシー業者などでは、運賃の割引を受けることができます。

- 対象者 有効期間内のすべての運転免許証を自主返納した人または更新を受けずに失効した人
- 申請期限 自主返納した日または免許失効日から5年以内(自主返納時に同時に申請できます)
- 受付場所 県内各警察署・自動車運転免許試験場
- 手数料 1,100円



●申請・受取方法等

申請場所	必要書類	受取方法
県内各警察署	<input type="checkbox"/> 申請書(受付に設置) <input type="checkbox"/> 証明写真(3cm×2.4cm) <input type="checkbox"/> 身分証明書(※)	申請した警察署で受け取り。(申請から交付まで概ね2週間。できあがり次第連絡あり)。郵送を希望する人は申請時に郵便切手414円分が必要。
県内各自動車運転免許試験場	<input type="checkbox"/> 申請書(受付に設置) <input type="checkbox"/> 身分証明書(※)	申請受付後、その場で交付。

※自主返納と同時申請しないときに必要。

【お問い合わせ先】春日警察署(免許担当窓口) TEL(580)0110(代表)

「運転経歴証明書」の提示で受けられる交通費の割引

区分	内容	条件など
西鉄バス など	「グランドパス65」(西鉄路線バスの乗り放題+高速・特急バス半額+西鉄電車実質半額の定期券)の購入額を1,000円割引	<ul style="list-style-type: none"> <li>・65歳以上</li> <li>・運転経歴証明書の提示</li> <li>・返納後1年未満</li> </ul>
タクシー	運賃を10%割引(会社によって利用条件が異なります。取扱いがない会社もあります。配車時に条件をご確認ください。)	<ul style="list-style-type: none"> <li>・70歳以上など</li> <li>・運転経歴証明書などの提示</li> </ul>
福岡市営 地下鉄	「ちかパス65」(福岡市営地下鉄全線乗り放題定期券)の購入額(6,000円/1か月)の半額(3,000円)をポイントで還元	<ul style="list-style-type: none"> <li>・65歳以上</li> <li>・運転経歴証明書の提示</li> <li>・返納後1年以内で2回まで</li> </ul>

※各事業者に直接お問い合わせください。

ふくおか・まごころ駐車場制度

車の乗り降りや移動に配慮が必要な人が、公共施設、店舗などの障がい者用駐車場などに車を止め、安全かつ安心して施設を利用できるように支援する制度です。  
対象者には利用証を交付します。

●対象者

次のいずれかに該当する人

①身体障害者手帳の所持者で次のいずれかに該当する人  
(申請に必要な書類:身体障害者手帳)

- 視覚障害 1～4 級
- 聴覚障害 2 級・3 級
- 平衡機能障害 3 級・5 級
- 肢体不自由で次のいずれかに該当する人
  - ・上肢障害 1 級・2 級
  - ・下肢障害 1～6 級
  - ・体幹機能障害 1～3 級・5 級
- 心臓、腎臓、呼吸器、膀胱・直腸、小腸、免疫、肝機能障害 1～4 級

②療育手帳の障害の程度欄「A」  
(申請に必要な書類:療育手帳)

③精神障害者保健福祉手帳の障害等級 1 級  
(申請に必要な書類:精神障害者保健福祉手帳)

④難病患者のうち特定医療費(指定難病)受給者  
(申請に必要な書類:特定疾患医療受給者証)

⑤高齢者の要介護区分「要介護 1」以上  
(申請に必要な書類:介護保険被保険者証)など

代理人が申請する場合は、確認書類に併せて、代理人の身分証明書(原本)の提示が必要です。

【お問い合わせ先】筑紫保健福祉環境事務所(社会福祉課) TEL(513)5626

はじめに  
交流・居場所  
介護予防を  
始めましょう  
運動施設  
生活支援  
見守り・安否確認支援  
外出支援  
住まい探し・家財整理・身元保証など  
権利擁護の相談窓口  
認知症について  
運転免許証自主返納・まごころ駐車場  
消費生活センター  
各種関係機関

高齢者を狙った消費者トラブルが数多く報告されています。

本人がだまされたことに気づかないことや、被害にあっても誰にも相談しないことがあるため、日常的に接している方々が、まず変化に気づくことが重要となります。

消費者トラブルで困ったと思ったら、すぐに相談してください。

名称	連絡先 場所(所在地)	受付時間	サービス内容
春日市男女共同参画・消費生活センター「じよなさん」	092-584-1155 (光町1-73)	月～金曜日 (祝日・年末年始を除く) 10:00～16:00 (12:15～13:00を除く)	消費生活の改善・向上を図るため「相談・苦情の処理」「啓発及び資料の収集・展示」「消費者団体の育成」などを行う
福岡県消費生活センター	092-632-0999 (福岡市博多区吉塚本町13-50吉塚合同庁舎1階)	月～金曜日 9:30～16:30 日曜日 10:00～16:00 来所相談は平日のみ、事前に電話予約が必要	消費生活に関する苦情相談や多重債務などの相談を受け、解決に向けた助言や情報提供を行う

高齢者の生活等に関わる相談窓口です。


名称	連絡先	所在地
春日市役所 高齢課	(TEL)092-584-1111 (FAX)092-584-3090	原町3丁目1番地5
春日市北地域包括支援センター	(TEL)092-589-6227 (FAX)092-589-6228	桜ヶ丘4丁目23番地 (医療法人 徳洲会 福岡徳洲会病院)  【担当区域】 岡本、小倉、桜ヶ丘、サン・ビオ、須玖北、須玖南、昇町、日の出町、弥生
春日市南地域包括支援センター	(TEL)092-595-8188 (FAX)092-595-6069	塚原台3丁目129番地(社会福祉法人 仁風会)  【担当区域】 泉、大土居、上白水、下白水北、下白水南、白水池、白水ヶ丘、惣利、塚原台、天神山、松ヶ丘、紅葉ヶ丘
春日市東地域包括支援センター	(TEL)092-404-0310 (FAX)092-404-0225	宝町1丁目12番地7(エフコープ生活協同組合)  【担当地区】 大谷、小倉東、宝町、ちくし台、千歳町、光町、大和町、若葉台西、若葉台東、春日、春日公園、春日原、春日原南、平田台
春日市社会福祉協議会	(TEL)092-581-7225 (FAX)092-581-7258	昇町3丁目101番地

相続問題のご相談も!

賃貸も!

売買も!

# 不動産に関するアレコレ なんでもご相談ください

 オールハート不動産

相談・査定  
**無料!**

“オールハート”の名に、

**心から喜んで、真心をこめて、思いやりの心で** という想いを込めて



代表 小林 大祐



『相続が発生したらどうしよう?』『不動産にかかる税金のことがわからない』『売却する時の手続きで大変そう』などの**我が家を巡る行く末**に関するお悩みは、全て当社にご相談ください。

**地元密着型企业だから**こそ細やかなサービスを心がけ、小さな疑問から大きな問題まで、皆様に寄り添って対応・解決いたします。

## 不動産総合相談

ファイナンシャルプランナーの国家資格を持ったスタッフが在籍。「これから」を見据えた、不動産売買や相続関連のご相談等承ります。

## 賃貸相談

資産形成としての賃貸運用に興味はありますか?戸建1棟からマンションのお部屋1室、駐車場1台まで、運用・管理等お任せください。

## 売却相談

地元企業の強みを活かした仲介売却にて、「売りたい」と「買いたい」をつなげるお手伝いをいたします。ご要望等全てお聞かせください。

■ ■ ■ お住み替えのお部屋探しなどもお手伝いいたします。お気軽にお声かけください! ■ ■ ■

お気軽に  
お問合せ  
ください

  
ALL HEART  
オールハート不動産



JR 博多南線  
博多南駅から  
徒歩 8分

HPは  
こちらから



☎ 092-591-0844

▶ 営業時間 10:00~18:30 ▶ 定休日 水曜日

▶ 住 所 春日市下白水南5丁目148

▶ FAX 092-591-0845

宅建業許可免許番号 福岡県知事 (2) 第18008号

# 老人ホーム探しでお困りなら ウチシルベ福岡南に

お任せください。



## 地域密着

地域の老人ホームを知り尽くした専任相談員が、マンツーマンでご対応させていただきます。

## 豊富な施設紹介

介護認定をお持ちでない方～要介護5の方まで幅広くご紹介可能。ご見学からご入居まで完全無料でサポートいたします。

## 各拠点に相談員

全国展開しているウチシルベだから、1万棟以上の中から希望のエリアでぴったり合った施設をご紹介可能です。

### ご相談から入居までの流れ

<p><b>ご相談 ▶</b></p> <p>まずはお電話をください。ご予算やお体の具合、ご希望のエリアをお聞かせください。</p>	<p><b>ご提案 ▶</b></p> <p>お客様のご希望に合った住宅をいくつかご紹介いたします。</p>	<p><b>ご見学 ▶</b></p> <p>弊社相談員と待ち合わせをし、ご希望物件を実際に見学させていただきます。ご希望があればお車での送迎も承ります。</p>	<p><b>ご検討 ▶</b></p> <p>弊社相談員のアドバイスを参考に、ご家族様とご本人様でじっくりお話し合いをしてください。納得いかなければ再度ご提案いたします。</p>	<p><b>ご契約</b></p> <p>ご希望に合う住宅が見つければご契約していただき、いよいよ新しい生活のスタートです。</p>
--	--	---	---	--



- 退院期限が迫っているけど入居先が決まらない
- ひとり住まいの不安が大きくなってきた
- 夫婦2人で入居できるホームを探している
- 認知症の進行が早くなってきた気がする
- 特養に入りたいけど満室ですぐには入れない

このようなお悩みをお持ちの方は、まずはお気軽にご相談ください!

365日電話対応 / 受付時間 9:00～19:00



# 0120-90-7778



高齢者住宅仲介センターウチシルベ福岡南

〒812-0011 福岡市博多区博多駅前2-1-1 (fabbit内) / Tel:050-3749-3577

相談は  
**全て  
無料**