

よこはまシニア通信

老人福祉センターで、健康づくり・趣味づくり・仲間づくり


老人福祉センターは、地域の高齢者の皆さんが健康で明るい生活を送ることができるよう、健康づくりやレクリエーションの機会を提供し、社会参加を支援するための施設です。介護予防の知識と実技を学ぶ機会として介護予防教室や健康教育・講座をはじめとした、さまざまな活動をしていますので、ぜひ参加してください。センターは各区に1館ずつあります。老人福祉センターの活動などについては、各センターに問い合わせてください。

活動内容 趣味、健康維持のための講座などを開催
(料理、手芸、健康体操、ウォーキングなど)

利用できる人

- 市内在住の60歳以上の人と、その付添いの人
- 市内在住者の父母・祖父母または子で、60歳以上の人

利用時間 9時～17時



▲南寿荘(南センター)で実施した健康体操の様子

健康福祉局 老人福祉センター [検索](#)

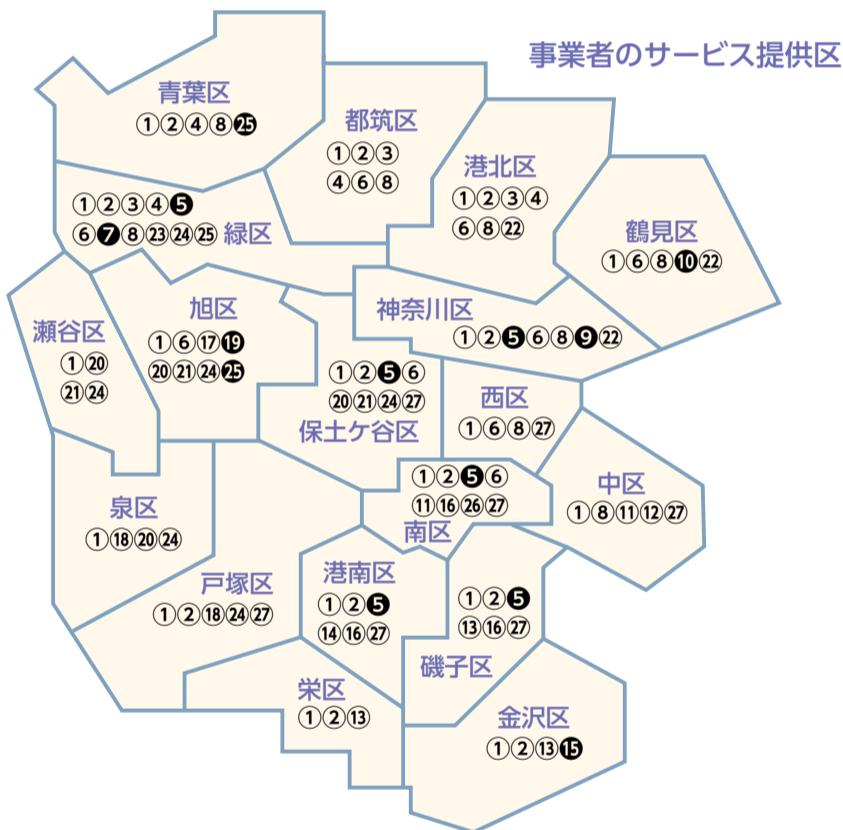
【問合せ】健康福祉局 老人福祉センター ☎671-2406 ㊚550-3613

生活あんしんサポート事業

～横浜市生活支援サービス高齢者見守り協働事業～

生活あんしんサポート事業は、掃除、配食、草むしり、電球交換、買い物代行・同行など、日常の困りごとを民間事業者が手伝う事業です。サービス提供時、利用者に異変などがあった場合は、親族へ連絡するなど見守りを行います。

サービス内容や利用料金*などについては、「事業者一覧」と「事業者のサービス提供区」から事業者を選び、直接問い合わせください。
*問合せの内容や氏名、住所などの個人情報は当事業以外では利用しません。



- 略地図に記載されている番号(例:①)は、右の表の事業者番号(例:「①ユーコープ」)に対応しています。
- 略地図の白丸の番号(例:②)は区内の全域で、黒丸の番号(例:③)は区内の一部地域でのみ、事業者がサービスを提供していることを表しています。
- 事業者によっては1日の利用者数が限定されていることなどから、希望日にサービスの提供を受けられない場合があります。

【問合せ】健康福祉局高齢在宅支援課 ☎671-2405 ㊚550-3612

■事業者一覧

*サービス・商品の代金は自己負担です(公的サービスではありません)。

事業者名	サービス	主な料金	電話番号
① ユーコープ	他	夕食宅配:週3回・5回※金額は税込 にぎわいコース(1食722円) おかずコース(1食618円) きらくコース(1食588円)	0120-351-450 ※一部お届けできない地域もあります。
② 福祉クラブ	他	1,320円/1時間	547-1400
③ キュービック	他	550円/15分	472-7912
④ デリバリーケアプラス	他	600円/10分	949-0091
⑤ シルバー人材センター	他	500円/30分	847-1800
⑥ 愛コープ	他	2,400円/1時間	470-6441
⑦ みどり野	他	500円/15分	989-2325
⑧ 横浜ハウネス	他	1,100円/20分	433-8816
⑨ つばさケアサービス	他	500円/15分	372-3384
⑩ うしおだ	他	500円/15分	505-9574
⑪ ケアステーション大樹	他	1,500円/30分	260-0873
⑫ 泉の里	他	5,000円/2時間	625-3274
⑬ スリーA	他	500円/15分	374-3673
⑭ ケア・オフィス	他	700円/15分	843-8328
⑮ らしく並木	他	1,500円/1時間	791-7690
⑯ ケアステーション桜	他	500円/15分	334-7746
⑰ でっかいそら 天	他	300円/1回～	442-4240
⑱ ワーカーズコープ	他	1,100円/30分	341-4192
⑲ 若葉台	他	200円/1回	921-5550
⑳ レインボー横浜	他	1,380円/30分	520-8544
㉑ たすけあいあさひ	他	1,936円/1時間	360-0131
㉒ さくらの季	他	3,025円/1時間	717-5941
㉓ あゆみ	他	600円/15分	935-1477
㉔ アームズ ARMS	他	1,100円/10分	489-3586
㉕ みずたま介護ステーション	他	1,320円/30分	989-4501
㉖ まごの手介護サービス	他	1,500円/30分	252-6051
㉗ アイネットアイ横浜	他	3,300円/1時間	325-8571

介護保険料の納め忘れはありませんか？

65歳以上の方が対象

保険料は介護保険サービスに必要な費用をまかなう重要な財源です。介護保険制度を維持していくためには、保険料を納付していただくことが大切です。

納め忘れの人には督促状などを送付しています。指定期日までに納付がない場合、介護保険サービス利用の有無にかかわらず、法令に基づき財産差押などの滞納処分を受ける場合があります。

また、保険料を納付している人との公平を図るため、介護保険サービスを利用する際、自己負担が多くなる場合があります。

1年以上の滞納	サービス費用が一時的に全額自己負担になり、後日申請により保険給付分が払い戻されます。
2年以上の滞納	滞納した期間に応じて一定期間、サービス費用の自己負担が3割または4割になり、また、高額介護サービス費などの支給が受けられない場合があります。

【問合せ】健康福祉局介護保険課 ☎671-4254 ㊚550-3614