

# みぶまち 高齢者応援ぶっく 令和3年度版



介護や健康のことで、  
困っていませんか？

何でもお気軽に  
ご相談ください。

壬生町では、高齢者の方々の個別ニーズを把握し、適切なサービスや支援が受けられるように情報提供や相談に応じています。

健康福祉課（介護保険係）、地域包括支援センターの窓口かお電話でご連絡ください。

**介護に関する様々な相談をお受けします。必要に応じ、専門職へつなぎます。**

**壬生町健康福祉課介護保険係**

TEL **81-1876**  
**81-1877**



「困ったなあ～どこに相談」と思ったら…



**地域包括支援センターへ**

**南地区：82-2119**

**北地区：86-3579**

※匿名でも可能です。秘密は守られます。

# 住み慣れた地域で暮らすために……

訪問介護（ホームヘルパー）

居宅介護支援事業所  
（ケアマネジャー）

## 介護



訪問入浴

介護老人保健施設など

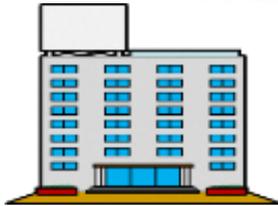
包括支援センター  
（高齢者の相談窓口）

訪問看護ステーション

生活支援  
（つなぐ輪みぶ・地域での助け合い・見守りなど）

ご近所

## 役場



## 住まい(地域)



医療（主治医・歯科・薬局）



地域医療連携



診療所（かかりつけ医）

## 地域ケア会議

◎より暮らしやすい地域にするために、地域ごとに話し合い（交流）をもち、それぞれ地域ごとに支援していく。

## 介護予防

（自治会・壬雷クラブ・ボランティア・NPO・サロン・就労など）

自治会への参加やサロンでの体操、老人クラブ活動、有償・無償のボランティア参加、就労など  
※地域での交流や社会参加などにより、助け合いが生まれます。  
【最期まで住み慣れた場所で暮らすことの実現】



# 本誌のご利用にあたって

新型コロナウイルス感染症拡大防止の観点から、掲載されている事業等が変更、中止になる場合があります。

詳しい内容につきましては、掲載されている各問合せ先へご確認下さいますようお願いいたします。

# 目 次

	内 容	ページ
	はじめに	1～3
	地域の活動	4
	介護予防生活機能自己チェック	5
	日常生活におけるチェック項目	6～14
	介護保険サービスの利用について	15～16
相 談 窓 口	問い合わせ窓口（一覧）	17～18
	身近な相談先	19～20
	地域包括支援センター	21～22
在 宅 福 祉	日帰り介護（デイサービス）	23
	生活支援ホームヘルプ	23
	介護サポート24	24
	軽度生活援助	24
	寝具洗濯乾燥消毒	25
	外出支援サービス	25
	安否確認・緊急通報システム等貸与	25
	家庭介護者助成	26
	紙おむつ給付	26
	家族介護教室	26
	高齢者見守りネットワーク	27
	日常生活用具貸与	27
	認知症サポーター養成講座	27
	福祉車両貸出	28
介護者サロン	28	
生活支援ボランティア派遣事業（つなぐ輪 みらい）	29	
敬 老	敬老金の支給	30
保 健 ・ 医 療	高齢者肺炎球菌予防接種	31
	インフルエンザ予防接種	32
	人間ドック等補助	33
	健康診断（特定・後期高齢者・がん・結核）	34～35
	健康マイレージ	36

## 関係機関一覧（37ページ）

内 容	ページ
ふれあい交流館	38
いきいき壬雷クラブ連合会（老人クラブ）	38
お達者サロン	38～40
シルバー人材センター	41
町民活動支援センター（みぶりん）	41
ボランティアセンター	42～43
公民館各種講座	43
診療所	44～48
歯科診療所	49～50
薬局	51～53
居宅介護支援（ケアマネジャー）	54
訪問介護（ホームヘルパー）	55
訪問看護	56
通所介護（デイサービス）	57～59
通所リハビリ	60
短期入所生活介護ショートステイ	61
短期入所療養介護ショートステイ	62
グループホーム・小規模多機能施設事業所	63

## 人生会議（ACP：アドバンス・ケア・プランニング）

内 容	ページ
人生会議	64
もしもの時の自分ノート	64

## 活 動 記 録 編

内 容	ページ
活動記録	65～66

## はじめに

この冊子は、あなたが住み慣れた地域でいきいきと楽しく暮らし続けていくことを願い作成したものです。

いきいきと楽しく暮らし続けていくためには、毎日の暮らしの支えになるような活動を持つことが大切です。

あなたがしたいことを実現すること、得意なことやできることを家庭や地域の中で発揮することを目標にし、その目標を達成するために自分で何をしたらよいかを考え、積極的に取り組んでいきましょう。

**地域の活動に参加することで、地域で協力し合い、いきいきと楽しく健康な暮らしを続けましょう。**

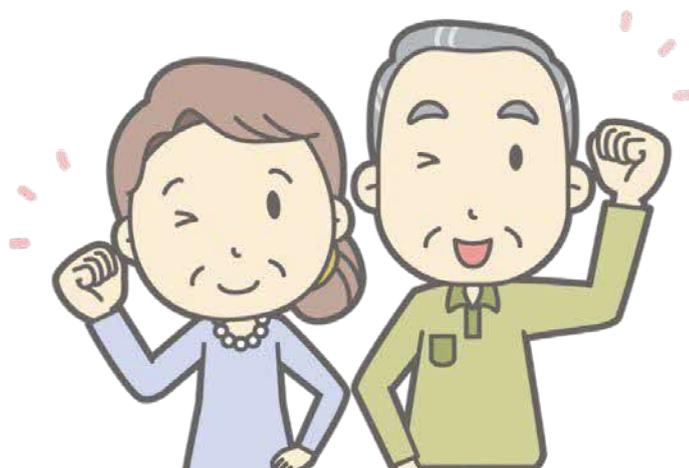
Q. 介護予防は、トレーニングすること？

A. トレーニングよりも大切なのは『張りのある生活』です。

皆さんは、「介護予防」と聞くと、どんなことをイメージしますか？  
体操教室に通うことでしょうか？いわゆるトレーニングも「介護予防」の一つですが、それだけでなく、『張りのある生活』を送ることが大切といわれています。

どのような生活に張りを感じるかは、人によって違います。働くこと、地域のボランティアに参加すること、趣味やスポーツに打ち込むこと、自分の教養を高めること、家族の世話をすること…。

このように、『自分の好きなことや大事にしていること』を中心とした生活を送ることが、介護予防には大切です。



Q. 心身が衰えてきたら、『張りのある生活』はできない？

A. 『お互いさまの助け合い』が活動継続のカギとなります。

心身が衰えてくると、屋外での転倒が怖い、荷物を持った移動が大変、立ち座りが難しいといった、ちょっとしたことをきっかけに「活動」が難しくなることがあります。その時に「活動」を継続できるかは、『お互いさまの助け合い』ができる仲間がいるかどうかによって変わります。

心身の衰えによる多少の難しさがあっても、何らかの「活動」に打ち込みたいという人はたくさんいます。一緒に活動場所に通う、荷物を持ってあげるといった、ご自身ができる範囲のちょっとした手助けで構いません。それが、その人が「活動」を継続するうえでの大きな後押しになります。同様にご自身も困っていることがあれば、仲間と助け合う方法を考えてみてください。例えば、買い物や食事の準備等でお互いに困りごとがあれば、一緒に買い物に行く、おかずをおすそわけするといった助け合いも考えられます。『お互いさまの助け合い』は、互いに役割を果たすことで、助け合いの気持ちが「活動」を継続する大きな支えとなります。

Q. 『張りのある生活』を続けるには、どうすればよい？

A. セルフマネジメント（生活機能の自己管理）が必要です

心身が衰えてきても『張りのある生活』を継続するためには、自らの健康を管理するセルフマネジメントが必要です。セルフマネジメントでは、心身の健康に良い生活を送るよう心がけるとともに、自分では難しいことは必要な支援・サービスを選択して利用することも大切です。また、心身の衰えに応じて、生活のあり方を見直していくことも必要です。

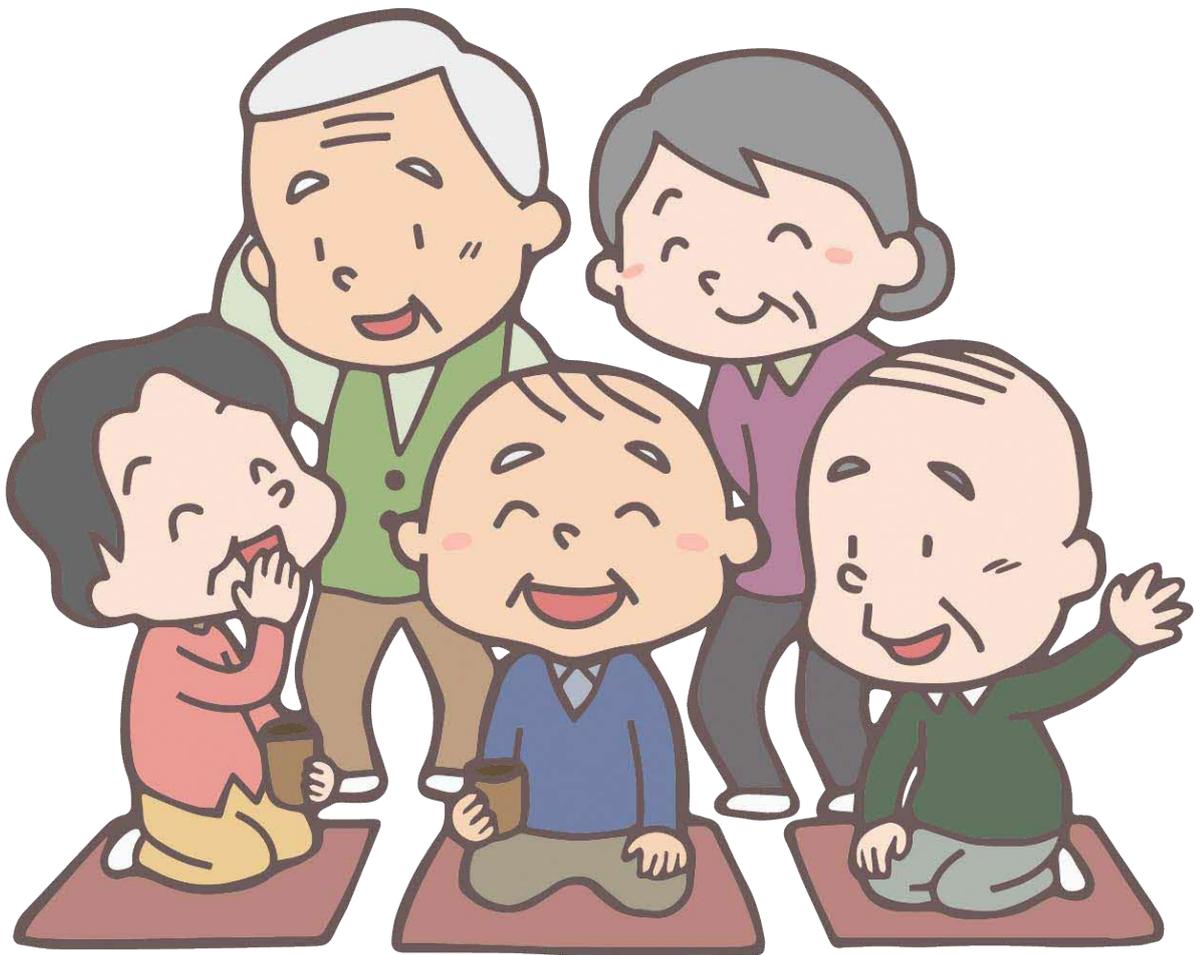
自分にとっても『張りのある生活』を確認し、必要に応じて『身の回りの支援』を活用しながらセルフマネジメントの道具として、この手帳を活用いただければと思います。（セルフマネジメントについては、次の項目でも説明しています。）



## 冊子の活用方法

この冊子を活用して、心身の健康に配慮した生活を送りながら、セルフマネジメント（生活機能の自己管理）の目標や計画をたて、地域内の活動場所を参照して活動に取り組んでみてください。

活動に取り組む際や日常生活を送るうえで不安や心配なことがあるときは、地域内の相談窓口を参考にしてください。



## 地域の活動

### \* 地域内の活動場所

ここでは、地域の中にある様々な活動の場所を紹介しています。あなたの興味・関心のある活動を探してみてください。  
(37ページ以降の活動場所窓口一覧と合わせてご覧ください)

#### ○ 地域に貢献したい

- ・ ボランティアをやってみたい
- ・ 地域おこしの活動をしてみたい
- ・ 特技や経験を活かして仕事がしたい

#### ○ 趣味を楽しみたい・身体を動かしたい・学びたい・交流したい

- ・ サロンや茶話会に参加したい
- ・ 共通の趣味を持つ仲間をつくりたい



## 介護予防生活機能自己チェック

### \* 生活機能の自己管理（セルフマネジメント）について

#### 介護予防をチェック

介護予防とは、高齢者（65歳以上）ができるだけ要介護状態にならないように、また、介護が必要な方の状態をそれ以上悪化させないようにする取り組みです。

地域の活動や趣味活動等に参加し、心身機能の維持・改善に取り組んでいても健康な状態が保てないことがでてきたときは、次に掲げた項目を参考にチェックしてみてください。

- 1 生活機能全般
- 2 運動機能
- 3 栄養状態
- 4 口腔機能
- 5 閉じこもり
- 6 物忘れ・認知症
- 7 うつ状態

§ それぞれの項目にチェック欄が記載されています。

予防確認チェックを行い、何かわからないことや困ったこと、気になることがありましたら、**地域包括支援センター**にお問い合わせください。



# 日常生活におけるチェック項目

支援などが必要な状態の原因となる生活機能の低下のサインを確認するために  
まずは、以下のリストを使って、ご自分の日常生活をチェックしてみましょう。

不安がある方は、**地域包括支援センター**にお問い合わせいただき、  
『基本チェックリスト』を行い、結果に基づき、介護予防事業にご参加いただく  
ことが可能です。

## 1 生活機能全般・・・生活が不活発になっていないかをチェックします。

「いいえ」が多いと生活が不活発になっている可能性があります。  
心身がより早く衰える危険が出てきます。

◆ひとりでバスや電車で外出できますか。 はい       いいえ

家族等の付き添いなしで、一人でバスや電車を利用して外出しているかどうかを聞いています。

なお、一人で自家用車を運転して外出している場合も含まれます。

◆スーパーや量販店に日用品を買い物に行くことができますか。 はい       いいえ

自ら外出し、何らかの日用品の買い物を適切に行っているかどうかを聞いています。電話での注文で済ませている場合は「いいえ」となります。

◆銀行などに行って、預貯金を出し入れすることができますか。 はい       いいえ

自ら預貯金のお出し入れをしているかどうかを聞いています。銀行等での窓口手続きも含め、本人の判断により金銭管理を行っている場合には「はい」とします。家族等に依頼して、預貯金のお出し入れをしている場合は「いいえ」となります。

◆友人の家を訪ねていくことができますか。 はい       いいえ

友人や知人の家を訪ねているかどうかを聞いています。  
電話による交流は含みません。また、家族や親戚の家への訪問も含みません。

◆家族や友人の相談にのることができますか。 はい       いいえ

家族や友人の相談にのっているかを聞いています。  
面談せずに電話にに応じている場合も「はい」とします。

## ❁介護予防のために…

《厚生労働省資料より》

特別なことをするのでなく、日々のちょっとした工夫をいしましょう。  
そのような取り組みにより、自分でできることの範囲を広げたり、  
急速な「老化」のスピードを遅くすることにもつながります。

生活機能の維持＝

「心身の機能」＋「生活行為全般」＋「家庭・社会への参加」

## 2 運動機能をチェック・・・筋力が衰えていませんか。 筋力が衰えることから、活動が不活発になったり、転倒などから 寝たきりをまねくことがあります。

◆階段を手すりや壁をつたわずに昇ることができますか。

はい  いいえ

階段を手すりや壁をつたわずに昇っているかどうかを聞いています。時々、手すり等を使用している程度であれば「はい」とします。

◆椅子に座った状態からつかまらずに立ち上がれますか。

はい  いいえ

椅子に座った状態から何もつかまらずに立ち上がっているかどうかを聞いています。時々、つかまっている程度であれば「はい」とします。

◆15分位続けて歩けますか。

はい  いいえ

15分位歩いているかどうかを聞いています。屋内、屋外等の場所は問いません。

◆この一年間に転んだことはありますか。

はい  いいえ

この一年間に「転倒」の事実があるかどうかを聞いています。

◆転倒に対する不安は大きいですか。

はい  いいえ

現在、転倒に対する不安が大きいかどうかを本人の主観に基づき回答してください。

### ※介護予防のために…

過度の安静による運動不足は逆効果です。運動で足腰をもっと丈夫にしましょう。

また、近隣のお達者サロンの活動への参加や、町で行う運動に関する各種講座や各教室もあります。内容や参加のお申し込み等は、それぞれ開催場所へ直接お問い合わせください。

### 3 栄養状態をチェック・・・栄養不足になっていませんか。

「はい」にチェックがある方は低栄養状態に注意が必要です。  
低栄養になると、筋力が衰えたり病気にかかりやすくなり、衰弱しやすくなります。

#### ◆6か月間で2～3kg以上の体重減少がありましたか。

はい       いいえ

6か月間で2～3kg以上の体重減少があったかどうかを聞いています。

6か月以上かかって減少している場合は「いいえ」となります。

#### ◆BMIが18.5未満（低体重）ですか。

はい       いいえ

(BMI=体重 kg÷身長 m÷身長 m) 身長、体重は、整数で計算してください。  
体重は1か月以内の値を身長は測定値を記載して差し支えありません。

『BMI』とは、身長と体重から求める国際的な体格の判定方法（計算方法）です。

BMI	判定
18.5未満	低体重
18.5～ 25.0未満	普通体重
25.0～ 30.0未満	肥満Ⅰ度
30.0～ 35.0未満	肥満Ⅱ度
35.0～ 40.0未満	肥満Ⅲ度
40.0以上	肥満Ⅳ度

#### ※計算例

体重60kgで身長が160cmの方の場合

体重60kg÷身長1.6m÷身長1.6m=23.4

**BMI 23.4 となります。**



### ※介護予防のために…

低栄養状態を防ぐ食生活のヒント 《厚生労働省資料より》

- 1か月に一度体重をはかりましょう
- 主食と主菜を毎食しっかり食べましょう
- エネルギーとたんぱく質が多く含まれる食品を食べましょう
- 水分を十分とり、脱水症状を予防しましょう
- 生活のリズムを整えましょう

## 4 口腔機能をチェック・・・飲み込みにくくなっていませんか。

「はい」にチェックが多い方は、口腔機能の低下に注意が必要です。食べたり飲みこんだりしにくくなるため、低栄養や肺炎など、全身の健康状態が悪化します。

◆半年前に比べて固いものが食べにくくなりましたか。

はい	いいえ
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

半年前に比べて固いものが食べにくくなったかどうかを聞いています。

半年以上前から固いものが食べにくく、その状態に変化が生じていない場合は「いいえ」となります。

◆お茶や汁物等でむせることがありますか。

はい	いいえ
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

お茶や汁物等を飲む時にむせることがあるかどうかを、本人の主観に基づき回答してください。

◆口の渇きが気になりますか。

はい	いいえ
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

口の渇きが気になるかどうかを、本人の主観に基づき回答してください。

### ※介護予防のために…

口の寝たきを予防するヒント 《厚生労働省資料より》

- ・毎食後歯みがきをしましょう
- ・口腔の体操を行い、口腔機能の向上をめざしましょう
- ・しっかりかんで食べましょう
- ・積極的に話す機会を増やしましょう
- ・お口の健康は全身の健康につながります

心配な方は、かかりつけ歯科医にご相談ください



## 5 閉じこもり度をチェック・・・外出していますか。

「はい」にチェックがある場合は、閉じこもりに注意が必要です。  
家に閉じこもりがちだと心身の活動が少ないため、全身の衰弱や  
認知症、うつなどをまねきやすくなります。

### ◆週に一度は外出していますか。

はい       いいえ

週によって外出頻度が異なる場合は、過去1か月の状態を  
平均してください。

### ◆昨年と比べて外出の回数が減っていますか。

はい       いいえ

昨年の外出回数と比べて、今年の外出回数が減少傾向にな  
る場合は、「はい」となります。

## ※介護予防のために…

意識的に生活空間を広げてみましょう。また、地域のサロンや団体等で  
企画する行事へ参加してみましょう。

閉じこもりを防ぐヒント      《厚生労働省資料より》

- 生活のリズムを規則正しくしましょう
- 定期的に健康診断を受けましょう
- 自分でやれることは、自分でやりましょう
- 積極的に自宅から外に出てみましょう
- ボランティア活動等に参加しましょう
- 趣味を楽しみましょう



## 6 物忘れ・認知症をチェック・・・認知症の疑いはありませんか。

「はい」にチェックがされた場合は、将来認知症になる可能性が高いかもしれません。認知症は予防と早期発見、早期対応が重要です。

◆周りの人から「いつも同じことを言う」などの物忘れがあるとされますか。

はい	いいえ
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

本人は物忘れがあると思っていても、周りの人から指摘されることがない場合は「いいえ」となります。

◆自分で電話番号を調べて、電話をかけることをしていますか。

はい	いいえ
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

何らかの方法で、自分で頼らず電話番号を調べて、電話をかけているかどうかを聞いています。誰かにダイヤルしてもらい会話だけする場合は「いいえ」となります。

◆今日が何月何日か分からない時がありますか。

はい	いいえ
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

今日が何月何日か分からない時があるかどうかを、本人の主観に基づき回答してください。月と日の一方しか分からない場合には「はい」となります。

### ✿介護予防のために…

物忘れ予防のヒント 《厚生労働省資料より》

- 地域社会の活動や趣味に積極的に取り組みましょう
- 適度な運動を習慣にしましょう
- 野菜や果物、魚を食べましょう
- 水分を十分にとりましょう
- 記憶力を積極的に使いましょう



## 『認知症が疑われるサイン』

認知症は、脳や体の疾患によって生じる、記憶や判断力の障害で、加齢による「物忘れ」とは異なります。自分の行動や気持ちに違和感を感じることがあったら、かかりつけ医や地域包括支援センターに相談しましょう。

- 1 直前にしたことや話したことを忘れてしまうようになった。
- 2 置き忘れやしまい忘れが増えて、いつも探しものをしている。
- 3 知っているはずの人やものの名前が出てこなくなった。
- 4 以前に比べ、ささいなことで怒りっぽくなった。
- 5 おしゃれやみだしなみに気を使わなくなった。
- 6 物事への興味や関心がなくなった。
- 7 外出がおっくうに感じるようになった。
- 8 本の内容やテレビドラマが理解できないことがある。
- 9 以前は使えていた電化製品の操作がわからなくなることがある。
- 10 慣れているはずの道で迷ったことがある。

※ このチェック項目だけでは、認知症の診断はできないので、気になることがあれば医療機関で相談しましょう。  
『認知症ケアパス』もご参照ください。『認知症ケアパス』は町の公式サイトからご覧いただくことができます。  
<http://www.town.mibu.tochigi.jp>

## 7 うつ状態をチェック

「はい」に2つ以上チェックがある場合は、うつに注意が必要です。  
うつになると活動量が減って心身が衰えます。

以下の質問は、ここ2週間の状況を本人の主観に基づき回答してください。

### 【ここ2週間】

- |                                       |                                |                                 |
|---------------------------------------|--------------------------------|---------------------------------|
| ◆毎日の生活に充実感がないと感じますか。                  | はい<br><input type="checkbox"/> | いいえ<br><input type="checkbox"/> |
| ◆これまで楽しんでやれていたことが楽しめなくなっ<br>てきていませんか。 | はい<br><input type="checkbox"/> | いいえ<br><input type="checkbox"/> |
| ◆以前は楽にできていたことが今ではおっくうに感じ<br>られますか。    | はい<br><input type="checkbox"/> | いいえ<br><input type="checkbox"/> |
| ◆自分が役に立つ人間だと思えないと感じますか。               | はい<br><input type="checkbox"/> | いいえ<br><input type="checkbox"/> |
| ◆わけもなく疲れたような感じがしませんか。                 | はい<br><input type="checkbox"/> | いいえ<br><input type="checkbox"/> |

### ※介護予防のために…

「うつ」「うつ病」は認知症と混同されやすい高齢者の症状です。認知症もうつ状態も、注意が散漫になったり、気分的に落ち込み、悲観的になったりします。うつ状態が認知症をまねいたり、認知症をきっかけにうつ状態を発症することや、併発することもあります。

心配な心身状態があったら、かかりつけ医に相談しましょう。

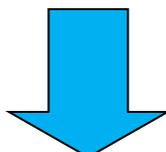


## \* 介護保険サービスの利用について

### ◎ 介護認定相談の流れ

#### 1) お近くの地域包括支援センターに相談する

地域包括支援センターには、高齢者の方やご家族、地域の方から、介護や福祉のご相談を受け付けています。あなたがお困りのことや必要なサービスなどについて、ご相談ください。



#### 2) 心身の状況や生活の様子を確認してもらう

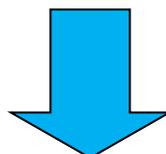
あなたの心身の状況を判断するため、以下のいずれかを行います。

**\*基本チェックリスト**

あなたの生活の状況等を確認するため、幾つかの質問に回答いただきます。

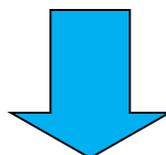
**\*要介護認定**

介護認定調査員がご自宅に訪問し、生活の状況などをお尋ねします。  
その結果と主治医の意見書に基づいて、医師等の専門の方で構成する会議において、あなたがどのくらい介護が必要であるか（要介護度）を検討します。



#### 3) 支援・サービスの利用計画を専門職と一緒に作る

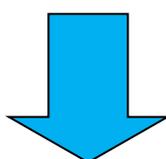
要介護認定の結果に基づき、あなたが望む生活の姿を目標として、それを実現するために必要な支援・サービスについて、専門職（介護支援専門員）と相談しながら計画（ケアプラン）をつくります。



#### 4) 介護サービス等を利用する

ケアプランに基づき、支援・サービスを利用します。  
利用できる支援・サービスは、あなたの要介護度等によって異なります。

基本チェックリスト該当者	要 支 援 1 ・ 2	要 介 護 1 ～ 5
<ul style="list-style-type: none"> <li>・介護予防・生活支援サービス</li> <li>・一般介護予防事業</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・介護予防サービス</li> <li>・地域密着型介護予防サービス</li> <li>・介護予防・生活支援サービス</li> <li>・一般介護予防事業</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・居宅サービス</li> <li>・地域密着型サービス</li> <li>・施設サービス</li> <li>・一般介護予防事業</li> </ul>



#### 5) 利用後の状況をふまえて、必要に応じて支援・サービスを見直す

介護サービス等の利用後は、心身の状況が変化していきますので、あなたの様子をふまえて、必要に応じ支援・サービスを見直していきます。あなたの様子を確認する方法は、あなたが利用している支援・サービスの内容によって異なります。

- \* ケアプランを作成した専門職が、定期的にあなたの様子を確認します。あなたの状況に応じて、様子を確認する間隔を調整します。



▼とにかく何か困ったら・・・

地域包括支援センターへ連絡してください

- ・北地区地域包括支援センター：86-3579
- ・南地区地域包括支援センター：82-2119

# 問 い 合 わ せ 窓 口

## 担 当 窓 口

内 容	窓 口	電 話 番 号
日帰り介護（デイサービス）	健康福祉課 高齢福祉係	81-1830
生活支援ホームヘルプ		
介護サポート24		
軽度生活援助		
寝具洗濯乾燥消毒		
外出支援サービス		
安否確認・緊急通報システム等貸与		
家庭介護者助成		
紙おむつ給付		
家族介護教室		
高齢者見守りネットワーク		
敬老金の支給		
車いす貸出	社会福祉協議会	82-7899
地域支え合い推進員		
栃木権利擁護センター（あすてらすみぶ）		
いきいき壬雷クラブ連合会（老人クラブ）		
お達者サロン		
ボランティアセンター		
高齢者肺炎球菌予防接種	健康福祉課 健康増進係	81-1885
インフルエンザ予防接種		
健康診断（特定・後期高齢者・がん・結核）		
健康マイレージ		
生活支援ボランティア派遣事業 （つなぐ輪 みぶ）	健康福祉課 介護保険係	81-1876・1877
	南地区地域包括支援センター	82-2119
	北地区地域包括支援センター	86-3579

内 容	窓 口	電話番号
介護者サロン	健康福祉課 介護保険係	81-1876・1877
	南地区地域包括支援センター	82-2119
	北地区地域包括支援センター	86-3579
	社会福祉協議会	82-7899
人間ドック等補助	住民課 国保年金係	81-1832
シルバー人材センター	シルバー人材センター	82-4682
町民活動支援センター（みぶりん）	町民活動支援センター（みぶりん）	21-8731
公民館各種講座	壬生中央公民館	82-0108
	稲葉地区公民館	82-7374
	南犬飼地区公民館	86-0031
	生涯学習館	82-8384
	ゆうがおスポーツクラブ	51-6022
ふれあい交流館	ふれあい交流館	82-8818

町内施設等所在地

町内施設等	所在地
壬生町役場	通町12番22号
社会福祉協議会	大字壬生甲3843番地1（壬生町保健福祉センター内）
南地区地域包括支援センター	大字壬生甲2342番地3
北地区地域包括支援センター	大字北小林815番地
シルバー人材センター	大字壬生甲3844番地2（シルバーワークプラザ内）
中央公民館	本丸一丁目8番33号
稲葉地区公民館	大字上稲葉932番地
南犬飼地区公民館	大字安塚1179番地
生涯学習館	落合3丁目5番3号
ふれあい交流館	大字壬生甲599番地

# 身近な相談先

## 民生委員・児童委員

厚生労働大臣から委嘱された方々で、地域の皆さんの福祉相談をうけ、関係機関への協力活動を行っています。

※ 担当の民生委員・児童委員がわからない場合は、お問い合わせください。

健康福祉課 社会福祉係 81-1883

## 地域支え合い推進員

壬生町では、高齢者の皆さまが住み慣れた地域で安心して暮らせる地域づくりをしていくことを目指し「地域支え合い推進員」を配置しております。

『支え合い事業』『おたがいさま』『むこう三軒両隣』の推進や、新たなサービスをつくりだす役割を担っています。

「地域でこんな課題がある。」「こんな地域をつくりたいが、どう進めて良いかわからない。」など、地域での取り組みのお手伝いや、ご相談を受けることを通じて地域福祉の活性化に努めています。

社会福祉協議会 82-7899

## 認知症地域支援推進員

壬生町では、認知症ケア体制の強化を図るため、地域包括支援センターに「認知症地域支援推進員」を配置しています。認知症の方やその家族の相談支援や地域で身近な病気として認知症を理解していただく活動をしています。

南地区地域包括支援センター 82-2119

北地区地域包括支援センター 86-3579

※ お住まいの地域を担当する地域包括支援センターをご利用ください。

## オレンジカフェ

認知症の人やその家族を中心に、誰もが参加できる交流の場です。有志が集まったボランティアが月1回、オレンジカフェを開いています。お気軽にお越しください。

カフェ名	所在地	電話	開催日時
福っくら	北小林 815 デイサービスセンター しもつけ荘 ホール	86-3579	毎月 第3日曜日 10:00～12:00 参加費：100円
なごみ	壬生甲 599 ふれあい交流館 (しののめ公園内)	82-2119	毎月 第4金曜日 10:00～12:00 参加費：100円

## 認知症疾患医療センター

物忘れなどの自覚症状があったり、認知症に不安を抱えたりする家族に対し、相談を受け付ける都道府県指定の病院に設置されている専門医療機関です。受診につきましては、かかりつけ医などにご相談ください。

近隣医療機関：獨協医科大学病院 87-2251

(受付時間 月～金 14:00～16:00)

## 栃木権利擁護センター（あすてらす・みぶ）

認知症高齢者や知的・精神障害などにより判断能力に不安がある方を対象に、地域で安心して生活できるようお手伝いをしています。お気軽に本会までご相談ください。

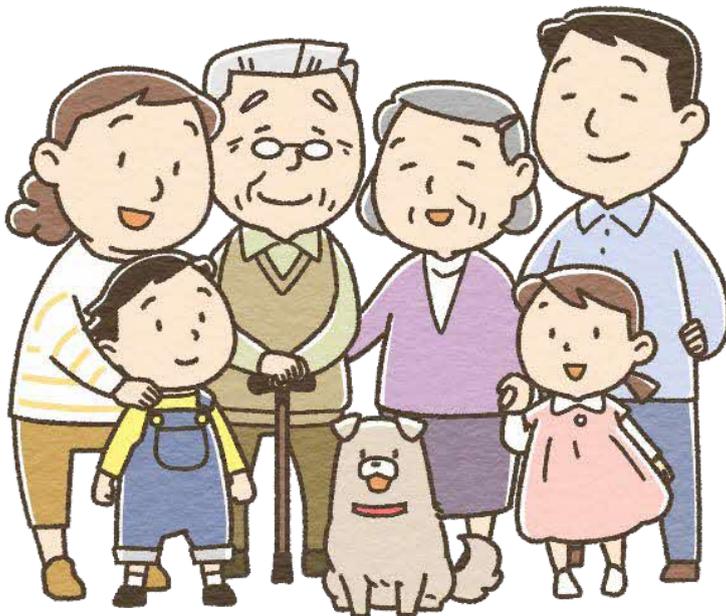
お手伝いの内容	料金
① 福祉サービス利用のお手伝い ② 日常的なお金の出し入れのお手伝い	1回おおむね1時間 1,000円
③ 大切な書類や印鑑などのお預かり	月額 500円

社会福祉協議会 82-7899

## 社会福祉協議会

町民主体の理念に基づき、地域の福祉課題の解決に取り組み安心して暮らせる地域づくりを推進し、各種事業を行っています。お達者サロンへの支援やボランティアセンター運営を行うとともに、お互いに支え合っていける地域づくりを目指しています。

社会福祉協議会 82-7899



# 地域包括支援センター

高齢者の心身の健康の保持と生活の安定のために必要な支援を行う、総合相談窓口です。介護や福祉に関する様々な相談に応じ、関係機関と連携を図り支援を行います。

## <サービス内容>

地域包括支援センターは、相談や支援をおこなうため、

- ① 保健師・看護師
- ② 社会福祉士
- ③ 主任介護支援専門員（主任ケアマネジャー）

の3職種による専門チームを配置しています。

### ○ さまざまな相談ごと

高齢者やその家族から介護や福祉などに関する相談を受け、適切なサービスができるよう支援します。

例えば：ひとり暮らしの高齢者がいて心配

福祉サービスのことが知りたい など

### ○ 介護や健康のこと

要介護状態になる可能性がある方などへ、介護予防事業の紹介や調整をします。また、要支援者の介護予防プラン作成やサービス利用調整をします。

例えば：介護認定を受けたい、要介護状態にならないよう予防したい など

### ○ 権利を守ること

高齢者の皆様の権利を守ります。高齢者虐待の早期発見や成年後見制度の紹介などをおこないます。

例えば：虐待に関する連絡相談、悪質訪問販売等に関する相談、判断能力低下している方の支援 など

### ○ 暮らしやすい地域にするために

地域の多様な社会資源を活用したケアマネジメント体制の構築をおこなうために、さまざまな機関と協力していきます。

<費用> 無料

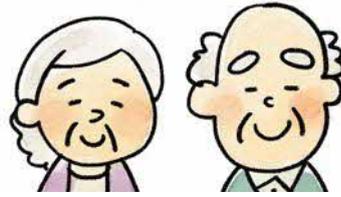
<手続き> お住まいの地区を担当する包括支援センターをご利用ください。

- 連絡先は次ページをご覧ください。



高齢者のための相談窓口

## 地域包括支援センター



壬生南地区地域包括支援センター TEL 82-2119

壬生北地区地域包括支援センター TEL 86-3579

あなたが相談する地域包括支援センターはどちらでしょう？

壬生南地区地域包括支援センター

TEL 82-2119

壬生北地区地域包括支援センター

TEL 86-3579

上表町	中表町	下表町	下横町	今井
東下台	城東町	城内	城南	万町
舟町	栄町	上新町	上通町	仲通町
下台団地	駅東	西高野	県営壬生住宅	
三好町	旭町	車塚	馬場	原宿
上坪	前宿坪	台坪	田向稻荷内	
星の宮	至宝町北	至宝町南	ひばりヶ丘	
六美町中央		六美町南部		
下馬木	(壬生)	下馬木	(稲葉)	釜ヶ渚
原坪	鹿島	下町	上町	本郷
松原	西部	中央	北原	台宿
下坪	東原	鯉沼	福和田	

六美町北部	緑町一丁目～四丁目
おもちゃのまち	幸町一丁目～四丁目
獨協医大職員寮	落合 若草 いずみ
あけぼの 虹の杜	北小林 上長田 上田
中泉 助谷	助谷原
安塚(一) 安塚(二) 安塚(三) 安塚中央 安塚南部	
国谷中央 国谷新田 国谷本田 国谷南	

▼とにかく何か困ったら・・・

地域包括支援センターへ連絡してください！！

## 日 帰 り 介 護



介護保険の認定を受けていない、家に閉じこもりがちな65歳以上の高齢者の方に、指定の施設で1日を楽しく過ごしていただいています。

- <サービス内容> 日常生活動作訓練, レクリエーションなど
- < 利用回数 > 週 1回
- < 費 用 > 1回 1,000円+昼食代+交通費320円
- < 施 設 名 > しもつけ荘, 元気, ひだまり, えがお, まごころ, あゆむ  
あいの杜壬生, にこにこ家族, 楽笑

健康福祉課 高齢福祉係 81-1830

## 生活支援ホームヘルプ

入院中の身寄りのない高齢者や、介護保険の対象とならない支援の必要な高齢者の方へ支援をおこないます。

- <サービス内容> 買い物, 調理, 洗濯, 掃除など
- < 利用回数 > 週 1回
- < 費 用 >

		利用時間	
		1時間	1時間以上 1時間30分未満
負担割合	1割	230円	310円
	2割	460円	620円
	3割	690円	930円

※1割負担・・・年金収入+その他の合計所得金額が単身世帯で280万円未満、または2人以上世帯で346万円未満。

2割負担・・・年金収入+その他の合計所得金額が単身世帯で280万円以上340万円未満、または2人以上世帯で346万円以上460万円未満。

3割負担・・・年金収入+その他の合計所得金額が単身世帯で340万円以上、または2人以上世帯で463万円以上。

- < 施 設 名 > はっぴーらいふ, あいケアステーション  
下野農業協同組合, 社会福祉協議会

健康福祉課 高齢福祉係 81-1830

## 介護サポート24

在宅で介護している家族が急に介護できなくなった場合に、緊急の宿泊サービスを提供します。

< 対象者 > ・介護保険の認定を受けていない町内在住の65歳以上の方で、概ね自立している方

・感染症に罹患しておらず、医療的なケアが必要ない方

< サービス内容 > 介護スタッフの常駐の下での食事、入浴、見守りサービス

< 利用回数 > 月 2回まで また、1回の利用につき2連泊まで

< 費用 >

	料金	備考
宿泊（食事含）	2,000円/1泊	宿泊先に直接お支払いください。
送迎	500円/片道	

< 施設名 > サンフレンズ壬生

健康福祉課 高齢福祉係 81-1830

南地区地域包括支援センター 82-2119

北地区地域包括支援センター 86-3579

## 軽度生活援助

ひとり暮らしの高齢者、高齢者のみ世帯の方に、日常生活の援助をおこないます。

< サービス内容 > 庭木の剪定、草むしり、家の掃除・修繕など

< 費用 > 1時間あたり：仕事の内容によって異なります

< 施設名 > 壬生町シルバー人材センター



健康福祉課 高齢福祉係 81-1830

## 寝具洗濯乾燥消毒

ひとり暮らしまたは高齢者のみ世帯の方で、寝具の衛生管理が困難な方に対し、寝具の洗濯や消毒（殺菌・脱臭）・乾燥をおこないます。（非課税者：無料）

< 利用回数 > 年 2回（7月，11月） 洗濯・乾燥（消毒含む）

< 費用 > 洗濯・乾燥：770円



健康福祉課 高齢福祉係 81-1830

## 外出支援サービス

ひとり暮らしの高齢者、高齢者のみ世帯の方が、町外の医療機関へ受診する場合に、外出支援をおこないます。

< サービス内容 > 町外の医療機関へ通院時、タクシーを利用する方にタクシー料金の支援をおこないます。

< 利用回数 > 月 2往復 4枚まで

< 費用 > タクシー利用料金の半額

※（但し、利用料金には限度額があります。）



健康福祉課 高齢福祉係 81-1830

## 安否確認・緊急通報システム等貸与

ひとり暮らしの高齢者で、日常生活上の不安がある方に、安否確認・緊急通報システム等を貸与します。

< サービス内容 > 安否確認に必要な赤外線センサーを、主に生活する部屋の天井に取り付け、ボタンを押すだけで民間の受信センターに連絡できる緊急通報システムを貸し出します。

< 費用 > 非課税世帯：月額 300円＋消費税

その他：月額 1,800円＋消費税

健康福祉課 高齢福祉係 81-1830

## 家庭介護者助成

要介護3～5の認定の高齢者を自宅で介護している、介護者の方へ助成金を交付します。

- < 金額 > 月額 3,000円
- < 支払方法 > 3ヶ月ごとに、介護者の口座へ振り込みます。  
(4月・7月・10月・1月)



健康福祉課 高齢福祉係 81-1830

## 紙おむつ給付

要介護3～5に認定された方で、自宅で生活し、紙おむつを使用している方に、紙おむつ給付券を支給します。町で契約している店舗で使用できます。

- < 金額 > 1ヶ月 3,000円分
- < 給付方法 > 2ヶ月ごと(偶数月)に給付します。



健康福祉課 高齢福祉係 81-1830

## 家族介護教室

介護方法や介護者の健康づくり等について、知識や技術などを修得していただくための教室を開催します。

- < 対象者 > 自宅で高齢者を介護している家族、介護に興味・関心のある方
- < 費用 > 無料
- < 内容 > 包括支援センターへ委託して、教室を開催します。



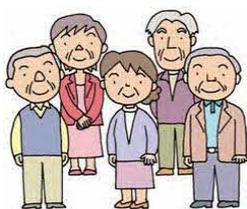
例：介護方法・介護記録の方法・介護者の健康づくり・介護用品についてなど(教室の内容については、地域包括支援センターへお問い合わせください。)

健康福祉課 高齢福祉係 81-1830

## 高齢者見守りネットワーク

ひとり暮らしの高齢者、高齢者のみ世帯の方が、地域の中で安心した生活ができるよう、地域住民による日常的な見守りをおこないます。

- < 対象者 > 65歳以上でひとり暮らしの高齢者・高齢者のみ世帯
- < 費用 > 無料
- < 内容 > 地域の見守りチームによる、声かけや訪問などを通して、高齢者（希望者）の日常をさりげなく見守ります。
- < 申込方法 > 65歳になる年に、壬生町役場高齢福祉係より通知を



発送します。

希望の有無、必要事項を記入した書類をご提出いただきます。（地区の民生委員へ書類をお渡しください。）

（内容の変更等を希望する場合は、高齢福祉係へご連絡ください。）

健康福祉課 高齢福祉係 81-1830

## 車いす貸出

高齢者または事故や病気の原因で『一時的』に車いすを必要とされる方に、車いすの貸出しをおこないます。

但し、入院中の方や施設に入所している方の病院・施設内での利用は対象となりません。

- < 貸出期間 > 最大3ヶ月
- < 費用 > 無料
- < 申込方法 > 町社会福祉協議会に電話で連絡のうえ、お越しください。



『申請書』を記入し、提出が必要です。

社会福祉協議会 82-7899

## 認知症サポーター養成講座

認知症サポーター養成講座を受け、認知症についての基礎知識や物忘れ徘徊時の声かけなどの認知症への対応方法などを学ぶ講座です。認知症の方やその家族を地域で温かく見守り支援していく方々を育みます。



南地区地域包括支援センター 82-2119

北地区地域包括支援センター 86-3579

## 介護者サロン

介護者の方が集まってお茶を飲みながら、介護について語り合ったり、専門職からのアドバイスを受けることができます。介護者の方々の井戸端会議の場ですので、気軽に参加してください。

- < 対象者 > 自宅で高齢者の介護をしている、またはしていた家族や支援者
- < 費用 > 無料
- < 内容 > 介護者同士の憩いの場の提供と専門職による相談・助言
- < 場所・時間 > ふれあい交流館 10:00～12:00
- < 申込先 >



健康福祉課 介護保険係 81-1876・81-1877  
南地区地域包括支援センター 82-2119  
北地区地域包括支援センター 86-3579  
社会福祉協議会 82-7899

## 生活支援ボランティア派遣事業（つなぐ輪 みぶ）

高齢者の方が、住み慣れた自宅で生活できるよう、会員制で“おたがいに”困っていることを助け合う、有償ボランティア活動です。

### < 会員の種類 >

- 利用会員 : 生活支援を必要としている高齢者の方
- 応援会員 : 福祉に興味・理解のある方
- 両方（どちらも）会員 : 時に利用・時に協力『どちらもあり』の方

### < 提供できるサービス >

- 日常的なこと : 掃除、洗濯、食事づくり、後片付け、買い物など
- ちょっとした困りごと : 灯油の補充、電球の交換、ゴミ出し、縫い物など
- その他 : 外出や通院の付き添い、話し相手など

※ 上記以外にも、お気軽にご相談ください。

- できる限り、ご要望にお応えできるように努めますが、対応できる“応援会員”が見つからないこともありますので、あらかじめご了承ください。

### < 休 活 日 >

- 8月13日～8月16日（お盆の時期）、12月29日～翌年1月3日（年末年始）

### < 受付方法等 >

受付方法：お住まいの地域の「地域包括支援センター」へ、お電話にてお問い合わせください。状況をお伺いいたします。

受付日時：月曜～金曜（9:00～17:00）

### < 利用料金 >

- 入会金、会費は必要ありません。
- 利用料：1時間 500円
- 交通費：5キロまで：50円。5キロ以上：100円  
（応援会員宅と利用会員宅の距離。買い物等で車移動が必要な場合も同様の交通費をご負担いただきます。）

※ 料金は、応援会員に直接お支払いください。

### < そ の 他 >

- ★ 応援会員登録：随時（資格、経験は問いません。）
  - ・ 登録～応援までコーディネーターがご相談に応じますので、お気軽にご相談ください。
  - ・ できること、得意なことで応援してください。



# 敬 老

## 敬老金の支給

高齢者の長寿を祝福して、敬老金を贈呈します。



< 対 象 者 > 町内に在住の77歳以上の方

< 支 給 額 > 77歳に達する方：5,000円

78歳以上の方：1,000円  
(現金又は相当する額の金券物品等)

< 手 続 き > 該当される方に「敬老金」に関する通知を郵送します。

健康福祉課 高齢福祉係 81-1830

## 保健・医療

### 高齢者肺炎球菌予防接種

壬生町では、住民登録がある対象年齢の方に、個別に通知いたします。

※注：過去に成人用肺炎球菌ワクチン（ポリサッカライド）の接種を受けたことのある方は対象となりません。

- < 接種対象者 >      ○ 予防接種法に基づく定期接種
- ① 年度末に65歳、70歳、75歳、80歳、85歳、90歳、95歳、100歳になる方
  - ② 接種日時点で60歳以上65歳未満の者であり、心臓、じん臓、呼吸器、ヒト免疫不全ウイルスによる免疫機能に身体障害者1級相当の障害のある方
- ・ 接種料金から5,500円を差し引いた額を窓口でお支払いください。（医療機関へ直接お支払いください。）
- ※注：1度接種したことのある方は、町の助成を受けることができません。
- < 接種時期 >      ○ 毎年4月1日～翌年3月31日
- < 接種方法 >      ○ 個別接種方式により、各医療機関の定める日程でおこないます。  
申し込みは直接、医療機関へお願いします。
- < 医療機関 >      ○ 県内の委託医療機関  
※ 委託医療機関がご不明の場合は、健康増進係までお問い合わせください。

健康福祉課 健康増進係 81-1885



## インフルエンザ予防接種

高齢者のインフルエンザ予防接種を毎年10月から実施します。

- < 対象者 >
- ・ 壬生町に住民票のある方で、満65歳以上の方
  - ・ 満60歳から65歳未満の方で、心臓、腎臓、若しくは呼吸器の機能またはヒト免疫不全ウイルスによる免疫機能に障がいがある方で身体障害者手帳1級を所持する方
- < 実施時期 > 毎年10月1日頃～2月28日
- < 実施場所 > 県内の委託医療機関
- ※ 予約してお受けください。接種当日は必ず健康保険証をご持参ください。なお、施設入所者等で町内の医療機関での接種が困難な方は健康増進係までお問い合わせください。
- < 費用 > 自己負担額 1,300円（期間内 1回のみ助成）
- ※ 生活保護受給世帯の方は費用を助成します。（接種前に、必ず健康増進係へ申請してください。）
- < その他 >
- ・ 11月～12月中旬（流行前）の接種が望ましいです。
  - ・ 対象者に対し、個別通知はしておりません。

健康福祉課 健康増進係 81-1885



## 人間ドック等補助

壬生町指定の医療機関でおこなう人間ドック検診・脳ドック検診の助成をおこないます。

- < 対象者 >
- ・ 国民健康保険、後期高齢者医療に加入されている方で検診日に次のすべての項目に該当される方のみ助成対象です。

### 【国民健康保険】

- ① 壬生町国民健康保険の被保険者
- ② 年齢35歳以上
- ③ 世帯の壬生町国民健康保険税に未納がないこと
- ④ 同一年度に町がおこなう特定健診を受診していないこと
- ⑤ 脳ドック助成は、前年度の脳ドック助成を受けていないこと



### 【後期高齢者医療】

- ① 町内に住所がある栃木県後期高齢者医療の被保険者
- ② 後期高齢者医療保険料の未納がないこと
- ③ 今年度に町がおこなう特定健診・後期高齢者健診を受診していないこと
- ④ 同一年度の壬生町国民健康保険ドック検診助成を受けていないこと
- ⑤ 脳ドック助成は、前年度の脳ドック助成を受けていないこと

### < 申請方法 >

#### 【国民健康保険にご加入の方】

「壬生町国民健康保険ドック検診助成金交付申請書」に記入のうえ郵送または直接窓口に提出

#### 【後期高齢者医療にご加入の方】

「壬生町後期高齢者医療ドック検診助成金交付申請書」に記入のうえ郵送または直接窓口に提出

※5月10日前後で一度募集を締め切り、予定人数を超過した場合は抽選となります。締め切り後については、まず空きの有無を住民課国保年金係までお問い合わせください。

< 受付場所 > 壬生町役場住民課国保年金係、稲葉出張所、南犬飼出張所

< 受付後の流れ > 申請された方には助成決定または抽選もれの通知をお送りします。助成が決定した方は、ご自身で直接対象医療機関にご予約ください。受診の際には、助成決定通知とともにお送りする「検診券」と「保険証」を必ずお持ちください。

- ※ 注
- ・ 助成は年度内1回限り。人間ドックまたは脳ドックいずれか
  - ・ 町指定の医療機関以外で受けた場合は助成されません

住民課 国保年金係 81-1827・81-1832

## 特定健診

特定健診は、保険者が40歳～74歳の被保険者の方を対象におこなう健康診断です。壬生町では壬生町国民健康保険に加入している方とその他の保険（協会けんぽ等）の扶養の方を対象に特定健診を行います。

（その他の保険の被保険者本人は受診できません）

### < 必要なもの >

「保険証」と「受診券」が必要です。（国民健康保険の方には、申込受付後、町から「受診券」をお送りします。その他の保険の扶養の方は受診当日に保険者から発行された特定健診受診券を必ずご持参ください。詳しくは加入している保険者にお問い合わせください。

国民健康保険被保険の方は、集団健診もしくは町内の医療機関での個別健診のどちらかを選択することができます。

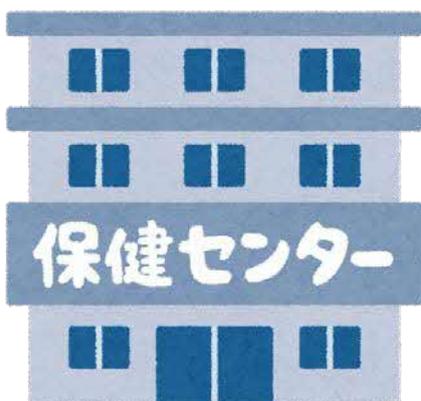
※ 健診の結果は、必要に応じて保健指導に活用します。ご了承のうえ受診お願いします。

## 後期高齢者健診

後期高齢者医療制度の被保険者（原則75歳以上の方）は、栃木県後期高齢者医療広域連合から町が委託を受けて健診を実施いたしますので、町の国民健康保険被保険者と同様に受診することができます。健診当日は、「保険証」と「受診券」をご持参ください。「受診券」は申込受付後に町から送付いたします。

集団健診、町内の医療機関での個別健診のどちらか選択することができます。

住民課 国保年金係 81-1832・81-1836



## 各種検診

### <子宮頸がん検診>

- ・ 20歳以上の女性で年度末に偶数年齢の方（子宮頸部細胞の検査）

### <乳がん検診>

- ・ 30歳以上の女性で年度末に偶数年齢の方（超音波検査）
- ・ 40歳以上の女性で年度末に偶数年齢の方  
（マンモグラフィー・超音波検査）

### <胃がん検診>

- ・ 40歳以上の男女（胃部X線間接撮影）で胃がんの有無を調べる検査

### <胃がんハイリスク検診>

- ・ 年度末に40歳、45歳、50歳、55歳、60歳、65歳、70歳の男女（ヘリコバクターピロリ抗体検査・ペプシノゲン検査（血液検査）で、胃がんになる危険度を調べる検査
- ※ 年齢対象の方は、併せて検診されることをお勧めします。

### <大腸がん検診>

- ・ 40歳以上の男女が対象（検便2日法）

### <前立腺がん検診>

- ・ 50歳以上の男性（血中PSA値血液検査）



### <結核検診>

- ・ 65歳以上で胸のレントゲンを受ける機会がない方に、胸部X線間接撮影で結核の有無を調べる検査です。
- ※ 人間ドックや肺がん検診を受けた方（受ける方）は対象外

### <肝炎ウイルス検査>

- ・ 40歳以上の男女で過去に検査を受けたことがない方（B型・C型ウイルス血液検査）

### <骨密度測定>

- ・ 年度末に40歳、45歳、50歳、55歳、60歳、65歳、70歳の女性の方（超音波検査）

※ 健診の申し込みや、詳細については毎年発行される『健診申込みについて』でご確認ください。健診の日程や、負担費用など詳しく知ることができます。

### <歯周疾患検診>

- ・ 歯周疾患は、単に歯だけの問題ではなく、全身の病気を引き起こすこともあり、早い時期からの予防対策が重要です。  
対象は、40歳、45歳、50歳、60歳、65歳、70歳、76歳
- ※ 対象の方には、個別にご案内を送付します。

健康福祉課 健康増進係 81-1885

76歳の方の歯周疾患検診についてのお問い合わせは・・・

住民課 国保年金係 81-1832・1836

## 健康マイレージ

町民の健康づくりを応援しようと、特定健康診断の受診や対象イベントなどに参加した満19歳以上の町民にポイントを与える健康マイレージ事業「みぶまち健康の貯金箱」に取り組んでいます。

### < 参加方法 >

2つの方法があります。（どちらかひとつ）

- ① 町役場や保健福祉センターなどでポイントカードを入手する方法
- ② Web登録する方法

### < ポイント >

- 健康診断、介護予防事業への参加、地域のラジオ体操や健康講座、ボランティア活動など決められたポイント対象活動があり、実践した場合、規定のポイントが加算されます。ポイントカードでは100ポイント、Web版では500ポイント貯めると、景品と交換できます。

健康福祉課 健康増進係 81-1885



# 町内関係機関一覧

名	前	電話番号
民生部健康福祉課介護保険係		0282-81-1876 0282-81-1877
民生部健康福祉課高齢福祉係		0282-81-1830
壬生南地区地域包括支援センター		0282-82-2119
壬生北地区地域包括支援センター		0282-86-3579

	内 容	ページ
活動場所窓口一覧	ふれあい交流館	38
	いきいき壬雷クラブ連合会（老人クラブ）	38
	お達者サロン	38～40
	シルバー人材センター	41
	町民活動支援センター（みぶりん）	41
	ボランティアセンター	42～43
	公民館各種講座	43
	診療所	44～48
	歯科診療所	49～50
	薬局	51～53
	居宅介護支援（ケアマネジャー）	54
	訪問介護（ホームヘルパー）	55
	訪問看護	56
	通所介護（デイサービス）	57～59
	通所リハビリ	60
	短期入所生活介護（ショートステイ）	61
	短期入所療養介護（療養型ショートステイ）	62
	グループホーム・小規模多機能施設事業所	63

# 活動場所一覧

## ふれあい交流館

東雲公園の中にある「ふれあい交流館」には、入浴施設があります。年齢にかかわらずどなたでも利用できます。内風呂・露天風呂があり、自宅では味わえないような爽快感をえられます。

< 営業日 > 火～日（月曜休館 ただし祝日の場合は翌日休館）

< 利用時間 > 9：00～21：00

< 入浴 > 10：00～20：00（入浴受付は19：30まで）

< 料金 > 小学生及び60歳以上 150円

一般（中学生以上） 300円

未就学児及び障害者手帳等をお持ちの方：無料

（障害者手帳等とは、身体障害者手帳、療育手帳、精神障害者保健福祉手帳をいいます）

ふれあい交流館 82-8818

## いきいき壬雷クラブ連合会（老人クラブ）

いきいき壬雷クラブ連合会では、仲間づくりを基本とする「生きがいくくり」「健康づくり」「地域づくり」を目指した活動を行っています。具体的には、グラウンド・ゴルフ大会、スポーツ大会、演芸大会、作品展示会、ゴルフ大会、各種研修会（交通安全、健康増進等）、社会奉仕活動、多世帯交流等幅広い活動を行っています。

また、いきいき壬雷クラブ連合会加入の地域の老人クラブ（単位クラブ）でも様々な活動を行っています。概ね60歳以上の方であればどなたでも入会できます。

社会福祉協議会 82-7899



## お達者サロン

主にひとり暮らしの高齢者や高齢者世帯の方々を中心に、身近な場所に気軽に集える場所で、閉じこもり予防と高齢者が交流することにより、生きがいをもって元気で自立した楽しい生活を送り、併せて介護予防の推進を図ることを目的とした活動です。

※ 開催場所や日程については、次ページをご覧ください。

社会福祉協議会 82-7899



# お達者サロン一覧

令和3年4月1日 現在

睦地区お達者サロン	<ul style="list-style-type: none"> <li>・開催場所：むつみの森</li> <li>・月2回、第2・第4月曜日 10：00～12：00</li> </ul>
安塚お達者サロン	<ul style="list-style-type: none"> <li>・開催場所：安塚地区コミュニティセンター</li> <li>・月2回、第1・第3金曜日 10：00～12：00</li> </ul>
六美（のぞみ）お達者サロン	<ul style="list-style-type: none"> <li>・開催場所：六美南部自治会公民館</li> <li>・月2回、第1・第3水曜日 10：00～12：00</li> </ul>
下表町お達者サロン	<ul style="list-style-type: none"> <li>・開催場所：下表町公民館</li> <li>・月2回、第1・第3月曜日 10：00～12：00</li> </ul>
上田お達者サロン	<ul style="list-style-type: none"> <li>・開催場所：上田公民館</li> <li>・月1回、水曜日 10：00～12：00</li> </ul>
あけぼのお達者サロン	<ul style="list-style-type: none"> <li>・開催場所：あけぼの公民館</li> <li>・月2回 10：00～12：00</li> </ul>
幸町1丁目お達者サロン	<ul style="list-style-type: none"> <li>・開催場所：おもちゃのまち第4児童公園（きのこの公園）</li> <li>・第2火曜日 13：00～15：00</li> </ul>
原坪お達者サロン	<ul style="list-style-type: none"> <li>・開催場所：原坪公民館</li> <li>・月2回、第2・第4火曜日 13：30～15：30</li> </ul>
駅東サロンあやめ	<ul style="list-style-type: none"> <li>・開催場所：駅東公民館、壬生駅東児童公園</li> <li>・月4回、毎週金曜日 10：00～12：00</li> </ul>
東下台いきいきサロン	<ul style="list-style-type: none"> <li>・開催場所：東下台公民館</li> <li>・月2回、第2・第3火曜日 10：00～12：00</li> </ul>
城南お達者サロン	<ul style="list-style-type: none"> <li>・開催場所：城南公民館、水井康生館</li> <li>・月2回、第2・第4金曜日 10：00～12：00</li> </ul>
落合地区お達者サロン	<ul style="list-style-type: none"> <li>・開催場所：落合公民館</li> <li>・月2回、第2火・第4木曜日 10：00～12：00</li> </ul>
至宝地区お達者サロン	<ul style="list-style-type: none"> <li>・開催場所：至宝公民館</li> <li>・月2回、第1・第3木曜日 10：00～12：00</li> </ul>

## お達者サロン一覧 続き

西高野すみれお達者サロン	<ul style="list-style-type: none"> <li>・開催場所：西高野公民館</li> <li>・月1回、第1日曜日 10：30～12：00</li> </ul>
交流館ふれあいいきいきサロン	<ul style="list-style-type: none"> <li>・開催場所：ふれあい交流館（東雲公園内）</li> <li>・月4回、毎週木曜日 10：00～12：00</li> </ul>
上稲葉イキキサロン	<ul style="list-style-type: none"> <li>・開催場所：稲葉地区公民館</li> <li>・月1回、第2金曜日 10：00～12：00</li> </ul>
万町お達者サロン	<ul style="list-style-type: none"> <li>・開催場所：万町公民館</li> <li>・月5回 10：00～12：00</li> </ul>
至宝夢サロン	<ul style="list-style-type: none"> <li>・開催場所：十二支館</li> <li>・月1回、第2金曜日 10：00～12：00</li> </ul>
緑1・2お達者サロン	<ul style="list-style-type: none"> <li>・開催場所：おもちゃのまち幼児公園、おもちゃのまち第一児童公園</li> <li>・月2回、第1・3水曜日 9：00～11：00</li> </ul>
北小林お達者ファミリー	<ul style="list-style-type: none"> <li>・開催場所：北小林公民館</li> <li>・基本月2回、月曜日 9：00～11：00</li> </ul>
六美町北部地区お達者サロン むつみの郷	<ul style="list-style-type: none"> <li>・開催場所：むつみの郷（民家）</li> <li>・月2回、第2・4木曜日 13：00～15：00</li> </ul>
サロンあじさい	<ul style="list-style-type: none"> <li>・開催場所：六美町南部自治会公民館</li> <li>・月2回、第1・3木曜日 10：00～12：00</li> </ul>
幸町二丁目 ゆずり葉お達者サロン	<ul style="list-style-type: none"> <li>・開催場所：おもちゃのまち第2児童公園</li> <li>・月1回、第4木曜日 10：00～12：00</li> </ul>
憩いのなかま	<ul style="list-style-type: none"> <li>・開催場所：中通町公民館</li> <li>・月2回、月曜日・火曜日 13：30～15：00</li> </ul>
下馬木お達者サロン	<ul style="list-style-type: none"> <li>・開催場所：下馬木公民館</li> <li>・月1回、第2水曜日 10：00～12：00</li> </ul>

## シルバー人材センター

おおむね60歳以上の健康で働く意欲のある高齢者を対象とした営利を目的としない、会員組織の団体です。高齢者が経験と知識を活用しながら、働くことを通じて地域社会に貢献し、生きがいと追加収入を得ることを目的としています。

< 入会方法 > ご本人がシルバー人材センターに来所のうえ、入会手続きをしてください。

< 費用 > 年会費：1,500円



< 説明会 > 毎月、月初め13:30~説明会をおこなっています。関心のある方は是非、お越しください。

< 仕事内容 > 例：庭木の剪定、草むしり、家の掃除・簡単な修繕  
シルバーファームなど

壬生町シルバー人材センター 82-4682

## 町民活動支援センター（みぶりん）

ボランティア団体、NPO等の活動を支援し、情報交換の場の提供や紹介、団体の活動について広報したり、研修や人材の育成なども行っています。

< 利用資格 > ボランティア活動など、各種町民活動に取り組んでいる町内の団体・個人、これから取り組みたいと考えている団体・個人

< 利用方法 > 登録申請書の提出が必要

< 開館日時 > 火曜日～金曜日 10:00～18:00（予約があれば21:00まで）  
土、日曜日及び祝日 10:00～17:00

< 休館日 > 毎週月曜および年末年始（12月29日～1月3日）

< 活動分野 > \*健康・医療・福祉の増進 \*高齢者・障がい者福祉の増進  
\*ひとり親家庭の福祉の増進 \*まちづくり推進・福祉の増進  
\*子供の健全育成など \*サークル・勉強会 \*自治会  
\*社会教育の促進 \*団体の運営・活動の援助 \*人権擁護  
\*花・植物によるまちづくり \*環境の保全・子供の自然体験  
\*災害救援・自主防災 \*学術・文化・芸術・スポーツの振興



町民活動支援センター（保健福祉センター内） 21-8731

## ボランティアセンター

ボランティアをしたい方、ボランティアを必要とする方のさまざまな情報を随時皆さんにお伝えしています。ボランティアに関することをご相談ください。

社会福祉協議会 82-7899

< 登録団体 > 令和3年4月1日現在

団 体 名	活 動 内 容
壬生町女性会	しもつけ荘での奉仕活動、町内各行事への参加協力
壬生町赤十字奉仕団	災害時炊き出し訓練（ふくしまつり）、赤十字団員研修の実施
壬生町朗読ボランティアグループひばり	町広報等の朗読テープ作成、図書館での読み聞かせ、町内学校や施設等への訪問
壬生ライオンズクラブ	壬生バンドフェスタ主催、青少年健全育成レスリング大会等主催
壬生町点訳グループ ゆうがお	聴覚障がい者への点訳、ガイドヘルプサービス、町内学校福祉授業への協力、壬生高校の外部講師
壬生町ひまわり会	しもつけ荘でのボランティア活動
手話サークルたんぼぼ	手話の学習、ろう者との交流
シルバー大同窓会壬生支部	高齢者施設やふるさとまつりでの清掃活動等
壬生民話ふくべの会	学校、高齢者施設、サロンでの民話語り活動
手話サークル ハーモニー	手話技術の向上、啓発活動
傾聴ボランティア きかせて	高齢者施設、個人宅、サロンでの傾聴活動
日本ボーイスカウト 壬生第1団	募金活動協力、ふくしまつり事業への協力
読み聞かせボランティアグループ「ゆめのお話会」	獨協医大病院小児病棟での読み聞かせ活動
栃木県立壬生高等学校JRC部	障がい者（あじさい）サロンへの参加協力など
獨協SP研究会	獨協医大での医療面接の協力
美水会（みすいかい）	高齢者施設、サロンでの民謡披露
日本ダウン症協会栃木支部	療育訓練時に清掃活動、県福祉事業に参加
マウイスタジオ・レファ・リコ	高齢者施設でのフラダンス披露

< 登録団体 > 令和3年4月1日現在 続き

夢壬隊（ゆめみたい）	炊き出し、がれき・土砂の撤去手伝いなど
「災害ボランティア」頑張り隊	災害時に地域の災害救助に出動する
花のまちづくり「にじの会」	おもちゃのまち駅東花壇の手入れ
子育て支援グループ「ポケット」	子育て相談、親子ふれあい広場等で読み聞かせ
壬力の町ガイドボランティアの会	観光ガイドボランティア
落合青色防犯パトロール隊	青色防犯パトロールで町内巡回
みぶ古墳群開設ボランティアの会	壬生町の古墳の開設
安塚駅前広場花愛好会	花壇整理
とちぎいやしの園芸研究会	園芸活動
壬生町立図書館「図書館ボランティア」	館内・館外での作業、イベント手伝い、読み聞かせ等

公民館各種講座

名称・連絡先	活動内容
壬生中央公民館 82-0108	<p>各種講座の開催や、各教室の参加者を募集しています。また、講座を終了した方の自主講座や、セミナーなども開催しています。</p> <p>*興味や関心のある活動がありましたら、詳しい内容や参加のお申込みなどは、左記に直接お問い合わせください。</p>
稲葉地区公民館 82-7374	
南犬飼地区公民館 86-0031	
生涯学習館 82-8384	
ゆうがおスポーツクラブ 51-6022	



## 診療所一覧

		院長		診療時間	月	火	水	木	金	土	日
1	施設名	あかりこどもクリニック	北原望								
			TEL	0282-81-0001	AM	9:00~12:00 第1・第3土曜は休診		○	○	○	○
	所在地	〒321-0228 大師町38番4号	FAX		PM	14:00~17:00		○	○	○	
備考											
2	施設名	荒川内科クリニック	院長	荒川博							
			TEL	0282-86-0501	AM	9:00~12:00		○	○	○	○
	所在地	〒321-0201 大字安塚1184番地10	FAX	0282-86-0601	PM	15:00~18:30 ±14:00~17:00		○	○	○	○
備考											
3	施設名	石崎眼科	院長	石崎道治							
			TEL	0282-81-0112	AM	9:00~12:00 火 9:00~11:30		○	○	○	○
	所在地	〒321-0227 通町7番18号	FAX	0282-81-0113	PM	14:00~17:30		○	○	○	○
備考											
4	施設名	石田消化器科・ 内科クリニック	院長	石田基雄							
			TEL	0282-82-7877	AM	9:00~12:00		○	○	○	○
	所在地	〒321-0216 大字壬生丁259番地7	FAX	0282-82-8868	PM	14:00~18:00 ± 14:00~17:00		○	○	○	○
備考 県認知症対応力研修修了											
5	施設名	大久保クリニック	院長	大久保義則							
			TEL	0282-81-0880	AM	9:00~12:00		○	○	○	○
	所在地	〒321-0218 落合三丁目4番7号	FAX	0282-81-0881	PM	15:00~18:00		○	○	○	○
備考 県認知症対応力研修修了											
6	施設名	大橋内科クリニック	院長	大橋裕二							
			TEL	0282-82-8522	AM	8:30~12:00		○	○	○	○
	所在地	〒321-0219 大字福和田1003番地1	FAX	0282-82-8521	PM	14:30~18:00 ± 13:30~16:30		○	○	○	○
備考 在宅療養支援診療所 県認知症対応力研修修了											
7	施設名	小倉医院	院長	小倉建夫							
			TEL	0282-82-0057	AM	8:30~12:00		○	○	○	○
	所在地	〒321-0227 通町10番5号	FAX	0282-83-0190	PM	14:00~17:30 ± 14:00~17:00		○	○	○	○
備考 県認知症対応力研修修了											

## 診療所一覧

		施設名	院長	診療時間	月	火	水	木	金	土	日		
8	施設名	おもちゃのまち内科 クリニック	院長	安楽之孝	診療時間		月	火	水	木	金	土	日
	TEL		0282-86-1517	AM	9:00~12:00	○	○	○		○	○		
	所在地	〒321-0203 幸町二丁目11番2号	FAX	0282-86-4976	PM	16:00~18:00 ± 13:30~15:00	○	○	○		○	○	
備考		在宅療養支援診療所 県認知症対応力研修修了											
9	施設名	かとう小児科	院長	加藤邦重	診療時間		月	火	水	木	金	土	日
	TEL		0282-82-7576	AM	9:00~12:00	○	○	○		○	○		
	所在地	〒321-0218 落合三丁目7番30号	FAX	0282-82-7786	PM	14:00~17:00	○	○	○		○	○	
備考		在宅療養支援診療所											
10	施設名	木村婦人科医院	院長	木村繁喜	診療時間		月	火	水	木	金	土	日
	TEL		0282-82-6136	AM	10:00~12:00	○	○		○	○			
	所在地	〒321-0214 大字壬生甲2349番地	FAX	0282-82-7783	PM	16:00~18:00	○			○			
備考		県認知症対応力研修修了											
11	施設名	クララクリニック	院長	平塚光広	診療時間		月	火	水	木	金	土	日
	TEL		0282-83-1311	AM	9:00~13:00	○	○	○	○	○	○		
	所在地	〒321-0214 大字壬生甲3312番地1	FAX	0282-83-1312	PM	15:00~17:00	○	○	○		○		
備考													
12	施設名	グリーンクリニック	院長	黒田久元	診療時間		月	火	水	木	金	土	日
	TEL		0282-86-3966	AM	9:00~13:00	○	○	○	○	○	○		
	所在地	〒321-0204 緑町三丁目9番15号	FAX	0282-86-3955	PM	15:00~18:00	○	○	○		○		
備考		県認知症対応力研修修了											
13	施設名	小林内科クリニック	院長	小林直彦	診療時間		月	火	水	木	金	土	日
	TEL		0282-86-8039	AM	9:00~12:00	○	○	○	○	○	○		
	所在地	〒321-0201 安塚西南原793番地1	FAX	0282-86-8038	PM	15:30~18:30	○	○	○	○	○		
備考		透析：月～土：午前9:00～ 月・水・金のみ15:00～（最終入室17:30）											
14	施設名	佐藤医院	院長	佐藤恵子里出陽子	診療時間		月	火	水	木	金	土	日
	TEL		0282-86-0123	AM	9:00~13:00 (受付 12:30)	○	○	○	○	○	○		
	所在地	〒321-0201 大字安塚1944番地1	FAX	0282-86-0123	PM	15:00~18:00 (受付 17:30) ± 13:30~16:00 (受付 15:30)	○	○		○	○	○	
備考		在宅療養支援診療所 県認知症対応力研修修了											

## 診療所一覧

		施設名	院長	診療時間	月	火	水	木	金	土	日
15	施設名	島田医院	島田克己	診療時間	月	火	水	木	金	土	日
			TEL 0282-86-0011	AM 9:00~12:30	○	○	○	○	○	○	○
	所在地	〒321-0201 大字安塚2008番地1	FAX 0282-86-5848	PM 14:30~17:00	○	○	○		○		
備考											
16	施設名	しろやま眼科	院長 城山力一	診療時間	月	火	水	木	金	土	日
			TEL 0282-86-3271	AM 9:00~12:00	○	○		○	○	○	
	所在地	〒321-0202 おもちゃのまち一丁目9番13号	FAX 0282-86-3716	PM 15:00~18:00 ± 15:00~17:00	○	○		○	○	○	
備考											
17	施設名	陣内医院	院長 陣内秀明	診療時間	月	火	水	木	金	土	日
			TEL 0282-82-0242	AM 8:30~12:00	○	○	○	○	○	○	
	所在地	〒321-0225 本丸一丁目7番10号	FAX 0282-82-9872	PM 15:30~18:00	○	○		○	○		
備考 県認知症対応力研修修了											
18	施設名	高橋とおるクリニック	院長 高橋徹	診療時間	月	火	水	木	金	土	日
			TEL 0282-25-5881	AM 9:00~12:00	○	○		○	○	○	
	所在地	〒321-0212 寿町5番3号	FAX 0282-82-6009	PM 15:00~18:00	○	○		○	○	○	
備考 県認知症対応力研修修了											
19	施設名	武田整形外科	院長 武田修一	診療時間	月	火	水	木	金	土	日
			TEL 0282-86-1573	AM 9:00~12:00 ± 9:00~13:30	○	○	○		○	○	
	所在地	〒321-0203 幸町一丁目15番4号	FAX 0282-86-1809	PM 15:00~18:30	○	○	○		○		
備考 県認知症対応力研修修了											
20	施設名	多島外科胃腸科	院長 多島直衛	診療時間	月	火	水	木	金	土	日
			TEL 0282-82-7500	AM 9:00~12:00 ± 9:00~12:30	○	○	○	○	○	○	
	所在地	〒321-0214 大字壬生甲3072番地1	FAX 0282-82-7503	PM 15:00~17:30	○	○		○	○		
備考											
21	施設名	田辺耳鼻咽喉科医院	院長 田辺久雄	診療時間	月	火	水	木	金	土	日
			TEL 0282-82-7711	AM 9:00~12:00 ± 9:00~12:00	○	○	○		○	○	
	所在地	〒321-0227 通町18番48号	FAX 0282-82-7712	PM 15:00~18:00	○	○	○		○		
備考											

## 診療所一覧

		施設名	院長	診療時間	月	火	水	木	金	土	日
22	施設名	とうかいりん整形外科	東海林正憲	診療時間	月	火	水	木	金	土	日
			TEL 0282-86-3148	AM 9:00~12:00	○	○	○	○	○	○	○
	所在地	〒321-0206 あけぼの町5番10号	FAX	PM 14:00~18:00	○	○	○	○	○	○	
備考											
23	施設名	長島整形外科	院長 長島公之	診療時間	月	火	水	木	金	土	日
			TEL 0282-82-0277	AM 8:30~9:30	○			○	○	○	
	所在地	〒321-0226 中央町6番6号	FAX 0282-82-0337								
備考 月：診療時間 AM9:30~11:30											
24	施設名	にしやま内科 クリニック	院長 西山宏宗	診療時間	月	火	水	木	金	土	日
			TEL 0282-86-6000	AM 9:00~12:30	○	○	○	○	○	○	○
	所在地	〒321-0201 大字安塚765番地15	FAX 0282-86-6119	PM 15:00~18:00	○	○		○	○		
備考 認知症サポート医 県認知症対応力研修修了											
25	施設名	はしもとクリニック	院長 橋本徹	診療時間	月	火	水	木	金	土	日
			TEL 0282-21-7300	AM 8:30~12:00	○	○	○	○	○	○	○
	所在地	〒321-0222 駅東町5番6号	FAX 0282-21-7301	PM 15:00~18:30	○	○		○	○		
備考											
26	施設名	馬場耳鼻咽喉科医院	院長 馬場由子	診療時間	月	火	水	木	金	土	日
			TEL 0282-86-2089	AM							
	所在地	〒321-0202 おもちゃのまち一丁目8番19号	FAX 0282-86-2098	PM 14:30~17:30 火 14:30~16:30	○	○	○		○		
備考											
27	施設名	福井セントラル クリニック	院長 福井政道	診療時間	月	火	水	木	金	土	日
			TEL 0282-86-6624	AM 9:00~12:30	○	○		○	○	○	
	所在地	〒321-0222 おもちゃのまち二丁目4番8号	FAX 0282-86-6625	PM 14:00~18:30	○	○		○	○	○	
備考 県認知症対応力研修修了											
28	施設名	前原内科医院	院長 前原操	診療時間	月	火	水	木	金	土	日
			TEL 0282-82-0141	AM 9:00~12:00	○	○	○		○	○	
	所在地	〒321-0226 中央町3番21号	FAX 0282-82-0066	PM 14:00~17:00	○		○		○		
備考 在宅療養支援診療所 認知症サポート医 県認知症対応力研修修了											

## 診療所一覧

		施設名	院長	診療時間	月	火	水	木	金	土	日
29		松本内科医院	松本一宏								
			TEL 0282-82-2002	AM 8:30~12:00	○	○	○		○	○	
	所在地	〒321-0226 中央町6番37号	FAX 0282-82-9869	PM 15:00~17:30	○	○	○		○	○	
備考		在宅療養支援診療所 認知症サポート医 県認知症対応力研修修了									
30		壬生東診療所	篠原昌之								
			TEL 0282-82-5800	AM 9:00~12:00	○	○	○				○
	所在地	〒321-0221 大字藤井1285番地14	FAX 0282-82-8230	PM 16:00~18:00	○						
備考											

診療所一覧

## 歯科診療所一覧

		施設名	院長	診療時間	月	火	水	木	金	土	日		
1	施設名	栗嶋歯科医院	院長	栗嶋久男	診療時間		月	火	水	木	金	土	日
			TEL	0282-86-5577	AM	9:00~12:00	○	○	○	○	○	○	○
	所在地	〒321-0203 幸町三丁目26番3号	FAX	0282-86-5578	PM	14:00~18:30 ±14:00~17:30	○	○	○	○	○	○	○
備考		第2・第4木曜日は休診 認知症患者の診療：外来診療											
2	施設名	医療法人社団UDA 上野デンタル クリニック	院長	上野泰宏	診療時間		月	火	水	木	金	土	日
			TEL	0282-82-0110	AM	8:30~13:00	○	○	○	○	○	○	○
	所在地	〒321-0226 中央町8番8号	FAX	0282-82-7437	PM	14:30~18:00	○	○	○	○	○	○	○
備考		往診可、障がい者歯科対応、口腔外科専門医 認知症患者の診療：外来、訪問診療											
3	施設名	加藤歯科医院	院長	加藤己久司	診療時間		月	火	水	木	金	土	日
			TEL	0282-82-9335	AM	9:00~12:00	○	○	○		○	○	
	所在地	〒321-0225 本丸一丁目2番6号	FAX	0282-82-7640	PM	14:00~18:00	○	○	○		○	○	
備考		受付終了時間（AM 11:30/PM 17:30）											
4	施設名	きさくデンタル クリニック	院長	高橋良治	診療時間		月	火	水	木	金	土	日
			TEL	0282-21-7140	AM	9:00~14:00	○	○	○		○	○	○
	所在地	〒321-0216 大字壬生丁217番地85	FAX	0282-21-7140	PM	15:00~20:00 日 15:00~18:00	○	○	○		○	○	○
備考		往診可 認知症患者の診療：外来、訪問診療											
5	施設名	木下歯科医院	院長	木下素子	診療時間		月	火	水	木	金	土	日
			TEL	0282-86-5603	AM	9:00~12:00	○	○	○	○	○	○	○
	所在地	〒321-0204 <small>緑町三丁目9番17号 銀河ビル2F（舊医大正門前）</small>	FAX	0282-86-7466	PM	13:30~18:00	○	○	○	○	○	○	○
備考		第2・第4火曜日は休診（祝日のある週は診療） 認知症患者の診療：外来診療、車椅子可（エレベーター有）											
6	施設名	君島歯科医院	院長	君島充宣	診療時間		月	火	水	木	金	土	日
			TEL	0282-82-7474	AM	8:30~13:00	○	○	○	○	○	○	○
	所在地	〒321-0217 至宝三丁目10番4号	FAX	0282-82-7473	PM	14:00~19:00	○	○	○		○	○	
備考		往診可祝日休診 認知症患者の診療：外来、訪問診療											
7	施設名	くりの木歯科クリニック	院長	石塚敏和	診療時間		月	火	水	木	金	土	日
			TEL	0282-85-0286	AM	9:00~12:00	○	○		○	○	○	
	所在地	〒321-0201 大字安塚882番地1	FAX	0282-85-0287	PM	14:00~18:00	○	○		○	○	○	
備考													

歯科診療所一覧												
8	施設名	しのはら歯科 クリニック	院長	篠原澄人	診療時間	月	火	水	木	金	土	日
			TEL	0282-82-6656	AM	9:00~12:00	○	○	○	○	○	○
	所在地	〒321-0216 大字壬生丁201番地1	FAX	0282-83-5789	PM	14:00~19:00 ± 14:00~17:30	○	○	○	○	○	○
			備考	認知症患者の診療：外来診療								
9	施設名	島田歯科医院	院長	島田博史	診療時間	月	火	水	木	金	土	日
			TEL	0282-86-1234	AM	9:00~12:00	○	○	○		○	○
	所在地	〒321-0201 大字安塚933番地4	FAX	0282-86-7465	PM	14:00~18:00	○	○	○		○	○
			備考	認知症患者の診療：外来診療								
10	施設名	関歯科医院	院長	関広幸	診療時間	月	火	水	木	金	土	日
			TEL	0282-82-3123	AM	10:00~12:00	○	○	○		○	○
	所在地	〒321-0227 通町17番37号	FAX	0282-82-3246	PM	15:00~18:00	○	○	○		○	○
			備考									
11	施設名	なかの歯科医院	院長	中野真	診療時間	月	火	水	木	金	土	日
			TEL	0282-85-1488	AM	9:00~12:00	○	○	○		○	○
	所在地	〒321-0201 大字安塚2089番地1	FAX	0282-85-1489	PM	15:00~19:00	○	○	○		○	○
			備考	日曜日は連絡の上、ご来院下さい。	認知症患者の診療：外来診療							
12	施設名	福田歯科医院	院長	福田貞男	診療時間	月	火	水	木	金	土	日
			TEL	0282-86-4893	AM	9:00~12:30	○	○		○	○	○
	所在地	〒321-0204 緑町一丁目1番1号	FAX	0282-86-4893	PM	14:00~18:30	○	○		○	○	○
			備考	原則水曜日定休。祝日のある週は診療	認知症患者の診療：外来診療							
13	施設名	村田歯科医院	院長	村田宣弘	診療時間	月	火	水	木	金	土	日
			TEL	0282-82-3228	AM	10:00~12:30		○	○		○	○
	所在地	〒321-0216 大字壬生丁228番地27	FAX	0282-82-9505	PM	15:00~19:30		○	○		○	○
			備考	認知症患者の診療：外来診療								
14	施設名	もとじま歯科医院	院長	本島博久	診療時間	月	火	水	木	金	土	日
			TEL	0282-82-8686	AM	9:00~12:30	○	○		○	○	○
	所在地	〒321-0218 落合二丁目3番6号	FAX	0282-82-6669	PM	14:30~18:30	○	○		○	○	○
			備考	認知症患者の診療：外来、訪問診療								

## 薬局一覧

薬局一覧												
1	施設名	あすか薬局	TEL	0282-85-1361	開局時間	月	火	水	木	金	土	日
			FAX	0282-85-1362	平日	9:00~18:00	○	○	○		○	○
	所在地	〒321-0203 幸町2-11-3	在宅対応	○	土	9:00~15:00	○	○	○		○	○
備考												
2	施設名	カワチ薬局 おもちゃのまち東店	TEL	0282-85-4000	開局時間	月	火	水	木	金	土	日
			FAX	0282-85-4001	10:00~14:00 15:00~19:00	○	○	○	○	○		
	所在地	〒321-0202 おもちゃのまち3-1-30	在宅対応	×								
備考												
3	施設名	くにや薬局	TEL	0282-82-0692	開局時間	月	火	水	木	金	土	日
			FAX	0282-82-0692	A M 9:00~	○	○	○	○	○		
	所在地	〒321-0217 至宝1-7-3	在宅対応	×	P M ~19:00	○	○	○	○	○		
備考												
4	施設名	コスモス薬局	TEL	0282-85-0557	開局時間	月	火	水	木	金	土	日
			FAX	0282-86-6162	A M 9:00~	○	○		○	○	○	
	所在地	〒321-0202 おもちゃのまち2-4-6	在宅対応	○	P M ~18:30	○	○		○	○	○	
備考												
5	施設名	さくら薬局 壬生店	TEL	0282-81-0335	開局時間	月	火	水	木	金	土	日
			FAX	0282-81-0336	(月・火・木・金) 8:30~18:00 (水・土) 8:30~12:30	○	○	○	○	○	○	
	所在地	〒321-0227 通町7番1号	在宅対応	○								
備考												
6	施設名	東雲薬局	TEL	0282-81-1189	開局時間	月	火	水	木	金	土	日
			FAX	0282-81-1193	A M 8:30~	○	○	○	○	○	○	
	所在地	〒321-0227 通町1-25	在宅対応	○	P M ~18:00 土 ~17:30	○	○	○	○	○	○	
備考 緊急連絡先：0282-81-1189（夜間転送）												
7	施設名	中央薬局 壬生店	TEL	0282-21-7712	開局時間	月	火	水	木	金	土	日
			FAX	0282-21-7713	8:30~19:00 水 8:30~17:00 土 8:30~12:30	○	○	○	○	○	○	
	所在地	〒321-0222 駅東町5-4	在宅対応	○								
備考												

## 薬局一覧

薬局一覧												
8	施設名	なごみ薬局 壬生店	TEL	0282-25-6502	開局時間	月	火	水	木	金	土	日
			FAX	0282-25-6503	A M	9:00~12:00	○	○	○	○	○	○
	所在地	〒321-0214 壬生甲3147-3	在宅対応	×	P M	15:00~17:30 ± 13:30~15:00	○	○	○	○	○	○
	備考											
9	施設名	みぶ薬局	TEL	0282-25-6588	開局時間	月	火	水	木	金	土	日
			FAX	0282-82-8844	A M	8:30~12:30	○	○	○		○	○
	所在地	〒321-0226 中央町10番12号	在宅対応	○	P M	14:30~18:00	○	○	○		○	○
	備考											
10	施設名	もり調剤薬局	TEL	0282-82-7939	開局時間	月	火	水	木	金	土	日
			FAX	0282-82-7940	A M	9:00~12:30 ± 9:00~13:00	○	○	○		○	○
	所在地	〒321-0227 通町18-48	在宅対応	×	P M	14:30~18:00	○	○	○		○	
	備考											
11	施設名	ライム薬局	TEL	0282-81-1135	開局時間	月	火	水	木	金	土	日
			FAX	0282-81-1136	A M	9:00~12:00	○	○	○		○	○
	所在地	〒321-0216 壬生丁259-8	在宅対応	×	P M	14:00~18:00 ± 14:00~17:00	○	○	○		○	○
	備考											
12	施設名	ワイアンドワイ薬局	TEL	0282-82-9820	開局時間	月	火	水	木	金	土	日
			FAX	0282-82-9824	A M	9:00~12:00	○	○		○	○	○
	所在地	〒321-0219 福和田1003-7	在宅対応	○	P M	14:00~18:00 ± 13:30~16:30	○	○		○	○	○
	備考											
13	施設名	わかば薬局 壬生店	TEL	0282-28-6250	開局時間	月	火	水	木	金	土	日
			FAX	0282-28-6251	A M	9:00~	○		○	○	○	○
	所在地	〒321-0228 大師町38-3	在宅対応	○	P M	~18:00 ± ~17:30	○		○	○	○	○
	備考	土曜日は、第2・第4・第5土曜のみ開局										
14	施設名	佐藤中薬局	TEL	0282-86-1380	開局時間	月	火	水	木	金	土	日
			FAX	0282-86-2551	A M	10:00~		○	○	○	○	○
	所在地	〒321-0203 幸町3-33-2	在宅対応	×	P M	~19:00		○	○	○	○	○
	備考											

## 薬局一覧

薬局一覧												
15	施設名	薬局 博芳堂	TEL	0282-86-1049	開局時間	月	火	水	木	金	土	日
			FAX	0282-86-1049	A M	9:00~	○	○	○	○	○	
	所在地	〒321-0203 幸町1-4-13	在宅対応	×	P M	~19:00	○	○	○	○	○	
	備考											
16	施設名	おもちゃのまち 調剤薬局	TEL	0282-86-2781	開局時間	月	火	水	木	金	土	日
			FAX	0282-86-2821	A M	9:00~ 水10:00~	○	○	○	○	○	○
	所在地	〒321-0202 おもちゃのまち一丁目8番1号	在宅対応	○	P M	~18:00 土~17:00	○	○	○	○	○	○
	備考											
17	施設名	カワチ薬局 おもちゃのまち店	TEL	0282-85-2140	開局時間	月	火	水	木	金	土	日
			FAX	0282-85-2141	A M	9:30~	○	○	○	○	○	○
	所在地	〒321-0204 緑町二丁目15番15号	在宅対応	×	P M	~19:00	○	○	○	○	○	○
	備考											
18	施設名	アイン薬局 獨協医大店	TEL	0282-25-5461	開局時間	月	火	水	木	金	土	日
			FAX	0282-25-5463	A M	9:00~	○	○	○	○	○	○
	所在地	〒321-0207 北小林880 アメニティ棟1F	在宅対応	×	P M	~18:00 土~15:00	○	○	○	○	○	○
	備考	第3土曜日は休み										

## 居宅介護支援（ケアマネジャー）事業所一覧

1	施設名	あいケアステーション 壬生	運営主体	あいケアステーション 株式会社	TEL	0282-25-6077
					FAX	0282-25-6078
	所在地	〒321-0215 大字壬生乙2416番地2				
2	施設名	えがお	運営主体	特定非営利活動法人 えがお会	TEL	0282-81-2345
					FAX	0282-81-2347
	所在地	〒321-0201 大字安塚3344番地10				
3	施設名	居宅介護支援事業所 あゆむ	運営主体	有限会社 あゆむ	TEL	0282-82-2886
					FAX	0282-82-2956
	所在地	〒321-0216 大字壬生丁232番地1				
4	施設名	居宅介護支援事業所みぶ	運営主体	公益社団法人 栃木県看護協会	TEL	0282-82-7262
					FAX	0282-82-7260
	所在地	〒321-0218 落合一丁目18番12号				
5	施設名	在宅介護支援センター 元気	運営主体	社会福祉法人 敬和会	TEL	0282-82-9931
					FAX	0282-81-1155
	所在地	〒321-0214 壬生町大字壬生甲2342番地3				
6	施設名	星風会 居宅介護支援事業所 みぶ例幣使	運営主体	社会福祉法人 星風会	TEL	0282-81-2810
					FAX	0282-82-2200
	所在地	〒321-0214 大字壬生甲2620番地				
7	施設名	しもつけ荘 居宅介護支援事業所	運営主体	社会福祉法人 関記念 栃の木会	TEL	0282-85-0125
					FAX	0282-86-3036
	所在地	〒321-0207 大字北小林812番地				
8	施設名	みぶケアーズ 居宅介護支援事業所	運営主体	株式会社 光星電機	TEL	0282-85-0560
					FAX	0282-85-1850
	所在地	〒321-0201 大字安塚888番地				
9	施設名	老人介護支援センター みなと荘	運営主体	社会福祉法人 関記念 栃の木会	TEL	0282-86-3500
					FAX	0282-86-6322
	所在地	〒321-0207 大字北小林815番地				

## 訪問介護（ホームヘルパー）事業所一覧

### 訪問介護事業所一覧

1	施設名	あいケアステーション壬生	運営主体	あいケアステーション株式会社	TEL	0282-25-7724
					FAX	0282-25-7517
	所在地	〒321-0226 中央町11番24号				
	介護保険外	対応可		移送サービス	無	
2	施設名	はっぴーらいふ	運営主体	有限会社 はっぴーらいふ	TEL	0282-81-2622
					FAX	0282-81-2623
	所在地	〒321-0214 大字壬生甲3745番地2				
	介護保険外	対応可		移送サービス	有	
3	施設名	壬生町社会福祉協議会	運営主体	社会福祉法人 壬生町社会福祉協議会	TEL	0282-81-0808
					FAX	0282-82-3589
	所在地	〒321-0214 大字壬生甲3843番地1				
	介護保険外	対応可		移送サービス	無	
4	施設名	JAしもつけ 訪問介護サービス	経営主体	下野農業共同組合	TEL	0282-20-8827
					FAX	0282-20-8830
	所在地	〒328-0053 栃木市片柳町2丁目1-44				
	介護保険外	対応可		移送サービス	無	
5	施設名	ニチイケアセンター本丸	経営主体	株式会社 ニチイ学館	TEL	0282-21-7913
					FAX	0282-21-7914
	所在地	〒321-0225 本丸二丁目4番12号				
	介護保険外	対応可		移送サービス	無	
6	施設名	(株)シルバーライフ ネットワーク	経営主体	(株)シルバーライフ ネットワーク	TEL	0282-81-2230
					FAX	0282-82-6733
	所在地	〒321-0227 表町5番1号				
	介護保険外	対応可		移送サービス	無	

訪問看護ステーション一覧						
1	施設名	とちぎ訪問看護 ステーションみぶ	運営主体	公益社団法人 栃木県看護協会	TEL	0282-82-7262
					FAX	0282-82-7260
	所在地	〒321-0218 落合一丁目18番12号	営業時間	9:00~17:00 (月~金) 24時間体制		
2	施設名	訪問看護ステーション こころ	運営主体	栃木ソーシャルサービス 株式会社	TEL	0282-21-7535
					FAX	0282-21-7535
	所在地	〒321-0225 本丸一丁目10番68号	営業時間	9:00~17:00 (月~金)		
3	施設名	訪問看護ステーション ひだまり 壬生事業所	運営主体	株式会社 オニーク企画	TEL	080-4339-5540
					FAX	0282-21-8674
	所在地	〒321-0224 表町9番8号	営業時間	9:00~17:30 (月~金)		

## 通所介護（デイサービス）事業所一覧

1	施設名	おもちゃのまち機能訓練 デイサービスホーム	運営主体	ケアハウス・スリーエイチ 有限会社	TEL	0282-85-4888
					FAX	0282-85-4884
	所在地	〒321-0201 大字安塚733番地5	休日	日曜日・祝祭日 8/14~16・12/30~1/3	定員	25名/日
	備考	地域密着				
2	施設名	ケアステーション あさひ壬生	運営主体	株式会社 ヴァティー	TEL	0282-81-2281
					FAX	0282-82-1271
	所在地	〒321-0226 中央町6番26号	休日	なし	定員	38名/日
	備考					
3	施設名	JAしもつけ デイサービスセンターひだまり	運営主体	下野農業協同組合	TEL	0282-81-0377
					FAX	0282-81-0063
	所在地	〒321-0221 大字藤井1645番地3	休日	日曜日・年末年始	定員	20名/日
	備考					
4	施設名	星風会 デイサービスセンター みぶ例幣使	運営主体	社会福祉法人 星風会	TEL	0282-81-2810
					FAX	0282-82-2200
	所在地	〒321-0214 大字壬生甲2620番地	休日	日曜日・年末年始	定員	30名/日
	備考					
5	施設名	デイサービスあゆむ	運営主体	有限会社 あゆむ	TEL	0282-82-2886
					FAX	0282-82-2956
	所在地	〒321-0216 大字壬生丁232番地1	休日	日曜日・12/31~1/3	定員	28名/日
	備考					
6	施設名	デイサービス楽笑	運営主体	合同会社 楽笑	TEL	0282-28-6285
					FAX	0282-28-6286
	所在地	〒321-0217 至宝三丁目9番3号	休日	日曜日・年末年始	定員	30名/日
	備考					
7	施設名	デイサービスセンター あいの杜壬生	運営主体	あいケアステーション 株式会社	TEL	0282-25-6077
					FAX	0282-25-6078
	所在地	〒321-0215 大字壬生乙2416番地2	休日	日曜日・年末年始	定員	12名/日
	備考	地域密着				

## 通所介護（デイサービス）事業所一覧

8	施設名	デイサービスセンター おもちゃのまちえがお	運営主体	特定非営利活動法人 えがお会	TEL	0282-81-2345
					FAX	0282-81-2347
	所在地	〒321-0201 大字安塚3344番地10	休日	日曜日・年末年始	定員	20名/日
	備考					
9	施設名	デイサービスセンター元気	運営主体	社会福祉法人 敬和会	TEL	0282-82-9930
					FAX	0282-81-1155
	所在地	〒321-0214 大字壬生甲2342番地3	休日	日曜日・12/31～1/3	定員	35名/日
	備考					
10	施設名	デイサービス にこにこ家族	運営主体	株式会社 あっと・ほーむ	TEL	0282-51-1717
					FAX	0282-51-1717
	所在地	〒321-0204 緑町一丁目10番10号	休日	日曜日・年末年始	定員	13名/日
	備考	地域密着				
11	施設名	デイサービスまごころ	運営主体	株式会社 光星電機	TEL	0282-85-0560
					FAX	0282-85-1850
	所在地	〒321-0201 大字安塚888番地	休日	日曜日・12/30～1/3	定員	35名/日
	備考					
12	施設名	デイホームえがお	運営主体	特定非営利活動法人 えがお会	TEL	0282-81-0517
					FAX	0282-81-0518
	所在地	〒321-0221 大字藤井1672番地4	休日	日曜日・年末年始	定員	30名/日
	備考					
13	施設名	のぞみホーム	運営主体	特定非営利活動法人 のぞみ会	TEL	0282-82-7204
					FAX	0282-82-7254
	所在地	〒321-0216 大字壬生丁145番地10	休日	日曜日	定員	10名/日
	備考	地域密着				
14	施設名	老人デイサービスセンター しもつけ荘	運営主体	社会福祉法人 関記念 栃の木会	TEL	0282-86-0177
					FAX	0282-86-3036
	所在地	〒321-0207 大字北小林812番地	休日	日曜日・1/1～1/3	定員	35名/日
	備考					

## 通所介護（デイサービス）事業所一覧

15	施設名	リハビリ特化型デイサービス あいケアステーション ワザリハ	運営主体	あいケアステーション 株式会社	TEL	0282-25-7516
					FAX	0282-25-7517
	所在地	〒321-0226 中央町11番24号	休日	土曜日・日曜日	定員	午前 19名 午後 15名
	備考					

## 通所リハビリ事業所一覧

1	施設名	老人保健施設みなと荘	運営主体	社会福祉法人 関記念 栢の木会	TEL	0282-86-3710
					FAX	0282-86-6322
	所在地	〒321-0207 大字北小林815番地	定休日	日曜日・1/1~1/3	定員	30名/日
	備考					

通所リハビリ事業所一覧

短期入所生活（ショートステイ）介護事業所一覧						
1	施設名	ショートステイ おもちゃのまちえがお	運営主体	特定非営利活動法人 えがお会	TEL	0282-81-2345
					FAX	0282-81-2347
	所在地	〒321-0201 大字安塚3344番地10	定員	20名/日		
2	施設名	ショートステイ みぶの杜	運営主体	株式会社 サンライズ	TEL	0282-82-0077
					FAX	0282-82-0085
	所在地	〒321-0236 大字上稲葉1205番地1	定員	30名/日		
3	施設名	地域密着型 特別養護老人ホーム しもつけ荘	運営主体	社会福祉法人 関記念 栢の木会	TEL	0282-86-0174
					FAX	0282-86-3036
	所在地	〒321-0207 大字北小林812番地	定員	10名/日		
4	施設名	特別養護老人ホーム しもつけ荘	運営主体	社会福祉法人 関記念 栢の木会	TEL	0282-86-0177
					FAX	0282-86-3036
	所在地	〒321-0207 大字北小林812番地	定員	10名/日		
5	施設名	みぶケアーズ ショートステイやすらぎ	運営主体	株式会社 光星電機	TEL	0282-85-0560
					FAX	0282-85-1850
	所在地	〒321-0201 大字安塚888番地	定員	21名/日		
6	施設名	あいヶアステーション 六美	運営主体	社会福祉法人 健美会	TEL	0282-82-9222
					FAX	0282-82-9233
	所在地	〒321-0216 大字壬生丁92-22	定員	10名/日		

## 短期入所療養（療養型ショートステイ）介護事業所一覧

1	施設名	老人保健施設みなと荘	運営主体	社会福祉法人 関記念 栢の木会	TEL	0282-86-3710
					FAX	0282-86-6322
	所在地	〒321-0207 大字北小林815番地	定員	空床利用		

短期入所療養（療養型ショートステイ）介護事業所一覧

認知症対応型共同生活介護（グループホーム）事業所一覧						
1	施設名	グループホーム元気	運営主体	社会福祉法人 敬和会	TEL	0282-28-6118
					FAX	0282-28-6119
	所在地	〒321-0214 大字壬生甲2224番地1	定員	18名		
2	施設名	グループホーム ふれんど東雲	運営主体	株式会社 フレンド	TEL	0282-25-7055
					FAX	
	所在地	〒321-0214 大字壬生甲591番地5	定員	9名		
3	施設名	グループホーム ふれんど壬生	運営主体	株式会社 フレンド	TEL	0282-21-7123
					FAX	0282-21-7122
	所在地	〒321-0214 大字壬生甲591番地2	定員	9名		
4	施設名	認知症老人 グループホームうらら	運営主体	社会福祉法人 関記念 栢の木会	TEL	0282-86-8600
					FAX	0282-86-3036
	所在地	〒321-0207 大字北小林812番地	定員	18名		

小規模多機能施設事業所一覧						
1	施設名	ふれんど 小規模多機能施設壬生	運営主体	株式会社 フレンド	TEL	0282-21-7123
					FAX	0282-21-7122
	所在地	〒321-0214 大字壬生甲591番地2	定員	18名		

# 人生会議（ACP：アドバンス・ケア・プランニング）

## 人生会議

誰でも、いつでも、命に関わる大きな病気やケガをする可能性があります。

自らが希望する医療やケアを受けるために、大切にしていることや望んでいること、どこでどのような医療やケアを望むかを自分自身で前もって考え、周囲の信頼できる人たちと話し合い、共有することが重要です。

もしものときのために、あなたが望む医療やケアについて、前もって考え、繰り返し話し合い、共有する取組を「人生会議（ACP：アドバンス・ケア・プランニング）」と呼びます。

## もしもの時の自分ノート

壬生町では、「もしもの時の自分ノート～終活ノート～」を作成しました。

「もしもの時の自分ノート」は、病気や認知症、加齢などによって自分の意思を伝えることができなくなる場合に備え、介護や医療に対する自分の考え、大切な家族に伝えておきたいこと、希望する終末医療の内容などを元気なうちに示しておくものです。

役場健康福祉課にて無料で配布しておりますので、お問い合わせください。

健康福祉課 高齢福祉係 81-1830







デマンドタクシー

“みぶまる”

運行中です！

毎週月曜日～金曜日（8時～16時）運行

※土日・祝日等は運休です

予約受付時間（7時30分～17時30分）

中学生以上300円、小学生100円、未就学児無料

乗車の際に現金でお支払いください。

※ご利用には、事前に登録が必要です。

## 利用の流れ

まずはお電話を！

- ① 予約センターにお電話ください。（TEL0282-81-1132）
  - ・予約は、利用予定便の1週間前から1時間前まで
  - ・午前8・9時の便のご利用は、前日の午後5時までにご予約ください。
- ② 利用内容をお伝えください。
  - ・お名前・利用される日時・乗車場所・降車場所・帰りの便
  - ・予約変更・キャンセルは、すぐにご連絡ください。（TEL81-1132）
- ③ 順番にお迎えに伺います。
  - ・車が見える安全なところでお待ちください。
  - ・降車されるまでドライバーの指示に従って安全にご利用ください。

**みぶまる予約受付センター**  
**市外局番（0282）**

はーい　　いい　みぶ



**81-1132**

**壬生町健康福祉課**

**TEL 0282-81-1877**