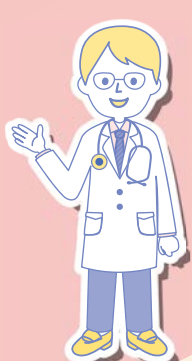
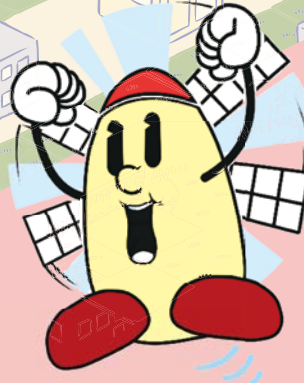


令和8年度

松伏町

地域資源マップ



## 「地域資源マップ」とは

本冊子は、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に、日常生活を支援する様々なサービスの情報発信を目的に、「地域にはたくさんの資源があると気づき、活用することで、地域自身が活力を持ち、つながり、より多くの方が幸せに暮らしていける。」そのサポートの思いを持って作成しております。

地域の皆様が、地域資源を活用して、地域で暮らしていけることの幸せを感じて生活していくためのツールとして、ぜひご活用ください。

- ① ち 近くにある
- ② い いろいろな人との
- ③ き 絆を大切にしながら
- ④ し 幸せに
- ⑤ げん 元気いっぱい
- ⑥ マ 松伏町で
- ⑦ ツ つづく暮らしを
- ⑧ プ プロデュースするのに役に立つ  
「松伏町地域資源マップ」



# 松伏町 地域資源マップ 目次

松伏町内マップ ..... P 2

## 1 機関紹介

(1) 行政「松伏町役場」、福祉「松伏町社会福祉協議会」..... P 4  
(2) 高齢者に関する総合相談窓口「松伏町地域包括支援センター」 ..... P 5

## 2 地域のつながり

(1) 地域での見守り・相談..... P 6  
(2) 地域活動..... P 7

## 3 暮らしの支援

(1) 外出..... P 8  
(2) 買い物..... P 11  
(3) 長寿のお祝い..... P 11  
(4) 緊急時に備える..... P 12  
(5) 防犯・防災..... P 13

## 4 参加しよう

(1) 介護予防活動..... P 16  
(2) 認知症予防活動..... P 20  
(3) オレンジカフェ..... P 22  
(4) 健康推進活動..... P 23  
(5) サロン活動..... P 25  
(6) サークル活動..... P 27  
(7) 生涯学習情報..... P 28  
(8) 生きがい活動..... P 29  
(9) ボランティアグループ紹介..... P 31

## 5 健康長寿を目指そう

(1) 健(検)診情報..... P 34  
(2) 予防接種の助成..... P 38  
(3) 各種相談..... P 39  
(4) 町指定医療機関..... P 39

## 6 人生会議 ーもしもの時に備えるー ..... P 40

## 7 働く場・お仕事の依頼 ..... P 42

## 8 人と繋がる ..... P 43

## 9 情報を受け取る ..... P 44

## ～番外編～お役立ちコラム

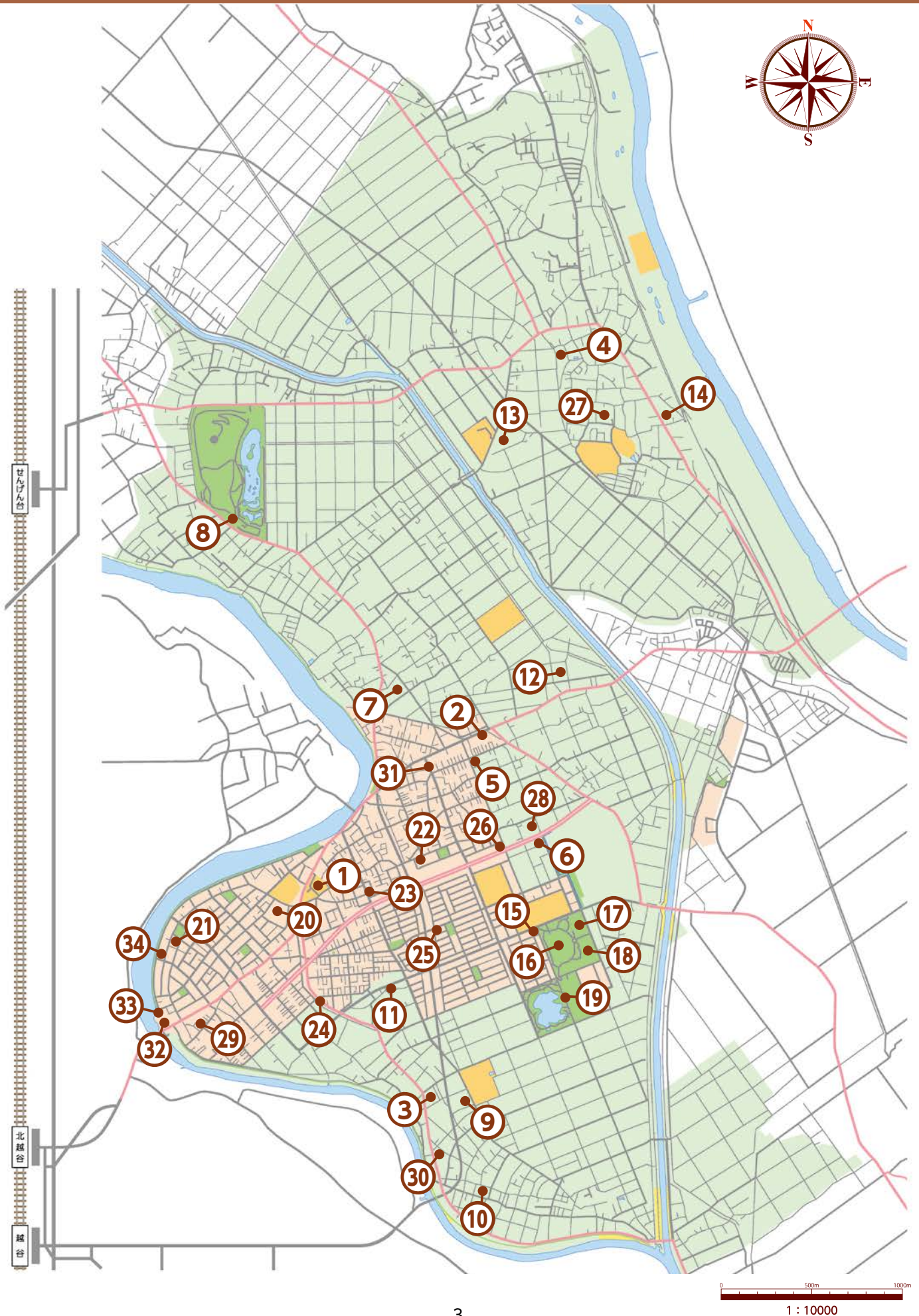
協議体について ..... P 15  
認知症について ..... P 21  
フレイルってなあに? ..... P 41

# 松伏町内マップ

マップNo.	施設名	所在地
①	松伏町役場・松伏町防災備蓄センター	松伏2424
②	松伏町社会福祉協議会	松伏357
②	ふれあいセンター「かがやき」	松伏357
③	松伏町南部地域包括支援センター	上赤岩752-1
③	介護老人保健施設 あすかHOUSE松伏	上赤岩752-1
④	松伏町北部サービスセンター	築比地678-4
④	農村トレーニングセンター	築比地678-4
④	松伏町北部地域包括支援センター	築比地678-4
⑤	松伏町保健センター	松伏428
⑥	埼玉あすか松伏病院	松伏1263-5
⑦	特別養護老人ホーム 三戸里園	大川戸968-1
⑧	県営まつぶし緑の丘マルシンパーク 管理センター	大川戸2606-1
⑨	寺地集会所	上赤岩797
⑩	赤岩農村センター	上赤岩958
⑪	多世代交流学習館「メロディー」	上赤岩1253
⑫	松伏町立かるがもセンター	田島1524
⑬	介護老人保健施設 なのはなの里	金杉1908
⑭	グループホーム みんなの家・松伏	築比地1437-1
⑮	外前野記念会館「ハーモニー」	ゆめみ野東3-4-1
⑯	松伏記念公園	ゆめみ野東3-14
⑰	松伏町中央公民館 田園ホール・エローラ	ゆめみ野東3-14-6
⑱	松伏町B & G海洋センター	ゆめみ野東3-14-8
⑲	松伏総合公園	ゆめみ野東4-1
⑳	幼保連携型 認定こども園 こどものもり	田中1-7-31
㉑	松伏会館	田中3-19-3
㉒	児童館「ちびっ子らんど」	松葉1-6-3

※マップNo.⑳～㉒の施設名及び所在地はP.37、㉓～㉕の施設名及び所在地はP.39に掲載しています。

# 松伏町内マップ



## 松伏町役場

マップ ①

所在地	大字松伏2424番地	開庁時間	平日 8:30~17:15
代表電話	048-991-2711	閉庁日	土・日・祝・年末年始

いきいき福祉課	業務内容	直通電話
地域支援担当	介護・認知症の予防や高齢者の福祉に関すること。	048-991-1882
介護保険担当	要介護認定や介護保険料等に関すること。	048-991-1886
社会福祉担当	民生委員、生活保護、恩給等に関すること。	048-991-1874
障がい福祉担当	障がい者の福祉に関すること。	048-991-1877

## 松伏町社会福祉協議会 (通称:社協)

マップ ②

所在地	大字松伏357番地 ふれあいセンター「かがやき」2階	開業時間	平日 8:30~17:15
		休業日	土・日・祝・年末年始
		電話	048-991-2700

**目的** 町民の皆様一人ひとりの福祉ニーズにこたえられる活動を日々積み重ねながら、「誰もが安心して暮らせる福祉のまちづくり」の実現を目指します。

**概要** 社会福祉協議会は、戦後間もない昭和26年に民間の社会福祉活動の強化を図るため、全国、都道府県レベルで誕生しました。そして、市区町村へ組織拡大し、福祉活動の住民参加を進め、地域福祉活動の推進を図っています。

運営の原則は、地域の住民、関係機関・団体等の参加や協力を得て活動することを大きな特徴とし、民間組織としての柔軟性を活かし、地域が抱えている様々な福祉問題を地域全体の問題として捉え、みんなで考え、話し合い、協働して解決を図り、その活動を通して「ふれあいのまちづくり」を目指しています。



## 松伏町地域包括支援センター

役割	高齢者やその家族から相談を受け、課題を解決するための「総合相談窓口」です。町内に2か所あります。お気軽にご相談ください。
対象者	<b>町内在住の65歳以上の方、その方の支援に関わる方</b> (対象者が松伏町に住んでいれば、支援者のお住まいがどこであっても、松伏町地域包括支援センターが担当します。)
概要	<ul style="list-style-type: none"> <li>● <b>介護予防ケアマネジメント業務</b> 介護保険で「要支援1・2」と認定された方の介護予防ケアプランを作成し、プランに基づき介護予防等必要な援助を行います。</li> <li>● <b>総合相談支援業務</b> 高齢者ご本人に関する家族・近隣住民等から様々な相談を承ります。支援を必要とする高齢者への適切な支援と継続的な見守りを行うために、地域のネットワークをつくります。</li> <li>● <b>権利擁護業務</b> 権利侵害の予防・発見、権利保障のための支援を行います。 <ul style="list-style-type: none"> <li>・成年後見制度の活用促進</li> <li>・高齢者虐待への対応</li> <li>・消費者被害の防止等</li> </ul> </li> </ul>

## 松伏町南部地域包括支援センター

マップ 3

所在地	大字上赤岩752番地1 介護老人保健施設あすかHOUSE松伏内		
開所時間	平日・土曜日 9:00~17:00	休業日	日・祝・年末年始
電話	048-992-2468	費用	相談無料

## 松伏町北部地域包括支援センター

マップ 4

所在地	大字築比地678番地4 北部サービスセンター内		
開所時間	平日・土曜日 9:00~17:00	休業日	日・祝・年末年始
電話	048-971-8013	費用	相談無料

## 松伏町民生委員・児童委員協議会

マップ ①

お問合せ	いきいき福祉課 社会福祉担当	電話	048-991-1874
所在地	町役場 本庁舎1階	閉庁日	土・日・祝・年末年始
民生委員 児童委員 と	<p><b>地域を見守り、地域住民の身近な相談相手、専門機関へのつなぎ役です。</b>          民生委員は、民生委員法に基づき、厚生労働大臣から委嘱された非常勤の地方公務員です。また、民生委員は児童福祉法に定める児童委員を兼ねています。          担当の区域において高齢者や障がいのある方の安否確認や見守り、子どもたちへの声かけなどをおこなっています。また、地域住民の生活上の心配ごとなど、様々な相談に応じています。相談内容に応じて必要な支援が受けられるよう、地域の専門機関とのつなぎ役になります。          民生委員・児童委員には法に基づく守秘義務があり、相談内容の秘密は守られます。</p>		
対象者	民生委員の担当する地区に住む住民の方（欠員の地区もあります。） 何かお困りのことがあったら、いきいき福祉課へご相談ください。		

## 松伏町消費生活センター

マップ ①

所在地	町役場 本庁舎1階 環境経済課の隣	電話	048-984-7208
		休所日	金・土・日・祝・年末年始
受付時間	月～木 10:00～16:00 (12:00～13:00を除く)	対象者	町内在住の方
		費用	相談無料
概要	消費生活に関わる様々な相談に、専門の相談員が公正な立場で対応いたします。秘密は厳守されますので、安心してご相談ください。 不安に思うことがあれば、ひとりで悩まず <b>すぐ相談!</b>		
備考	消費者ホットライン 188 (局番なし)		

## 自治会(町会)へ加入しましょう！

マップ ①

お問合せ 地域安全課 地域安全担当 電話 048-991-1895  
所在地 町役場 本庁舎2階 受付時間 平日 8:30~17:15

自治会とは  
自治会(町会)は、地域の繋がり(親睦)を図りながら、互いに支え合い、助け合える(近助)の組織です。  
自治会の活動があって、住みよい地域環境が実現しています。

活動内容  
ごみ置き場の管理、排水路清掃、地域清掃、防災、防犯、街灯の維持、福祉等。豊かで住みよいまちづくりを進めています。

加入方法  
■地区や区域で自治会のエリアは決まっていません。  
ご近所にどこの自治会のエリアに属するか尋ねてみましょう。  
■加入の各種手続きは、自治会によってさまざまです。  
自治会がわかったら、自治会長へ連絡してください。  
連絡先が分からない場合は、町へご相談ください。

なぜ自治会が必要なの？  
自治会の役割は、普段の生活で意識することは少なく、**地域を縁の下から支えるサポーター的組織**です。  
しかし、ひとたび地域全体に及ぶ災害が発生すると、地域の皆さんの「助け合い」=「共助」の主体となって、その力は「大きな地域力」となります。  
実際、当町で平成25年9月2日に竜巻による大きな被害が発生しましたが、被災地域において、自治会による「共助」が実践され、迅速な復旧作業に取り掛かることができました。



## 高齢者タクシー利用券・バス利用券

マップ ①・④

お問合せ	いきいき福祉課 地域支援担当 電話 048-991-1882		
申請場所	町役場 本庁舎1階	①	受付時間 平日 8:30~17:15
	北部サービスセンター	④	閉庁日 土・日・祝・年末年始
概要	在宅で生活する高齢者の生活支援と社会参加の促進を図るため、タクシー利用券又はバス利用券のいずれかを交付します。		
対象者	町内に住民登録があり、在宅で生活する①又は②の75歳以上の方 ①世帯全員が75歳以上の方 ②①以外の75歳以上の方 ※「松伏町福祉タクシー券」の交付を受けた方は対象外です。		
助成内容		タクシー利用券の場合	バス利用券の場合
	①の方	ひとり年間10枚(1,000円券) またはひとり年間5枚(2,000円券)	ひとり年間32枚 (200円券)
	②の方	ひとり年間5枚(1,000円券)	ひとり年間10枚 (200円券)
使用可能な事業者	町内に事業所のあり、町が指定した事業者で使用できます。		
	タクシー	<ul style="list-style-type: none"> <li>・松伏交通(有)</li> <li>・ユタカ介護サービス</li> <li>・飛鳥交通(株)</li> <li>・民間救急・介護タクシーすまいる</li> <li>・ケアタクシーこあら</li> <li>・訪問介護事業所にこりん</li> </ul>	
	バス	<ul style="list-style-type: none"> <li>・茨急バス(茨城急行自動車株式会社)</li> <li>・タローズバス(株式会社ジャパンタローズ)</li> </ul>	
使用方法	<ul style="list-style-type: none"> <li>・1回の乗車につき、ひとり1枚まで使用できます。</li> <li>・乗車賃から利用券の額面を引いた、不足分をお支払ください。</li> </ul>		
使用上の注意	<ul style="list-style-type: none"> <li>・利用券を使用できるのは交付を受けた本人に限ります。</li> <li>・他の人の券は使用できません。(券の交換、譲渡、売買等は禁止)</li> <li>・乗車賃が利用券の額面より少ない場合、おつりはできません。</li> <li>・現金への交換はできません。</li> </ul>		
備考	<ul style="list-style-type: none"> <li>・1年度中、ひとり一度まで交付しています。追加・再発行は行いません。</li> <li>・ご家族、民生委員、ケアマネジャーに限り代理申請ができます。</li> </ul>		

# 暮らしの支援 (1) 外出

## 車いすの貸出

マップ ②

事業名	福祉機器貸出事業	電話	048-991-2700
お問合せ	松伏町社会福祉協議会	受付時間	平日 8:30~17:15
所在地	ふれあいセンター「かがやき」2階	休業日	土・日・祝・年末年始
概要	通院や外出、退院から回復までの補助等が必要な方向けに車いすを貸出します。		
対象者	社協会員及び会員世帯の方で、一時的に介護が必要な方、及び、在宅高齢者（要介護2以上は対象外）		
借用期間	最長3か月まで。3か月以上ご利用の場合は要相談。		
利用料金	返却するまでの借用期間	1か月未満	100円／1回
		1か月以上2か月未満	600円／1回
		2か月以上3か月未満	900円／1回
備考	社協年会費：1世帯 1口1,000円／年		



## 車いすのまま乗れる車の貸出

マップ ②

事業名	福祉車両貸出事業	電話	048-991-2700	
お問合せ	松伏町社会福祉協議会	受付時間	平日 8:30~17:15	
所在地	ふれあいセンター「かがやき」2階	休業日	土・日・祝・年末年始	
概要	歩行困難・歩行に介助の必要な方向けに、短期でスロープ付きの福祉車両を貸出します。			
対象者	社協会員及び会員世帯の方で、歩行困難、または歩行に介助が必要な方等。車いすを使用している方。			
借用期間	1日～最長5日間まで			
利用料金	走行距離に応じた燃料費をご負担いただきます。			
	～5km	100円	10km超～51km未満	5kmごとに100円
	10kmまで	200円	51km以上	実費(ガソリン満タン返却)
※社会情勢等の影響により、利用料金が変更となる場合がございますので、予めご了承下さい。				
備考	社協年会費：1世帯 1口1,000円／年 ※運転者の斡旋はありません。申込時に運転者の免許証のコピーが必要です。			

## 自転車乗車用ヘルメット購入費の一部補助


マップ ①

お問合せ	地域安全課 地域安全担当	電話	048-991-1895
申請場所	町役場 本庁舎2階	受付時間	平日 8:30~17:15
概要	<p>道路交通法の一部改正により、令和5年4月1日から「全ての自転車利用者」に対し、自転車の乗車用ヘルメットの着用が努力義務となりました。自転車乗車用ヘルメット購入費の一部を補助します。</p>		
対象者	<p>町内在住で補助対象ヘルメットを購入した方          ※補助対象ヘルメット着用者1人につき1回限り。(既に、この補助金を利用した人は対象外です)          ※同一世帯の方が着用するヘルメットを購入した場合も対象となります。          ※町税等の未納がある場合は、補助の対象となりません。</p>		
補助額	<p>補助対象ヘルメット1個の購入に要した費用(配送に係る費用を除く。)の2分の1の額(100円未満の端数が生じたときは、当該端数を切り捨て)。上限2,000円。          ※補助金が予算額に達した場合は、終了となります。</p>		
補助対象ヘルメット	<p>自転車乗車用ヘルメットで、安全基準の認証を受けた「新品」のもののうち、安全基準に関する認証等を受けたことを示す以下のマークが表示されたもの。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>●SGマーク(一般財団法人製品安全協会の認証)</li> <li>●JCFマーク((公財)日本自転車競技連盟の認証)</li> <li>●CEマーク(欧州連合の欧州委員会の認証)</li> <li>●GSマーク(ドイツ製品安全法の認証)</li> <li>●CPSCマーク(米国消費者製品安全委員会の認証)</li> </ul>		
申請方法	<p>地域安全課窓口で申請。          交付の場合、申請から概ね2か月以内に指定の口座に振込。</p>		
申請書類	<p>①松伏町自転車乗車用ヘルメット購入費補助金交付申請書兼請求書          ②購入した自転車乗車用ヘルメットの「購入日、メーカー名・品名、単価及び数量が記載された領収書(申請者の氏名が記載されたものに限る。)」の写し          ③自転車乗車用ヘルメットで、安全基準の認証を受けた「新品」のものであることが分かるもの          ④振込先口座の通帳等の写し</p>		
注意事項	<ul style="list-style-type: none"> <li>・インターネットで購入する場合は、「購入日、メーカー名・品名、単価及び数量が記載された領収書(申請者の氏名が記載されたものに限る。)」の発行が可能なのかを確認してください。</li> <li>・購入日から90日以内、または購入した年度の3月末日のいずれか早い日までに申請してください。</li> </ul>		

## 暮らしの支援 (2) 買い物

### 移動スーパー カスミ

マップ ①

お問合せ	政策総務課 総合政策担当	電話	048-991-1818
所在地	町役場 本庁舎2階	運休日	土・日・年末年始
概要	松伏町と株式会社カスミ（本社つくば市）との、買い物支援と地域の見守り活動推進に関する協定により移動スーパー車両が町内を巡り、移動販売を行います。（土・日は休業）		
取扱商品	約650商品（生鮮食品、加工食品、お弁当、日用品等）		
価格	カスミ店舗の通常価格で販売 ※チラシ掲載品、特価品価格の取扱いはありません。		
支払方法	現金、クレジットカード、WAONカード（チャージ不可。支払のみ可）		
運行情報	<ul style="list-style-type: none"><li>・町内約30か所で実施しています。</li><li>・運行スケジュールはホームページからご確認ください。</li><li>・天候等により、運行スケジュールが変更になる場合があります。</li></ul>		
備考	<ul style="list-style-type: none"><li>・販売場所は定期的に見直し、変更や追加を行います。</li><li>・地域からのご要望・ご相談は政策総務課までお問合せください。</li><li>・取扱商品のご要望は移動スーパー係員へ直接ご注文ください。</li><li>・お買い物の際は、お買い物袋をご持参ください。</li></ul>		

## 暮らしの支援 (3) 長寿のお祝い

### 敬老祝金

マップ ①

お問合せ 申請場所	いきいき福祉課 地域支援担当	電話	048-991-1882
	町役場 本庁舎1階	受付時間	平日 8:30~17:15
概要	<ul style="list-style-type: none"><li>・敬老と長寿を祝い、満88歳、満99歳となる方に祝金を支給します。</li><li>・受給には申請が必要です。対象となる方には申請書を送付します。</li></ul>		
対象者	町内に継続して1年以上住民登録をしている <ul style="list-style-type: none"><li>・満88歳：昭和13年4月1日～昭和14年3月31日生まれの方</li><li>・満99歳：昭和2年4月1日～昭和3年3月31日生まれの方</li></ul>		
支給額	<ul style="list-style-type: none"><li>・満88歳 10,000円</li><li>・満99歳 30,000円</li></ul>		
備考	4月～9月生まれの方には8月、 10月～3月生まれの方には2月に申請書が届きます。		

## 救急医療情報キット

マップ ①・②・④

事業名	救急医療情報キット設置事業	電話	048-991-2700
お問合せ	松伏町社会福祉協議会	受付時間	平日 8:30~17:15
個人負担	なし	休業日	土・日・祝・年末年始
申請場所	松伏町社会福祉協議会（ふれあいセンター「かがやき」2階）		
	いきいき福祉課 社会福祉担当（役場 本庁舎1階）		
	北部サービスセンター		
概要	緊急時に消防隊等が本人の身体状況等を把握し、スムーズに救急搬送等の対応ができることを目的に、「かかりつけ医療機関」や「緊急時の連絡先」等の情報を専用の容器に入れ、各家庭の冷蔵庫に保管するものです。		
対象者	①65歳以上の一人暮らし世帯の方 ②75歳以上のみで構成される世帯の方 ③その他、援護が必要と認められる世帯の方		



## 緊急時通報システムの装置貸与

マップ ①

事業名	緊急時通報システム設置事業	電話	048-991-1882
お問合せ	いきいき福祉課 地域支援担当	受付時間	平日 8:30~17:15
申請場所	町役場 本庁舎1階	閉庁日	土・日・祝・年末年始
概要	緊急時にボタン一つで、センターを通して消防署に通報ができる装置（固定型または携帯型）を一人暮らしの高齢者等に貸与します。		
対象者	①慢性疾患等により緊急時の対応に不安を抱える、65歳以上の一人暮らしの方 ②障がいの程度が1級から3級までの身体障害者手帳の交付を受けている一人暮らしの方		
個人負担	(固定型)月額300円 (携帯型)月額1,180円		
支払方法	3か月に1回、ご指定の口座から引き落とし		
備考	・申請後、訪問調査を行い、貸与の可否を決定します。 ・申請いただいた方全員に貸与できるとは限りませんのでご了承ください。		



## 家庭用防犯カメラ設置費補助

マップ ①

家庭用防犯カメラ設置費の一部を補助します

お問合せ 地域安全課 地域安全担当 電 話 048-991-1895

所在地 町役場 本庁舎2階 受付時間 平日 8:30~17:15

概要 犯罪発生を抑止し、地域の防犯力向上や住民の皆様の安全・安心を守るため、家庭用防犯カメラを設置する世帯に対し、補助金を交付します。

補助対象者 次の全ての要件を満たす方  
 ①松伏町に住所があり、町内に居住する方  
 ②町税等の滞納がない方  
 ③住宅の所有者でない場合は、所有者の同意を得ていること

補助対象防犯カメラ 次の全ての要件を満たすもの  
 ①屋外に設置し、撮影範囲には自宅とその敷地及び公共空間（道路、公園等）を含めるものとし、他人の建物や敷地を映さないこと  
 ②継続して撮影ができるもの  
 ③夜間撮影ができるもの  
 ④追跡機能を有しないもの

補助対象経費 防犯カメラの購入、設置工事費用

補助対象外経費 ①既存設備の修繕、移設、撤去費用  
 ②画像を保存するためのスマートフォンやタブレットの購入費  
 ③リース及びレンタル費用

補助金の額 補助対象経費の2分の1（上限3万円・千円未満切り捨て）  
 ※補助金が予算額に達した場合は終了となります。

申請に必要な書類 ①松伏町家庭用防犯カメラ設置費補助金交付申請書  
 ②設置する防犯カメラの概要がわかる書類（カタログ等）  
 ③補助対象経費及びその内訳がわかる見積書等  
 ④防犯カメラの設置場所がわかる写真及び撮影を予定する範囲を明示した見取り図  
 ⑤防犯カメラの適正運用に関する誓約書  
 ⑥防犯カメラの設置に係る自宅等の所有者の同意書（自宅等の所有者でないものが申請する場合）

注意事項 すでに設置及び工事に着手している家庭用防犯カメラは、補助の対象となりません。必ず購入、着工前に申請してください。  
 補助を受けた防犯カメラは、設置後5年間は移設、撤去又は撮影範囲の変更をしないでください。

## 家具転倒防止器具の設置費補助

マップ ①

お問合せ 地域安全課 地域安全担当 電話 048-991-1895

所在地 町役場 本庁舎2階 受付時間 平日 8:30~17:15

町では、地震による家具の転倒などの被害から生命を守るため、家具転倒防止器具購入費等の補助を行っています。自分自身と家族の身の安全を守るためにも、家具転倒防止対策を行いましょう。

**対象となる世帯**

次に掲げる全ての要件を満たす世帯の世帯主

1. 町内にお住まいで、住民基本台帳に記録されている方の世帯
2. 次の①～④の者のみで構成されている世帯
  - ①65歳以上の方
  - ②15歳未満の方
  - ③身体障害者手帳、療育手帳または精神障害者保健福祉手帳をお持ちの方
  - ④介護保険法による要介護者または要支援者である方

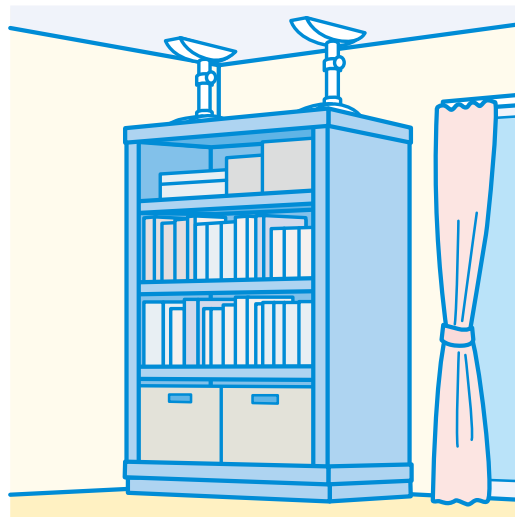
**補助について**

下記のいずれかで補助いたします。

1. 補助金による支給  
お住まいに取付ける家具転倒防止器具の購入費および設置費を補助します。  
補助金の額は、購入費の2分の1（100円未満切捨て）の額。ただし、1世帯あたり5,000円が補助限度額。
2. 器具による支給  
町が家具転倒防止器具を支給し、町に登録をした業者が、お住まいに伺い取付けを行います。

詳細は、以下を参照ください。

<http://www.town.matsubushi.saitama.jp/www/contents/1327549703475/index.html>



# 生活支援体制整備協議体について

## 生活支援体制整備協議体

協議体とは、「互助を中心とした地域づくりを住民主体で進めるために、助け合い活動とともに創出し、充実させていく組織」のことをいいます。  
地域での困りごとや地域情報を共有しながら、どのような助け合い活動ができるか、どのような活動が町に必要なか等を話し合う場です。

### 松伏町 全域



※議長ではなくファシリテーター。  
調整役・促進役であって、議長のような決定権はありません。

## 生活支援コーディネーターについて

生活支援コーディネーターは、高齢者が住み慣れた地域で、健康で自分らしい生活が長く続けられるよう、助け合い支え合いのある地域づくり、健康寿命を延ばせるような地域づくりをサポートする役割を担っています。

## ご近所さん体操

マップ ①・②

お問合せ	いきいき福祉課 地域支援担当	電話	048-991-1882
申請場所	松伏町社会福祉協議会		048-991-2700
	町役場 本庁舎1階	受付時間	平日 8:30~17:15
	ふれあいセンター「かがやき」2階		
対象者	町内在住の65歳以上の方	参加費	無料
開催時期	通年	募集時期	通年(随時)
活動場所	町内公共施設や自治会館、参加者のご自宅 等		
概要	住民主体の通いの場です。地域の高齢者が、歩いて通える場所に体操教室を立ち上げ、運営することで介護予防の効果に加え、地域における支え合い活動につなげます。		
活動内容	手首や足首におもりを巻き、ゆっくり動かす簡単な筋トレです。会場ごとに異なりますが、概ね週1回仲間が集まり、お茶を飲んだりおしゃべりしたり楽しく過ごします。		
効果	<ul style="list-style-type: none"> <li>定期的に行うことで、体力や活動量が増え、健康づくりに役立ちます。</li> <li>フレイル(体が虚弱になること)の進行を防ぎ、介護予防に!</li> <li>ご近所さん体操への参加や活動を通して、人と人との繋がりができることで、心も体も元気に!</li> <li>地域の見守りや支え合いが生まれ、安心した地域に!</li> </ul>		

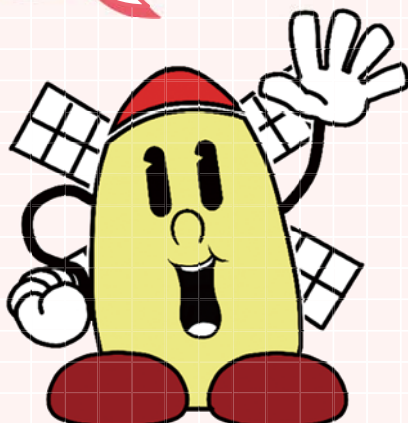
活動日・開始時刻	場所	活動日・開始時刻	場所			
月曜日	10:00	赤岩農村センター	木曜日	9:30	県営まつぶし緑の丘マルシンパーク	
	10:00	関場集会所		10:00	三栄会館	
	13:00	個人宅		13:30	多世代交流学習館 「メロディー」	
	13:30	ふれあいセンター「かがやき」		13:30	農村トレーニングセンター	
火曜日	10:00	ゆめみ野集会所		13:30	松伏会館	
	10:00	片町自治会館		14:00	外前野記念会館 「ハーモニー」 ※男性限定	
	10:00	関農民センター		金曜日	10:00	新川自治会館
	13:30	ふれあいセンター 「かがやき」			10:00	松葉第二集会所
	13:30	内前野会館			10:00	大川戸中央自治会館
9:30	片町自治会館	13:30			外前野記念会館 「ハーモニー」	
水曜日	9:30	みどり自治会館	13:30	ゆめみ野集会所		
	10:00	金杉みずくみ 自治会集会所				
	13:30	天神自治会集会所				

## 「ご近所さん体操」新規サークル立ち上げ

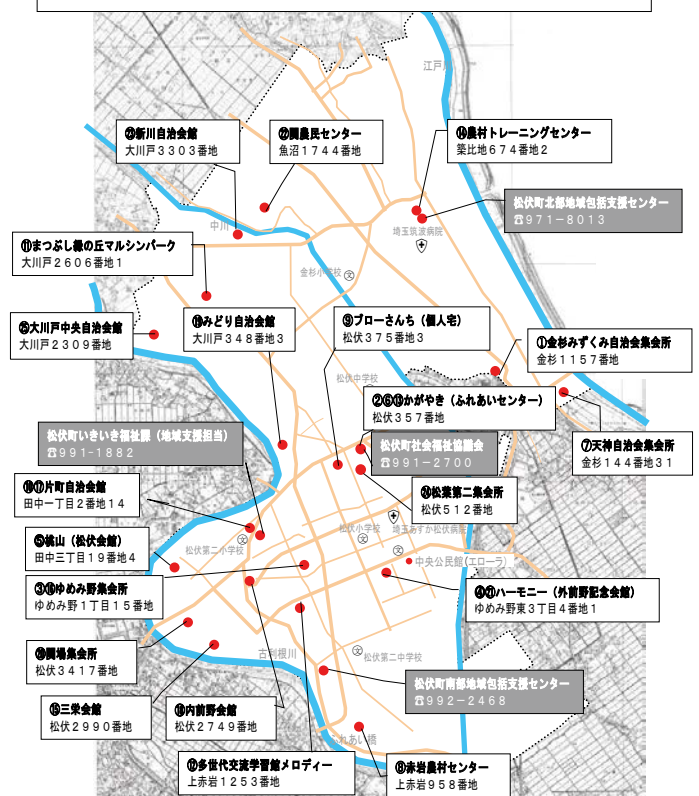
マップ ①・②

お問合せ 申請場所	いきいき福祉課 地域支援担当 松伏町社会福祉協議会 町役場 本庁舎1階 ふれあいセンター「かがやき」2階	電話	048-991-1882 048-991-2700
概要	松伏町では多くの町民の方が介護予防に取り組むことを目指し、住民主体の「ご近所さん体操」を行うサークルの立ち上げ支援を行っています。ぜひ、みなさんの自治会や町内会、ご近所の方と始めてみませんか？		
条件	<ul style="list-style-type: none"> <li>・週1回以上、集会所や個人宅等で自主開催できる団体であること。</li> <li>・住民主体であること。</li> <li>※立ち上げや活動において、お悩みや困りごとがあれば、町へご相談ください。一緒に考えていきます。</li> </ul>		
支援内容	<ul style="list-style-type: none"> <li>・体操の仕方を覚えていただくため、理学療法士が運動指導の講座を行います。(2~4回開催)</li> <li>・体力測定を実施し、効果を確認します。(立ち上げ時と継続6か月後)</li> <li>・体操で使うバンドや重りの貸与。</li> <li>・体操の仕方が載っているハンドブックの進呈。(参加者限定)</li> </ul>		

新しく始めたい  
サークル  
募集中!



松伏町ご近所さん体操マップ



## いきいき健康体操教室

マップ ①

お問合せ	いきいき福祉課 地域支援担当	電話	048-991-1882
お申込み	町役場 本庁舎1階	受付時間	平日 8:30~17:15
対象者	町内在住の65歳以上の方	参加費	無料
活動内容	専門の指導員による体操指導を受けます。その他にも、栄養改善、口腔機能の向上等介護予防に関する知識や実践方法を学びます。		
活動場所	松伏町役場、町内公共施設、自治会館 等	定員	各会場20名
開催時期	前期(5~8月)、中期(8~11月)、後期(12~2月) 1期あたり10回コース(週1回)。90分間/回。		
募集時期	前期分…5月、中期分…8月、後期分…11月。 ※定員に空きがある会場は随時募集になります。		

## 音楽健康クラブ

マップ ①・④・⑱

お問合せ	いきいき福祉課 地域支援担当	電話	048-991-1882
お申込み	町役場 本庁舎1階	受付時間	平日 8:30~17:15
対象者	町内在住の65歳以上の方	参加費	無料
活動内容	音楽に合わせてリズムを取りながら運動をすることで、脳の活性化や体力・運動能力の改善を図る介護予防を目的に行っています。 音楽健康指導士・理学療法士の専門家が楽しく指導します。		
活動場所	松伏町中央公民館・農村トレーニングセンター	定員	A・B班200名、C班15名
開催時期	通年。(A・B班)松伏町中央公民館、(C班)農村トレーニングセンター 前期(4~9月)、後期(10月~3月)の各17回コース。月2~4回 水曜日。 60分間/1回。A班…9:30~10:30、B班…11:00~12:00、C班…13:30~14:30		
募集時期	前期分…4月、後期分…9月※定員に空きがある場合のみ随時募集になります。		

## 口腔栄養講座

マップ ①・⑤

お問合せ	いきいき福祉課 地域支援担当、	電話	048-991-1882、
お申込み	保健センター		048-992-3170
		受付時間	平日 8:30~17:15
対象者	町内在住の65歳以上の方	参加費	無料
活動内容	高齢者に必要な栄養やバランスの取れた食事のコツや口腔ケアを学びます。簡単に美味しいレシピの試食や口腔体操も紹介します。		
活動場所	保健センター	定員	20名
開催日程	年間1回実施予定	開催時間	1回2時間程度
備考	開催日時については、まつぶし広報誌やホームページ等にてお知らせいたします。		

## 男性のための健康体操教室

マップ ①

お問い合わせ お申込み	いきいき福祉課 地域支援担当	電話	048-991-1882
	町役場 本庁舎1階	受付時間	平日 8:30~17:15
対象者	町内在住の65歳以上の男性	参加費	無料
活動場所	町内公共施設や自治会館等	募集時期	開催時期の1か月前
開催時期	1期あたり6回×6期(火曜日・金曜日)	定員	各会場20名
活動趣旨	今よりも動きやすい身体、カッコいい姿勢を手に入れましょう！ 身体の痛みをお持ちの方、体力に自信のない方、元気な方等、どんな方も参加できます！		
活動内容	<ul style="list-style-type: none"> <li>●姿勢改善…きれいな姿勢で今よりも若く美しい身体に！</li> <li>●関節痛改善…肩や腰、膝の痛み等、節々の痛みを予防・改善！</li> <li>●歩行改善…機能を改善し、「歩く」動作を楽しみましょう！</li> <li>●転倒予防…歩幅を自然と広げられるようになって転びにくくなるよう！</li> </ul>		

## わくわくゲーム交流会

マップ ①・④

お問い合わせ お申込み	いきいき福祉課 地域支援担当	電話	048-991-1882
		受付時間	平日 8:30~17:15
対象者	町内在住の65歳以上の方	参加費	無料
活動内容	Nintendo Switchを使用したビデオゲームのレクリエーションを行います。使用方法や遊び方もレクチャーします。		
活動場所	松伏町役場、 北部サービスセンター	定員	16名
開催日程	年間4回実施予定	開催時間	1回1時間30分程度
活動場所	松伏町役場、北部サービスセンター		
備考	開催日時につきましては、まつぶし広報誌やホームページ等にてお知らせいたします。		

学んでサポートしよう

## 「認知症サポーター養成講座」

マップ 2

お問合せ お申込み	松伏町社会福祉協議会	電話	048-991-2700
	ふれあいセンター「かがやき」2階	受付時間	平日 8:30~17:15
参加対象	松伏町在住・在勤・在学の方	参加費	無料
開催場所	ふれあいセンター「かがやき」等	定員	各回概ね20名程度
開催日程	年数回開催予定	開催時間	1回1時間半程度
概要	認知症について正しく理解して、認知症の方への接し方や家族への支援について学ぶ講座です。		
備考	開催日時については、開催直近の「まつぶし社協だより」にてお知らせいたします。自治会等の団体で講座開催を希望される場合は、松伏町社会福祉協議会へご相談ください。		

より深く認知症を知って地域のささえあいを実践

## 「認知症サポーターステップアップ講座」

マップ 2

お問合せ お申込み	松伏町社会福祉協議会	電話	048-991-2700
	ふれあいセンター「かがやき」2階	受付時間	平日 8:30~17:15
会場	ふれあいセンター「かがやき」	参加費	無料
開催日程	年1回	定員	概ね20名程度
参加対象	認知症サポーター養成講座修了済の松伏町在住・在勤・在学の方		
概要	認知症サポーターステップアップ講座では、サポーター養成講座で学んだことを、より専門的・学術的に学ぶとともに、認知症当事者や家族の立場であったらどのような支援を受けたいか、地域においてどのように接してもらいたいかについて、より深く学び、認知症当事者にとって、どのような地域のあり方が住みやすいかを“ジブンゴト”として捉えるために、グループワークで深く考えていきます。		
備考	開催日時については、開催直近の「まつぶし社協だより」にてお知らせいたします。		



## 知ってください「チームオレンジ」のこと！

### —松伏町における流れ—

事業名 認知症サポーター活動促進・地域づくり推進事業

#### 「チームオレンジ」とは

地域住民の認知症サポーターの方々などがチームを組み、認知症の人やその家族の支援ニーズに合った具体的な支援につなげる仕組みです。認知症支援における地域活動の最高峰に当たります。松伏町では、認知症になっても安心して暮らし続けられる町を目指しています！

認知症サポーター  
養成講座

認知症サポーター  
ステップアップ講座

オレンジパートナー

チームオレンジ

認知症  
サポーター  
とは

認知症サポーターは特別なことをする人ではありません。認知症の方やご家族を温かく見守り、声かけやちょっとした手助けができる地域の応援者です。

全体の流れ

地域の認知症の方をサポートしたい方や認知症について知りたい方等が、「認知症サポーター養成講座」を受講します。



「認知症サポーター養成講座」を受講した「認知症サポーター」を対象に、地域で認知症の方や家族のやりたいこと、支援してほしいことなどを叶える活動（チームオレンジ）に活かしていただくための講座「認知症サポーター ステップアップ講座」を受講します。

受講者全員を「オレンジパートナー」として登録します。

チームオレンジとして活動できる方で、一つの「チームオレンジ」を形成していきます。

## 認知症について

### ～どんな症状？～

認知症は、脳の病気や障がい等様々な原因により、認知機能が低下し、日常生活全般に支障が出てくる状態をいいます。初期は、加齢による単なる物忘れに見えることが多いです。しかし、仕事や家事等普段やってきたことでミスが増える、お金の勘定ができなくなる、慣れた道で迷う、話が通じなくなる、憂鬱・不安になる、気力がなくなる、現実には見えないものが見える、妄想がある等のサインが出てきたときには、専門機関に相談してみましょう。

年齢を重ねるほど認知症になりやすくなると言われ、認知症は誰もがなりうる病気とされています。

### ～認知症のある人への接し方～

優しい笑顔で。自尊心を傷つけない。

記憶力が低下しても、「嬉しい」「悲しい」等の感情は豊かです。

出来事は忘れてしまっても、感情の記憶は残ります。プライドもあります。

急がせず待つ姿勢。本人のペースに合わせましょう。

昔からしていることは上手くできたり、周囲の理解やちょっとした支えがあればできることはたくさんあります。少しのサポートが安心感につながります。

目線を合わせてから話しかける。一言ずつ、ゆっくりと。はっきりと。

説得するより納得してもらえるように、心に寄り添いましょう。

一人で抱え込まないで。

他人事だと思わず、声かけ等地域全体で見守りましょう。みんないつかは年をとります。

認知症と診断されても、症状は十人十色です。本人の気持ちに寄り添い、一人一人に応じた関わりを大切にしましょう。



## 認知症予防ケア教室

マップ 2

お問合せ	松伏町社会福祉協議会	電話	048-991-2700
お申込み	ふれあいセンター「かがやき」2階	受付時間	平日 8:30~17:15
対象者	どなたでも (年齢不問)	参加費	無料
活動場所	ふれあいセンター「かがやき」1階	定員	30名
開催日時	主に毎月最終月曜日 13:30~15:00 ※8月・1月はお休み		
申込方法	申込方法の詳細につきましては、社協だよりやホームページ等でお知らせします。		
趣 旨	認知症にならないためには、日頃から予防を意識して生活することが大切です。当教室では、認知症についての情報とともに、毎日の生活の中で、意識して行動することで予防につながるポイントをお伝えします。		
活動内容	<ul style="list-style-type: none"> <li>・認知症について学ぶ</li> <li>・脳を活性化するトレーニング</li> <li>・リズムに合わせて簡単にでき、毎日続けていける体操</li> <li>・懐かしいメロディーにのってリラクゼーション</li> </ul>		
持ち物	汗拭きタオル・水分補給用 (水・麦茶等)・筆記用具		

## 参加しよう (3) オレンジカフェ

オレンジカフェ  
(認知症カフェ)  
って何？

「認知症カフェ」とは、認知症の人やその家族をはじめ認知症に関心のある人が集まり、認知症について正しく知り、情報交換や交流をする中で、地域で認知症の人や家族を支えること等を目的に開催しています。ちなみに「オレンジカフェ」は、認知症のシンボルカラーであるオレンジから名付けられています。

## 開催一覧

会場	開催曜日	時間	参加費	お問合せ	マップ
まつぶし緑の丘 マルシンパーク サークル室1・2	月1回 第2木曜日 <small>※祝日の場合翌週となります。</small>	13:30 ) 15:00	200円	松伏町社会福祉協議会 電話 048-991-2700	8
多世代交流学習館 「メロディー」	奇数月 第2水曜日	13:30 ) 15:30	100円 (カフェ代)	多世代交流学習館 「メロディー」 電話 048-991-2338	11
グループホーム みんなの家・松伏	6月・12月 第2月曜日 <small>※お問い合わせください。</small>	13:30 ) 15:00	—	グループホーム みんなの家・松伏 電話 048-993-1780	14

※詳しくは、各会場のお問合せ先にご確認願います。

# 参加しよう (4) 健康推進活動

## マップ・健幸(けんこう)・マイレージ

マップ 5

お問合せ	松伏町保健センター	電話	048-992-3170
所在地	大字松伏428番地	問合せ時間	平日 8:30~17:15
対象者	町内在住の18歳以上の方	参加費	無料
概要	町や県が実施する健康につながる対象事業に参加した方にポイントを付与(ポイントカードに押印)します。※1事業につき1ポイント(1回限り)。ポイントカードは対象の事業参加時または保健センター窓口で配布しています。3ポイント以上ため、認定をうけると、町の特産品の購入に利用できます。		
対象事業	受診	特定健康診査、後期高齢者健康診査、人間ドック、健康診断(社保・生保)、がん検診、歯周病検診(歯科健診)	
	参加	ご近所さん体操、いきいき健康体操教室、音楽健康クラブ、男性のための健康体操教室、健康大学、スマホ講座、わくわくゲーム交流会、気軽にノルディックウォーキング、料理教室(食改)、糖尿病予防教室、生活習慣病予防教室、運動教室、湯沢ウォーキング、気楽に遊び体、体力測定、幼児食ぱくぱく教室	
	登録	コバトンALKOOマイレージ	
付与期間	ポイントカードをもらってから~令和9年1月31日(日)		
ポイント認定及び利用可能期間	令和9年2月1日(月)~令和9年3月31日(水)		
	①ポイントカードを保健センターに持参してください。 ②達成ポイントを確認して認定します。(認定は数量限定) 3ポイント以上達成→500円 8ポイント以上達成→1,000円 ③認定されたポイントカードが金額相当分になり、上記利用期間、下記店舗でご利用できます。払い戻し・換金はできません。		
利用可能店舗	石塚家、金杉糰屋、自家焙煎珈琲 咲久羅、サラダ館松伏店、そば処桂、鳥久、プードル洋菓子店、ブランジェ・アプレ、増田商店、松伏ふれあい直売所、和食竜		
備考	・ポイントカードはお一人につき1枚限り発行します。合算不可。 ・ポイントの認定、利用可能期間を過ぎた場合は無効になります。		
<b>NEW</b>	「マップー ワンモア! チャンス制度」が始まります!!認定を受けた希望者の中から、抽選で5名の方に3,000円分の認定済ポイントカードをプレゼントします。		



## 気軽にノルディックウォーキング

マップ 5

お問合せ	松伏町保健センター	電話	048-992-3170
所在地	大字松伏428番地	問合せ時間	平日 8:30~17:15
対象者	どなたでも (年齢不問)	参加費	無料
ノルディックウォーキングの効果	ノルディックウォーキングは、身体の90%の筋肉を使って歩くため、消費カロリーが通常のウォーキングの1.4倍の運動効果が認められています。また、広い歩幅で歩くため、介護予防も期待できます。		
開催日時 場所	初心者の方でも大丈夫！ ポールの使い方からお教えしますので、気軽にご参加ください。		
	会場	開催日	マップ
	まつぶし緑の丘マルシンパーク	4/14、6/9、10/27、12/1、1/26、2/9、3/16	8
松伏総合公園・記念公園	5/12、10/13、11/24、12/22、1/12、3/2	19	
	※場所は変更になることがあります。※雨天の場合は中止となります。判断が難しい場合は、保健センターまでご連絡ください。		
時間	9:30~11:00		
持ち物	飲み物、タオル ※ノルディックウォーキングポールは無料でお貸しします。(先着順)		
定員	各回40名程度		

## 湯沢ウォーキング

マップ 18

お問合せ お申込み	松伏町B&G海洋センター ゆめみ野東3丁目14番地8	電話	048-992-1291
内容	新潟県湯沢町(約2時間コース)	休館日	月曜日、年末年始 (月曜祝日の場合は火曜日)
対象者	小学生以上で、全行程を歩ける方。※小学生は保護者の同伴が必要です。	定員	30名
参加費	5,000円(予定)(昼食、レクリエーション、保険代等)		
開催日	10月3日(土) ※雨天決行		
行程・ 申込方法	詳細は広報8月号に掲載します。		
備考	<ul style="list-style-type: none"> <li>・申込みされた方以外は参加できません。(代理参加等不可)</li> <li>・申込者が定員を超えた場合は、公開抽選により決定します。</li> </ul>		

## 参加しよう (5) サロン活動

サロンとは？	参加する一人ひとりがともに楽しい時間を過ごしながら「地域の一員」としての気持ちを高め、地域社会におけるつながりを更につくり、 <b>地域の支え合い助け合いが広がっていく集いの場</b> です。
サロンの特徴	サロンは、地域に住む人たちが出会い、交流し、仲間づくりができ、気軽に立寄れる場です。 サロンは参加者が楽しく集うことが第一ですが、担い手自身が「楽しい」と感じる事が更に大切です。 サロンに「こうでないといけない」という決まりはありません。参加者の状況や希望によって自由に活動を展開しましょう。
サロンの効果	<ul style="list-style-type: none"><li>・ 地域としての一体感が強まります。</li><li>・ 身近な情報を共有・交換できます。</li><li>・ ご近所の友だちができることで、孤立・閉じこもり防止になります。</li><li>・ 介護予防・認知症予防になります。</li><li>・ 互いがお知り合いになることで、いざという時の防犯・防災にもなります。</li></ul>

### つながりサロン@この指とまれ

マップ ②

お問い合わせ お申込み	松伏町社会福祉協議会	電話	048-991-2700
	ふれあいセンター「かがやき」2階	受付時間	平日 8:30~17:15
対象者	地域活動を活性化させたい人 自ら手を挙げてリーダーとして動きたい人 地域の方々と一緒に趣味活動をしたい人		
参加費	実費相当分（活動内容による）		
活動場所	ふれあいセンター「かがやき」		
活動趣旨	住民の皆様が主体となっ行って行なう地域の居場所づくりをサポートするため、場所の提供と周知活動の支援を社協が行います。 みんなで何かしたい人、学びたい人、おしゃべりしたい人、自ら手を挙げて「この指とまれ!!」と人を集めて活動をしてみませんか。 まずは社協にご相談ください。		

## 松伏町サロン一覧

お問合せ 松伏町社会福祉協議会 電話 048-991-2700

備考

- ・令和8年3月現在、休止や人数・内容等を制限・変更している場合があります。
- ・都合によりお休みする場合があります。あらかじめご了承ください。

サロン名称	開催日・開催時間	参加費	会場	お問い合わせ	マップ	
かがやき・ほほえみサロン	月1回 第2水曜日 10:00~14:00	100円(茶代)	ふれあいセンター 「かがやき」	松伏町 社会福祉協議会 048-991-2700	②	
こどものもり・ひなたぼっこサロン	月1回 第2木曜日 10:00~12:00	100円(茶代) 300円(昼食代)	幼保連携型 認定こども園 こどものもり		②⑩	
ふれあいの会	月1回 第3日曜日 9:30~11:30	300円(茶代)	寺地集会所		⑨	
桃山クラブ	月1回 第3木曜日 9:00~16:00	100円(茶代)	松伏会館		②⑪	
ふれあいサロン 喫茶	毎週 水曜日 10:00~16:00	100円(茶代)	ふれあいセンター 「かがやき」		②	
グリーンカフェ	月2回 第2・4水曜日 10:00~16:00	100円(茶代)	緑の丘マルシンパーク サークル室1・2・3		⑧	
はっぴーサロン	月2回 第2・4土曜日 10:00~12:00	3ヶ月 1000円	ふれあいセンター 「かがやき」		②	
健康 マーじゃんサロン ふらっと	月2回 第1水曜日(初心者)・ 第2木曜日(経験者) 13:00~16:00	第1水曜日 300円・ 第2木曜日 200円	ふれあいセンター 「かがやき」		②	
	月1回第4木曜日または 第5木曜日(経験者) 13:00~16:00	300円	緑の丘 マルシンパーク		⑧	
メロディーカフェ	毎週 水・金曜日 10:30~15:30	100円 (おかわり自由)	多世代交流学習館 「メロディー」		多世代交流学習館 「メロディー」 048-991-2338	⑪
喫茶ゆめみへの	不定期 10:45~12:10	ドリンク50円 パン60円 おかし100円	松伏高校生徒ホール		松伏分校 048-940-5763	
みんなの居場所 陽だまり	毎週 月・金曜日 10:00~16:00	500円 (お茶菓子付) 3杯飲み物	みんなの居場所 陽だまり		みんなの居場所 陽だまり 090-4020-0324	
岩平サロン	毎週 第2・4日曜日 10:00~15:30	無料 (ワークショップ に参加する場合 は別途材料費が かかります。)	岩平自治会館		 instagramの メッセージに てお問い合わせ してください。	
Kotona (コトナ)	毎週 木・金・土曜日 11:00~15:00	250円 (飲み物代)	町内の民家		kotona 080-4775-2378	

## 参加しよう (6) サークル活動

### 総合型地域スポーツクラブ「マッピー松伏」

マップ 18

お問合せ	「マッピー松伏」事務局	電話	048-992-1291
所在地	松伏町B&G海洋センター内	休館日	月曜日、年末年始 (月曜祝日の場合は火曜日)
受講料	一般会員：300円／1回、正会員：200円／1回		
活動場所	松伏町B&G海洋センター（ゆめみ野東3丁目14番地8）他		
概要	<ul style="list-style-type: none"> <li>・教室ごとに指導者がつきます。</li> <li>・1回の登録で、どの教室に、いつ来ても1回の参加費で受講できます。</li> </ul>		

教室名	曜日	開始時刻	開催回数／月	会場	参加対象年齢
健康ヨガ	日	9:40	3～4回	B&G	16歳以上
バランスボール	火	11:20	3～4回	B&G	16歳以上
エンジョイ・ダンス	水	9:40	3～4回	B&G	16歳以上
絵手紙教室	木	10:00	2回	B&G	16歳以上
ケンコー体操	金	11:20	4回	B&G	16歳以上
ケンコー吹き矢	金	13:30	2回	B&G	16歳以上
体幹トレーニング	土	11:20	2回	B&G	16歳以上
ピラティス教室	土	11:20	2回	B&G	16歳以上
ケンコー尺八教室	土	9:30	1回	B&G	16歳以上
マッピー軟式庭球部	水	11:00	3回	松伏記念公園 テニスコート	60歳以上の男性
<b>夏期限定</b> 水中ウォーキング教室	木	14:00	全5回	B&Gプール	16歳以上

### 気楽に遊び体

マップ 18

お問合せ	松伏町B&G海洋センター	電話	048-992-1291
休館日	月曜日、年末年始（月曜祝日の場合は火曜日）		
対象者	どなたでも	参加費	無料
場所	松伏町B&G海洋センター（ゆめみ野東3丁目14番地8）		
主催	松伏町スポーツ推進委員連絡協議会		
開催日	毎月第2土曜日 午前9時～午前11時		
内容	さいかつボール、ミニテニス、ケンコー吹き矢		
持ち物	運動できる服装、体育館シューズ		

## サークルマップ

マップ ①

お問合せ	教育文化振興課 社会教育担当	電話	048-991-1873
申請場所	町役場 第2庁舎2階	受付時間	平日 8:30~17:15
概要	町内にある公共施設で、定期的にサークル活動を行っている団体を紹介した情報冊子です。		
発行時期	8月下旬(予定)		
配布場所	教育文化振興課、中央公民館、多世代交流学習館メロディー、B&G海洋センター、他町内各公共施設		

## 参加しよう (7) 生涯学習情報

## まつぶし出前講座

マップ ①

お問合せ	教育文化振興課 社会教育担当	電話	048-991-1873
申請場所	町役場 第2庁舎2階	受付時間	平日 8:30~17:15
概要	町民の方の自主的な学習の場です。講座メニューには、町民が講師となり実施する「町民編」と、町職員が講師となり実施する「役場編」があります。町民の方が学び合うなかで、町民と行政が協働で生涯学習によるまちづくりを進めるものです。		
発行時期	8月下旬(予定)		
配布場所	町内各公共施設		
対象者	原則、町内在住・在勤・在学の方 ※5人以上のグループでお申込みください。		
注文方法	①会場の確保を申込者側で行ってください。 ②担当課と日程調整を行ってください。 ③受講希望日の14日前までに「出前講座申込書」を教育文化振興課へ提出。		
注文後	決定通知書を送ります。下記の3点をお願いします。 ①講師との調整 ②参加者へのお知らせ ③受講の準備		
講座当日	下記の2点をお願いします。 ①会場の設営 ②司会進行		
備考	自治会館や自宅等、町施設でない場所を実施する場合は、教育文化振興課へご相談ください。		

# 参加しよう (8) 生きがい活動

## 健康大学

マップ 4

お問合せ	北部サービスセンター	電話	048-992-1777
所在地	大字築比地678番地4	開所時間	平日 8:30~17:15
対象者	町内在住の60歳以上の方	活動場所	北部サービスセンター
参加費	無料(ただし、科目によっては教材費等自己負担があります。)		
趣旨	高齢者の生活に潤いを持たせ、楽しみながら健康を大切にし、生き甲斐の充実を図ります。		
内容	1人につき3科目まで受講できます。 ・絵手紙 ・書道 ・フォークダンス ・太極拳 ・民謡 ・いけ花 ・手工芸 ・舞踊 ・カラオケ		
開催時期	6月~2月。月1回の年9回	募集時期	令和8年4月6日~4月17日
備考	送迎バスあり。(無料)		

## けんこうクラブ

マップ 4

お問合せ	北部サービスセンター	電話	048-992-1777
所在地	大字築比地678番地4	開所時間	平日 8:30~17:15
けんこうクラブとは	けんこうクラブ(老人クラブ)は、60歳以上の方が各地域で自主的に集まり、親しみを深めながら各種活動を通して、会員の健康づくりや生きがいづくりを進める組織です。 町内には12クラブあります。(令和8年4月1日時点)		
活動内容	各クラブで異なります。(グランドゴルフやカラオケ等) 各クラブによって組織される「けんこうクラブ連合会」では、運動会等各種催しを行っています。		
加入方法	加入の手続きは、クラブによって様々です。 地域のクラブの会長へ連絡してください。		
備考	連絡先が分からない場合は、北部サービスセンターへご相談ください。 北部サービスセンターで活動する場合は送迎バスあり。(無料)		

## 湯沢町交流事業宿泊助成金

マップ ①

お問合せ	教育文化振興課 社会教育担当	電話	048-991-1873
申請場所	町役場 第2庁舎2階	受付時間	平日 8:30~17:15
概要	災害援助協定を締結している新潟県湯沢町との交流を深めることを目的に、湯沢町内の指定宿泊施設に宿泊した松伏町民の方に対して、宿泊費の一部を助成しています。		
対象者	松伏町に居住し住民登録している方 ※本人及び同一世帯の方が、町民税、固定資産税、軽自動車税、国民健康保険税を滞納している場合は対象外。		
助成額	・大人(中学生以上) 3,000円 ・子ども(小学生以下) 2,000円 ※ただし、R8、4/1以降の宿泊より適用。		
申請期間	宿泊日の翌日から2か月以内に申請。 ※申請書類の受付日を基準とし、1名につき、1年度内に1回のみ利用可能。		
申請方法	町教育委員会教育文化振興課窓口で申請。		
申請書類	①申請書 ※指定宿泊施設で宿泊の証明印を受けてください。		
助成方法	申請後、申請書に記入された口座に後日振込。		

## 保養所利用料の助成

マップ ①

お問合せ	住民ほけん課 国保年金担当 後期高齢者医療担当	電話	048-991-1868 (国保) 048-991-1884 (後期)
申請場所	町役場 本庁舎1階	受付時間	平日 8:30~17:15
概要	加入者の健康保持増進を図る目的から、ホテル・旅館などの契約保養施設の利用料を助成しています。		
対象者	松伏町国民健康保険又は後期高齢者医療制度の加入者で保険税(保険料)に滞納のない方		
助成額	・大人(中学生以上) 2,500円 ・子ども(小学生以下) 1,500円 ※同一年度内に1泊まで。		
申込方法	利用日の7日前までに、住民ほけん課窓口で申請 ※申し込み後、住民ほけん課から助成券・利用券を郵送します。		
必要書類	※事前に対象の保養所を予約してください。 ①利用申込書(表・裏) 申請に来る方の本人確認書類 ②保養所を利用する方全員の住所、氏名、電話番号及び保険の記号番号(後期の方:被保険者番号)		
対象施設	埼玉県国民健康保険団体連合会と利用契約を結んだ保養所		
その他	・利用後の申請は受付できません。 ・旅行会社やツアーのご予約では、利用できません。必ず保養施設に直接予約をしてください。 ・利用券発行後に宿泊をキャンセルされる場合、速やかに利用券を返却してください。		

# 参加しよう (9) ボランティアグループ紹介 (松伏町社協「ボランティアグループ紹介」冊子より)

グループ名	主な活動内容等	会費	主な活動場所	マップ
		ボランティア 保険加入		
みどりグループ	オムツたたみ、入浴後介助・水分補給・ドライヤー、年間行事の補助・見守り（夏まつり、敬老会、クリスマス会）。	無	特別養護老人ホーム 三戸里園	7
		有		
さくらグループ	毎月第2・4水曜日9:30～11:30頃。喫茶コーナーにて活動。年間を通して行事のお手伝い。	無	介護老人保健施設 あすかHOUSE松伏	3
		有		
カーネーション グループ	デイサービスセンター「つくしんぼ」水・金9:00～12:00の内の2時間、13:00～16:00の内の3時間の中で相談の上、活動時間を決めます。活動補助と話し相手のお手伝い等。	無	ふれあいセンター 「かがやき」	2
		有		
傾聴ボランティア わ た げ	施設入所の方や個人宅を月1回程度会員2～3人で訪問。話を理解し、気持ちに共感。傾聴します。	無 有	町内の個人宅・ 町内外施設	—
朗読ボランティア グ ル ー プ	「広報まつぶし」「議会だより」「社協だより」を朗読・録音し、社協を通じて視覚障がい者の方にお届けしています。	無	ふれあいセンター 「かがやき」	2
		有		
福祉教育指導 グ ル ー プ	車椅子・アイマスク・高齢者疑似体験の補助、手伝い。年2～3回ほどの活動。高齢者・障がい者の方々への思いやりを子どもたちと考え体験します。	無 有	町内の小中学校、 特別支援学校	—
おはなしランド	第2・4土曜日14:00～15:00。絵本や紙芝居の読み聞かせ。学校や支援センター等でも読み聞かせを行なっています。	無	多世代交流学習館 「メロディー」	11
		無		
図書ボランティア	木・土曜日14:00～16:30。図書の貸出・返却を主として、生涯学習事業のお手伝い、メロディー祭の参加。	無	多世代交流学習館 「メロディー」	11
		無		

※都合により活動を中止している場合があります。また活動をお休みする場合がありますので、ご了承ください。  
※詳しくは、松伏町社会福祉協議会へお問合わせください。 電話：048-991-2700

グループ名	主な活動内容等	会費	主な活動場所	マップ
		ボランティア 保険加入		
おたすけ隊	活動日:土・日曜日、夏・冬・春休み。 図書の貸出・返却。お話しランド 図書読み聞かせ、生涯学習事業等 のお手伝い。	無	多世代交流学習館 「メロディー」	11
		無		
松伏町母子愛育会	健康で住みよい「まちづくり」を 目指した子育て支援事業。たなば た会・クリスマス会・4か月児健 診での絵本の紹介、保健センター 事業での保育や街中での声掛け活 動等。	無	松伏町 保健センター	5
		有		
松伏地区 更生保護女性会	「社会を明るくする運動」街頭キャン ペーン。愛の募金活動。児童館 の水拭き清掃年4回。児童館イベン ト年9回。来館者対応協力。	1,000円 (年会費)	松伏町内	-
		有		
松伏町食生活改善 推進員協議会	栄養学の基礎学習、調理実習。親 子料理教室、男性のための料理教 室、生活習慣病予防料理教室、骨 太クッキング等。乳児健診での離 乳食配膳のお手伝い。	2,000円	松伏町 保健センター	5
		有		
行事グループ	社協・行政の行事のお手伝い、町 内高齢者施設の手伝い。イベント 準備・会場作成・後片付け。	無	松伏町内	-
		有		
花ももの会	緑の丘公園イベント出店のお手伝 い。5月春の花まつり、10月秋の 花まつり。	無	まつぶし緑の丘 マルシンパーク	8
		有		
大川戸地区県営 まつぶし緑の丘 マルシンパーク 利用促進委員会	5月～3月:春・秋の花まつり、 コスモス種まき・除草。ポピー種 まき・除草。初日の出イベント。 研修会、役員会複数回等。 ※会員の対象は大川戸地区、春日 部市赤沼地区の方限定。	無	まつぶし緑の丘 マルシンパーク	8
		有		

※都合により活動を中止している場合があります。また活動をお休みする場合がありますので、ご了承ください。  
※詳しくは、松伏町社会福祉協議会へお問合わせください。 電話：048-991-2700

# 参加しよう (9) ボランティアグループ紹介 (松伏社協「ボランティアグループ紹介」冊子より)

グループ名	主な活動内容等	会費	主な活動場所	マップ
		ボランティア 保険加入		
ふれあいグループ	ふれあいサロン喫茶：毎週水曜日 前半10：00～13：00、後半13： 00～16：00。 コーヒー等の提供や話し相手。	無	ふれあいセンター 「かがやき」	②
		有		
松 伏 町 子ども見守り隊	主に第2・3月曜日（月2回）松 伏小学校・金杉小学校・松伏第二 小学校、各児童の安全な下校の見 守り活動。	無	町内	
		有 (町の保険)		
松 伏 町 赤十字奉仕団	赤十字事業の広報活動、町内高齢 者施設での奉仕活動、献血活動の 手伝い、フードパントリーの手伝 い、町内イベント（防災フェスティ バル等）への参加	500円 (協力金) 有	松伏町内	—

※都合により活動を中止している場合があります。また活動をお休みする場合がありますので、ご了承ください。  
※詳しくは、松伏町社会福祉協議会へお問い合わせください。 電話：048-991-2700

## たすけあいボランティア

マップ ②

お問合せ	松伏町社会福祉協議会	電 話	048-991-2700
所在地	松伏町松伏357	受付時間	平日 8：30～17：15
活 動 対 象	18歳以上の方		
利 用 対 象	<ul style="list-style-type: none"> <li>・65歳以上の高齢者でひとり暮らし又は高齢者のみの世帯</li> <li>・障がいのある方で、ひとり暮らし又は日中障がいのある方のみとなる世帯</li> <li>・その他必要と認める世帯</li> </ul>		
概 要	掃除や買い物などのちょっとした困りごとを、登録しているボランティアの方が有償で支援。		
利 用 日	平日8：30～17：15		
利 用 料	10分100円（※利用上限は1日50分まで）		

## 国民健康保険加入者の特定健康診査

マップ ①

お問合せ	住民ほけん課 国保年金担当	電話	048-991-1868
対象者	松伏町国民健康保険の加入者 ※4月1日から受診日まで継続して加入している被保険者で、40歳～74歳の方		
受診方法	対象者には、案内通知及び受診券を5月上旬にお送りします。 集団健診又は個別健診を選択して、受診してください。		
その他	特定健康診査を受けた方は人間ドックの費用助成は受けられません。		

## (集団健診)

費用	無料
申込方法	受診日を選択し、案内通知に同封されているハガキで申込み
会場	日程 マップ
役場	広報5月号又は案内通知をご覧ください。 ①
保健センター	⑤

## (個別健診)

費用	無料
申込方法	指定医療機関 (P.39) に直接予約
日程	6月1日～10月31日

## 後期高齢者医療保険加入者の健康診査

マップ ①

お問合せ	住民ほけん課 後期高齢者医療担当	電話	048-991-1884
対象者	松伏町後期高齢者医療保険の加入者		
受診券等 発送予定	対象者には、案内通知及び受診券を5月下旬にお送りします。 また、5月～10月に75才となられる方には、誕生月の翌月末にお送りします。		
健診項目	①問診 ②身体計測 ③血圧 ④血中脂質検査 ⑤肝機能検査 ⑥腎機能検査 ⑦血糖検査 ⑧尿検査 ⑨貧血検査 ※心電図検査は該当者のみ		
その他	健康診査を受けた方は人間ドックの費用助成は受けられません。		

## (集団健診)

費用	無料
申込方法	受診日を選択し、案内通知に同封されているハガキで申込み
会場	日程 マップ
役場	広報8月号又は案内通知をご覧ください。 ①
北部サービスセンター	④

## (個別健診)

費用	無料
申込方法	指定医療機関 (P.39) に直接予約
日程	6月1日～12月28日

## 人間ドック検診料の助成

マップ ①

お問合せ	住民ほけん課 国保年金担当 後期高齢者医療担当	電話	048-991-1868 (国保) 048-991-1884 (後期)
申請場所	町役場 本庁舎1階	受付時間	平日 8:30~17:15
	国民健康保険		後期高齢者医療制度
対象者	申請日及び受診日に松伏町国民健康保険に加入している35歳から74歳までの方		松伏町に住民票がある又は住所地特例適用施設等に入所している後期高齢者医療保険に加入している方
定員	150名		60名
自己負担額又は助成金額	<ul style="list-style-type: none"> <li>指定医療機関（埼玉あすか松伏病院又は埼玉筑波病院） 自己負担額15,000円で受診</li> <li>指定医療機関外 人間ドックに要した費用の7割のうち、21,700円を上限として助成</li> </ul>		人間ドックに要した費用（100円未満は切り捨て）で20,000円を上限として助成
助成金申請方法	<p>受診前に、次の書類を持参し、窓口で申請《必要書類》</p> <p>本人確認書類 (免許証やマイナンバーカード等)</p>		受診前に電話で後期高齢者医療担当（☎991-1884）へ申込
	※人間ドック受診後の助成申込は、受付できません。		
人間ドック受診後の手続き	<p>人間ドック受診後1か月以内に、以下を持参して申請してください。</p> <p>①本人確認書類（免許証やマイナンバーカード等） ②人間ドック検診結果表 ③領収書（「人間ドック」と記載があるもの） ④預金通帳（助成金振込口座）</p> <p>※国民健康保険の方で指定医療機関で受診した場合は受診後の手続き不要</p>		
助成要件	<ul style="list-style-type: none"> <li>1人につき、同一年度中に1回の助成</li> <li>国民健康保険税又は後期高齢者医療保険料に滞納がないこと</li> <li>検査内容等の不備、不足がないこと</li> <li>当該年度に町の特定健康診査または後期高齢者健康診査を受診していない（する予定がない）こと</li> <li>受診結果を国へ統計資料として提供することに同意していただけること</li> <li>助成金の申請は上記①～④をそろえ、令和9年3月31日までに申請ください。</li> </ul>		

## 保健センターの各種検診(集団検診)

マップ 5

お問合せ 松伏町保健センター 電話 048-992-3170

問合せ時間 平日 8:30~17:15 電話 048-992-4323

種目	対象者	会場・日程
胃がん(X線)	40歳~74歳 (肝炎ウイルス検診は 過去の受診歴のない方のみ)	保健センター ⑤ 6月13日(土)~19日(金)
大腸がん		
肺がん/結核		松伏町役場 ① 6月20日(土)・21日(日)
肝炎ウイルス		
前立腺がん	60歳・65歳の男性	

備考 詳細は広報5月号に掲載します。

大腸がん	75歳以上 (肝炎ウイルス検診は 過去の受診歴のない方のみ)	松伏町役場 ① 11月10日(火)~16日(月) 北部サービスセンター ④ 11月17日(火)
肺がん/結核		
肝炎ウイルス		

備考 対象者には5月上旬に案内を通知予定。期日までにハガキでお申込み。

大腸がん	40歳~74歳	保健センター ⑤ 9月27日(日)、 10月4日(日)、5日(月)、 25日(日)、26日(月)、 31日(土) ※子宮頸がんは土日のみ。
子宮頸がん(★)	20歳以上の偶数月生まれの女性	
乳がん(★)	40歳以上の偶数月生まれの女性	
肺がん/結核	40歳~74歳	松伏町役場 ① 11月14日(土)・15日(日)
骨粗鬆症	40歳以上の女性	保健センター ⑤ 10月5日(月)、26日(月) 31日(土) ※午後のみ

備考 (★) 無料クーポン券対象者も受診可能。  
子宮頸がん: 21歳の学年 乳がん: 41歳の学年

詳細は広報8月号に掲載します。

## 保健センターの各種検診(個別検診)

マップ 5

お問合せ 松伏町保健センター 電話 048-992-3170

対象者 令和8年度末時点で各対象年齢に達する町民の方

会場 指定医療機関

種目	対象者	日程
胃がん(X線)	40歳以上 (肝炎ウイルス検診は 過去の受診歴のない方のみ)	6月~12月
大腸がん		
肝炎ウイルス		
子宮頸がん(★)	20歳以上の偶数月生まれの女性	7月~12月
備考	(★) 無料クーポン券対象者も受診可能。 子宮頸がん: 21歳の学年	

## 歯周病検診(個別検診)

マップ 5

お問合せ 松伏町保健センター 電話 048-992-3170

概要 歯と歯肉の状態の検査 会場 下記の指定医療機関

お申込み 医療機関に要予約 日程 6月~12月

対象者 令和8年度末時点で下記年齢のいずれかになる町民の方  
20歳、30歳、35歳、40歳、45歳、50歳、55歳、60歳、65歳、70歳

医療機関名	所在地	電話	マップ
いしい歯科医院	大字松伏1985番地	048-992-0757	23
原島歯科医院	大字松伏2882番地	048-991-6480	24
ゆめみ野 デンタルクリニック	ゆめみ野5丁目2番地6	048-991-1788	25

## ワクチン接種の助成

マップ 5

お問合せ	松伏町保健センター	電話	048-992-3100
概要	ワクチン接種にかかる費用のうち、下記自己負担額で接種できるように町で一部補助をしています。(生活保護受給者は無料)		
接種場所	町内の指定医療機関、埼玉県相互乗入医療機関		
備考	町外での接種を希望する方は、接種前に保健センターへご相談ください。		

## 高齢者インフルエンザワクチン接種 高齢者新型コロナワクチン接種

接種期間	毎年10月～翌年1月	接種回数	1回
対象者	①か②に該当する町民	個人負担	インフルエンザ：未定 新型コロナ：11,000円

対象者		案内方法
①	接種当日に65歳以上の方	個別に通知
②	接種時に満60歳～64歳で、心臓・腎臓・呼吸器機能・ヒト免疫不全ウイルスによる免疫機能に障がいを有し、 <b>身体障害者手帳1級</b> を所持している方、同等の障がいを有し医師の診断書のある方	保健センターへ ご相談ください。

## 高齢者肺炎球菌ワクチン接種

接種期間	当該年度内	接種回数	生涯で1回
対象者	過去に接種したことがない 接種時に満65歳の方(※)	個人負担	6,000円

対象者		案内方法
①	65歳の誕生日の前日から66歳の誕生日の前日まで	個別に通知
②	接種時に満60歳～64歳で、心臓・腎臓・呼吸器機能・ヒト免疫不全ウイルスによる免疫機能に障がいを有し、 <b>身体障害者手帳1級</b> を所持している方、同等の障がいを有し医師の診断書のある方	保健センターへ ご相談ください。

## 带状疱疹ワクチン接種

接種期間	当該年度内	接種回数	生涯で1回又は2回(ワクチン種類による)
対象者	①か②に該当する町民	個人負担	1回当たり4,000円または 17,000円(ワクチン接種による)

対象者		案内方法
①	過去に接種をしたことがない方で、今年度65・70・75・80・85・90・95歳及び100歳になる方	個別に通知
②	接種時に満60歳～64歳で、ヒト免疫不全ウイルスによる免疫機能に障がいを有し、 <b>身体障害者手帳1級</b> を所持している方、並びに同等の障がいを有し医師の診断書のある方	保健センターへ ご相談ください。

## 健康長寿を目指そう (3) 各種相談

お問合せ	松伏町保健センター	電話	048-992-3170
お申込み	大字松伏428番地	時間	平日 8:30~17:15
対象者	どなたでも(年齢不問)	費用	相談無料
備考	開催日時は、毎月発行の「広報まつぶし」や役場ホームページをご覧ください。		

### 健康相談・育児相談

マップ **5** 電話 **048-992-3170**

開催日	毎月 原則第1水曜日	受付時間	9:30~11:00
概要	健康相談：血圧測定、生活習慣病予防に関すること。 育児相談：身長・体重の測定、育児の悩みに関すること。		

### 栄養相談(予約制)

マップ **5** 電話 **048-992-3170**

開催日	毎月1回	開催時間	9:00~11:00
概要	子どもから大人まで栄養に関すること。		

### こころの相談・ひきこもり相談(予約制)

マップ **5** 電話 **048-992-3490**

開催日	月1回 月曜日	開催時間	9:15~12:00または16:00
概要	不安・不眠・イライラ等でお困りの方。電話相談は随時。		

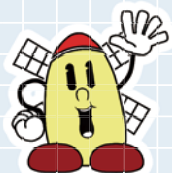
## 健康長寿を目指そう (4) 町指定医療機関

医療機関	所在地	電話	受けられる検診	マップ
埼玉あすか松伏病院	松伏1263-5	048-992-0411	健・肝・大・胃	<b>6</b>
埼玉筑波病院	築比地420	048-992-3151	健・肝・大・胃	<b>27</b>
岡村クリニック	松伏820-1	048-991-7203	健・肝・大	<b>28</b>
津田医院	松伏3432	048-993-3111	健・肝・大	<b>29</b>
ふれあい橋クリニック	上赤岩841-1	048-991-1300	健・肝・大	<b>30</b>
みどりの丘ホームケアクリニック	松伏385	048-947-5630	健	<b>31</b>
宮里医院	松伏3817	048-991-2911	健・肝・大	<b>32</b>
宮里クリニック	松伏3818-1	048-991-2912	健・肝・大	<b>33</b>
宮里こどもクリニック	田中3-21-11	048-991-5010	健・肝・大	<b>34</b>

※「受けられる検診」の略称は、「健：町国保特定健診・後期健診、肝：肝炎検診、大：大腸がん、胃：胃がん、子：子宮頸がん」です。上記の他に吉川市さくら医院でも子宮頸がん検診が受けられます。

※宮里医院：令和8年度に町内移転予定。

もしも自分に何かあった時のこと考えたことありますか？  
もしもの時のことを元気な時から話し合ってみませんか？

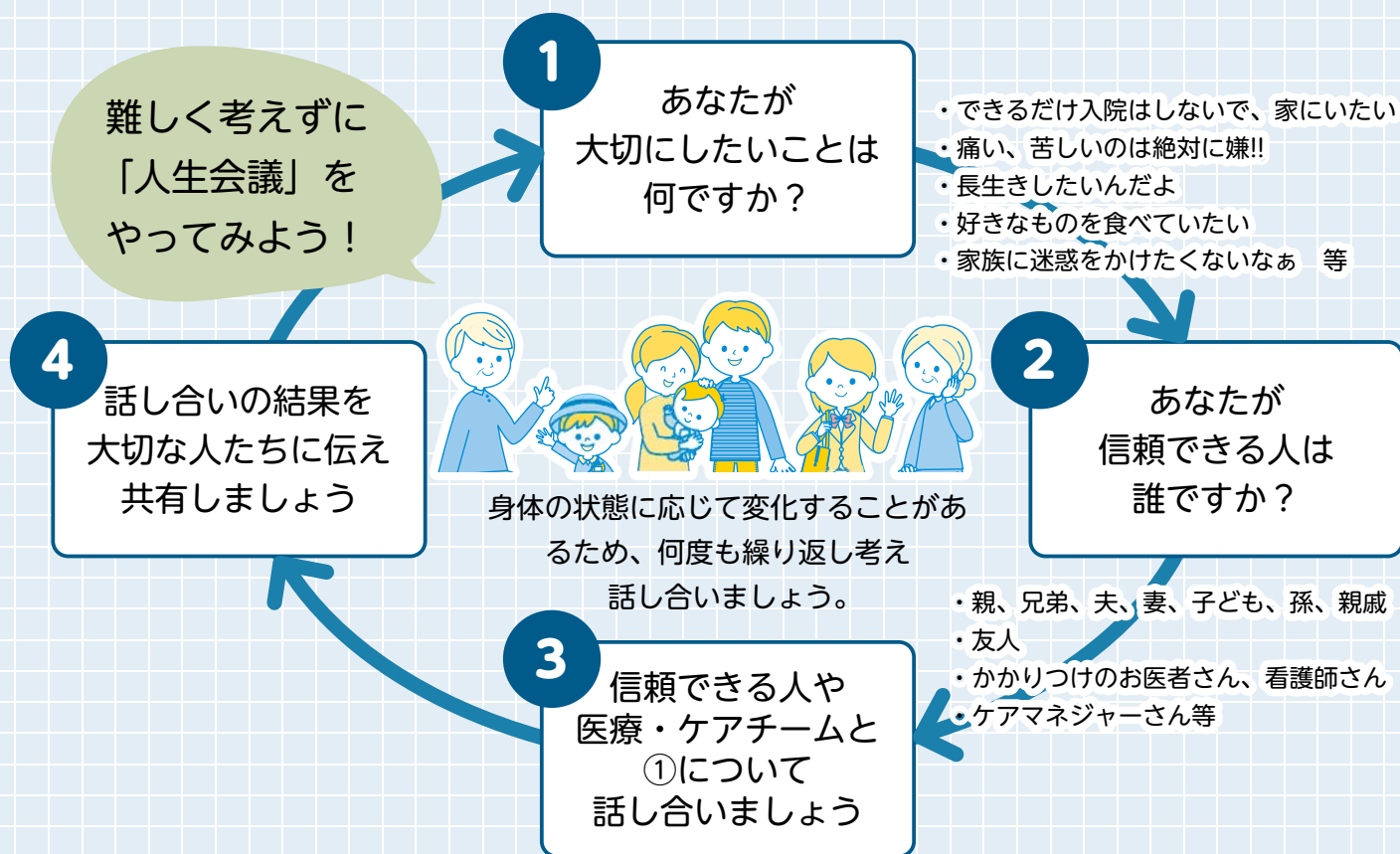


## 「人生会議」

(ACP: アドバンス・ケア・プランニング)

誰でも、いつでも命に係わる大きな病気やケガをする可能性があります。命の危機が迫った状態になると約70%の人が、自分の将来の事や望みを人に伝えたりすることができなくなると言われています。

もしもの時に備えて、元気な時から自分の希望や思いを、  
あなたの大切な人と話し合うことを「人生会議」と言います。



「人生会議」はあなたの希望や思いを聞くだけでなく、あなたにもしものことが起こった時、あなたの大切な人があなたの代わりに治療やケアについて決断をする手助けになります。あなたの大切な人のためにも「人生会議」を始めましょう。

「人生会議」は個人の主体的な行いによって考え、進めるものです。自分のもしもの時のことは考えたくない、聞かされたくない方への十分な配慮が大切です。

\*厚生労働省ホームページより一部引用\*

詳しくは、厚生労働省ホームページや松伏町役場いきいき福祉課、松伏町地域包括支援センター、担当のケアマネジャー等にお問い合わせください。



## 「人生会議」をサポートする専門医の派遣

マップ ①

お問合せ	いきいき福祉課 地域支援担当	電話	048-991-1882
お申込み	町役場 本庁舎1階	受付時間	平日 8:30~17:15
概要	ご自分やご家族だけでできるか不安な方のサポートを専門の医師が行います。(出前講座) お申込みいただいた後は行政が医師との連絡調整を行います。		
実施時間	1時間(目安)	費用	無料
対象者	町内在住の方 ※参加者が5名以上集まったらお申込みできます。最大20名まで。		
場所	松伏町内 ※場所の確保はお申込者でお願いします。個人宅でも可能です。		
受付枠	①火曜日 ②木曜日 14:00~ ③土曜日 14:00~		
派遣講師	埼玉県の「人生会議」派遣講師名簿に登録されている医師から1名を派遣します。		

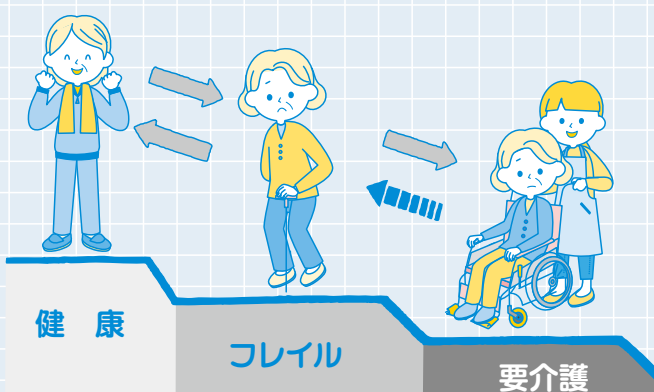
## 「フレイル」ってなあに？

「フレイル」という言葉をご存じですか？英語ではFrailty（フレイルティ）と綴り、加齢により心身が衰弱した状態を指す言葉で、日本語では「虚弱」と訳されます。しかしFrailtyは「しかるべき介入により再び健全な状態に戻る」という意味があり、適切な訳を検討した結果、平成26年5月に日本老年医学会によって「フレイル」と統一した名称で呼ぶよう提言がなされました。

フレイルは要介護と健康な状態の間を指し、放っておくと介護が必要になるという段階で、①栄養（食・口腔管理）、②社会参加（就労、余暇活動、ボランティア等）、③身体活動（運動等）の3つのバランスが崩れた時に、要介護状態になるようです。特に「**社会からの孤立がフレイルの入口**」とも言われ、地域とのつながり、社会参加はフレイル予防にとっても有効です。

健康寿命を延ばして、地域で暮らし続けるためにも、社会参加を長く、生き活きと続けていきたいものですね。

※厚生労働省「高齢者の保健事業と介護予防の一体的な実施に関する有識者会」各種資料参照。



## 公益社団法人松伏町シルバー人材センター

マップ 15

所在地	ゆめみ野東3丁目4番地1 外前野記念会館「ハーモニー」内	電話	048-992-4333
お問合せ	E-mail : matsubushi@sjc.ne.jp	F A X	048-992-4378
公式ホームページ	<a href="https://webc.sjc.ne.jp/matsubushi/">https://webc.sjc.ne.jp/matsubushi/</a> 	受付時間	月曜日～金曜日 9:00～17:00
シルバー人材センターとは	<p>「高齢者の雇用の安定等に関する法律」に基づき設立された公益社団法人です。</p> <p>豊富な知識・経験・技能を持つシルバー世代が仕事や社会奉仕活動を通じて、生きがいのある生活を送り、高齢者の能力を生かした活力ある地域社会に貢献することを目的としています。</p>		
基本理念	<ul style="list-style-type: none"> <li>■会員による自主的・主体的な運営</li> <li>■共働・共助のもとで働きます。</li> </ul>		
お仕事をしたい方	会員になることでお仕事ができます。		
会員になるには	<ul style="list-style-type: none"> <li>■松伏町居住の、健康で働く意欲のある60歳以上の方であれば、どなたでも会員になることができます。</li> <li>■月に1回入会説明会があります。</li> </ul>		
どのようなお仕事がありますか？	<ul style="list-style-type: none"> <li>■町内の公共施設の受付、施設管理、清掃、剪定、除草等。</li> <li>■広報紙配布。</li> <li>■民間企業の屋内外軽作業、剪定、除草、清掃等。</li> <li>■個人宅の剪定、除草、清掃、塗装、補修、障子・襖の張替等。</li> </ul>		
お仕事の依頼をしたい方	<p>電話でお申込みください。 作業内容等をお聞きし、必要に応じて下見に伺います。</p>		



## スマホの使い方相談会

マップ ②

お問合せ	松伏町社会福祉協議会	電話	048-991-2700
開催場所	ふれあいセンター「かがやき」	受付時間	平日 8:30~17:15
開催日時	8月頃 他随時開催予定。		
参加条件	①松伏町在住 ②ご自身のスマートフォンを当日持参できる方		
参加方法	直接ご来場ください。相談時間お一人20分程度。		
開催内容	学生ボランティアがスマホの基本的な使い方でお困りの皆様の相談を承ります。相談内容によっては解決できない場合もあることをご了承ください。 ※開催日時については上記へお問い合わせください。		

## シニアの介護予防・認知症予防のためのスマホ講座





マップ ①・⑥

お問合せ	いきいき福祉課 地域支援担当	電話	048-991-1882
お申込み	町役場 本庁舎1階	受付時間	平日 8:30~17:15
対象者	町内在住の65歳以上の方	参加費	無料
開催時期	年に4回程度	募集時期	広報6月号・9月号・11月号・1月号に掲載
場所	埼玉あすか松伏病院 リハビリテーション室		
概要	スマートフォンを使って、QRコードの読み取り方等を学びます。		
講師	作業療法士・理学療法士		



## 松伏町メール配信サービス「マップメール」

マップ ①

お問合せ	政策総務課 総務秘書・シティプロモーション担当	電話	048-991-1898 (直通)	
所在地	町役場 本庁舎2階	F A X	048-991-7681	
概要	松伏町のメール配信サービス（登録無料）です。 携帯電話やパソコンで受け取ることができますので、ぜひご登録ください。			
配信内容	防災・防犯情報、生活情報、イベント情報等、希望する情報を配信します。 ※ただし、町民の生命及び財産を脅かすような大規模災害等が発生した場合、又は発生することが予想される場合は、登録者全員に情報配信します。			
利用料	登録は無料ですが、メールの送受信にかかる通信料・パケット通信料はご自身の負担となります。			
登録方法	登録を希望される方は「t-matsubushi@sg-p.jp」に空メールを送るか、下記二次元コード又はURLからアクセスしてください。その後、画面の指示に従って登録作業を行ってください。			
	パソコン・スマートフォン  	フィーチャーフォン  	※SHA-2非対応機種では、Web画面に関する操作はご利用いただけません。	
	<a href="https://plus.sugumail.com/usr/matsubushi/home">https://plus.sugumail.com/usr/matsubushi/home</a>		<a href="https://m.sugumail.com/m/matsubushi/home">https://m.sugumail.com/m/matsubushi/home</a>	
	※迷惑メール設定をされている方は、「@sg-p.jp」のドメインあるいは「matsubushi@sg-p.jp」のアドレスからのメールの受信できるように設定してください。			

## 防災情報架電サービス

マップ ①

あらかじめ電話番号を登録された方に対して、緊急性の高い防災情報などについて、自動で電話をかけて、合成音声でお知らせするサービスです。

お問合せ	地域安全課 地域安全担当	電話	048-991-1895
所在地	町役場 本庁舎2階	受付時間	平日 8:30~17:15
伝達情報	<ul style="list-style-type: none"> <li>・町からの情報（災害が発生または発生する恐れがある際に町から発令される避難情報など）</li> <li>・消防庁からの情報（弾道ミサイルや航空攻撃に関する国民保護情報など）</li> <li>・その他町長が認める情報など</li> </ul>		
登録対象者	<ul style="list-style-type: none"> <li>・町内に在住し、インターネットや電子メールを利用されていない方で、防災行政無線が聞こえづらい方</li> <li>・その他サービスの利用を希望する方</li> </ul>		
登録方法	「松伏町防災情報架電サービス利用申込書（※）」に必要事項を記入の上、窓口へ提出、郵送またはFAX、メール送信してください。 （※）松伏町防災情報架電サービス利用申込書は、ホームページからダウンロードしていただくか、窓口でも配布しています。		

## 松伏町情報発信特集







マップ ①

お問合せ 政策総務課 総務秘書・シティプロモーション担当 電話 048-991-1898

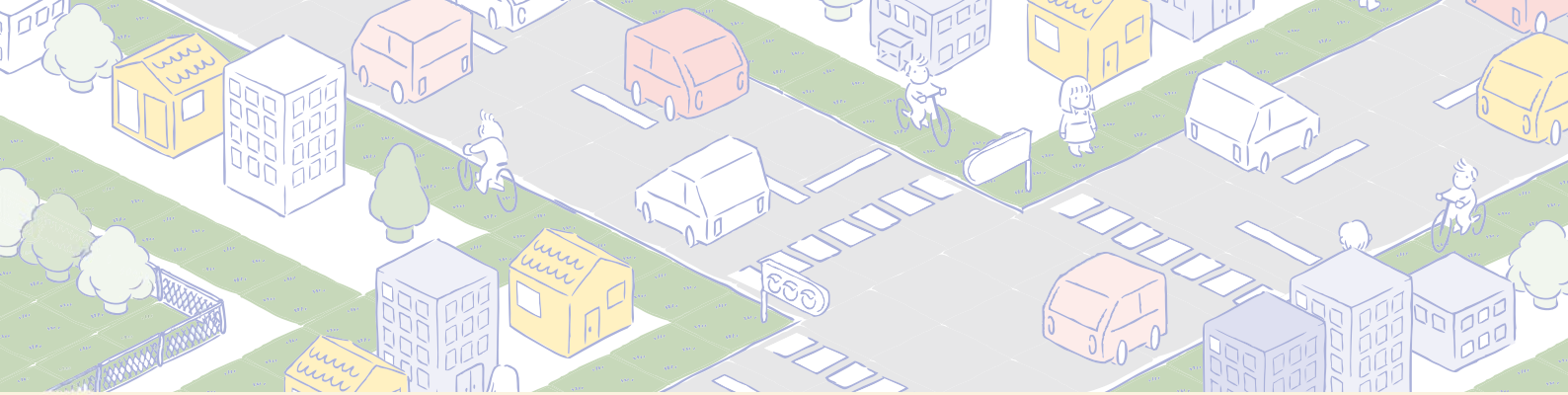
所在地 町役場 本庁舎2階 FAX 048-991-7681

概要 町の魅力やイベント情報等を発信する町公式SNS（ソーシャルネットワーキングサービス）を紹介します。ぜひご覧ください。



種類	特徴	二次元コード
ホームページ	各種手続きや行政案内、イベント情報やお知らせ等の新着情報を掲載しています。	
エックス X	防犯・防災、生活、イベント等の情報を投稿します。アカウント名：松伏町 (@town_matsubushi)	
インスタグラム Instagram	町の魅力や情報を写真とコメントで発信します。アカウント名：埼玉県松伏町【公式】 (@town_matsubushi_official)	
ライン LINE	お友だち登録をすると防災・イベント・子育てなどの情報を受信できます。また、「スマホ町役場」で各種申請や予約（休日窓口予約等）などの手続きも行えます。アカウント名：松伏町 (@matsubushi)	
ユーチューブ YouTube	「松伏町公式動画チャンネル」を開設し、様々な動画を公開しています。町長からのメッセージや、「田園ホール・エローラ」からプロの音楽家の演奏や楽しい工作動画等、幅広い年齢の方にお楽しみいただける動画をお届けしています。	
マチイロ	アプリをダウンロードすると、スマートフォンやタブレットで広報紙が閲覧できます。	

利用料 利用は無料ですが、閲覧にともなう通信料・パケット通信料はご自身の負担となります。



## 編集・発行

(令和8年4月発行)

### 松伏町役場 いきいき福祉課

〒343-0192

埼玉県北葛飾郡松伏町大字松伏2424番地

電話 048-991-1882 (直通)

FAX 048-991-3600

### 社会福祉法人松伏町社会福祉協議会

〒343-0111

埼玉県北葛飾郡松伏町大字松伏357番地

松伏町ふれあいセンター かがやき2階

電話 048-991-2700

FAX 048-991-5341

※この冊子において紹介している内容は、令和8年3月時点の情報です。  
実際には変更されている場合がありますことをご了承ください。  
必要に応じてお問合せ先にご確認をお願いいたします。



WEBでも  
見られます!