



高齢者 保健福祉サービス 利用ガイド



瑞浪市
令和7年5月改訂版

目次

在宅医療・介護・通いの場・終活についてまとめた
ガイドブックもあります。ぜひご活用ください。→→



地域包括支援センターについて…P. 1

今の生活に 心配がある方

身体や健康に
ついて相談したい

- 1 高齢者の相談窓口 …P. 2
- 2 障がいに関する相談窓口 …P. 3
- 3 地域の身近な相談窓口 …P. 3
- 4 相談事業 …P. 4
- 5 介護者のつどい・サロン …P. 5

一人暮らしでも
安心して
すごしたい

- 1 配食サービス …P. 6
- 2 短期入所生活介護
(ショートステイ) …P. 6
- 3 緊急通報装置の貸与 …P. 7

サービスを利用
して自立した
生活を送りたい

- 1 生きがい対応型デイサービス…P. 8
- 2 陶宅老所『いちにのさん』 …P. 9
- 3 通所型サービスB
『稲津いなほ』 …P. 10
- 4 福祉機器の貸出 …P. 11
- 5 日常生活自立支援事業 …P. 11

今後の生活に
不安がある

- 1 高齢者・障がい者
権利擁護出張相談 …P. 12
- 2 身体障がい者相談 …P. 12
- 3 無料法律相談 …P. 13
- 4 消費生活相談 …P. 13
- 5 人権こまりごと相談 …P. 13
- 6 夜間無料法律相談 …P. 13

生きがい・健康 づくりがしたい方

社会参加・健康
づくりがしたい

- 1 介護予防教室 …P. 14
- 2 出前介護予防講座 …P. 14
- 3 シルバーリハビリ体操
出前講座 …P. 15
- 4 長寿クラブ …P. 15
- 5 寿大学 …P. 16
- 6 老人憩いの家 …P. 17
- 7 シルバー人材センター …P. 18
- 8 ささエール …P. 19
- 9 ふれあいいきいきサロン …P. 20
- 10 ひなたぼっこのつどい …P. 20

健康保持・
増進に努めたい

- 1 胃がん検診 …P. 21
- 2 大腸がん・肺がん検診 …P. 21
- 3 乳がん検診 …P. 22
- 4 子宮頸がん検診 …P. 22
- 5 前立腺がん検診 …p. 22
- 6 歯周病検診 …P. 23
- 7 特定健康診査・保健指導 …P. 23
- 8 ぎふ・すこやか健康診査 …P. 24
- 9 ぎふ・さわやか口腔健診 …P. 24

※各ページに掲載の二次元コードをスマートフォン等で
読み取っていただくと、該当のホームページをご覧いた
だけます。

地域包括支援センター

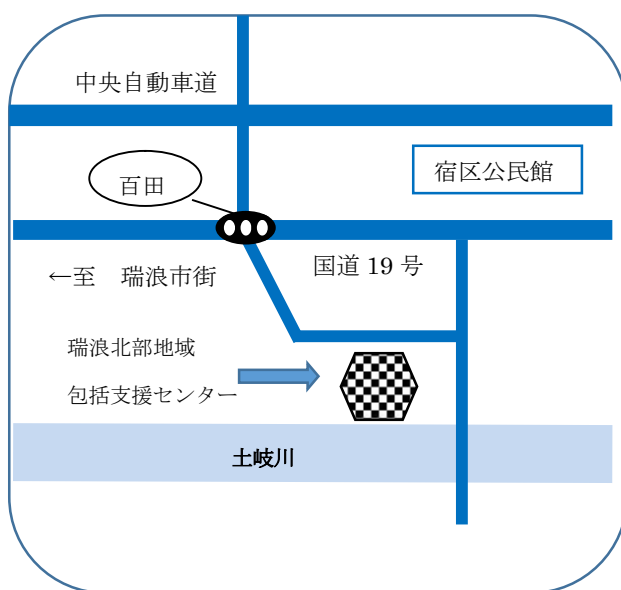
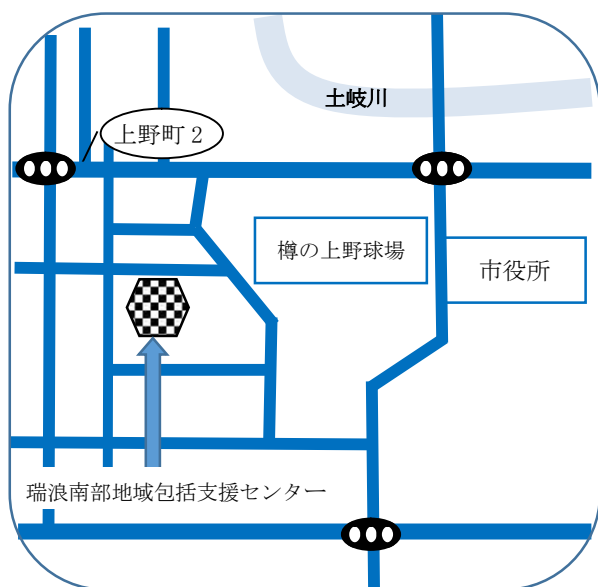


地域包括支援センターは、高齢者の皆さんが住み慣れた地域で安心して暮らし続けられるように、介護・医療・保健・福祉などの側面から高齢者を支える「総合相談窓口」です。市内に2か所設置しています。



市ホームページ

名 称	瑞浪南部地域包括支援センター	瑞浪北部地域包括支援センター
担当地区	瑞浪、稲津、陶	土岐、明世、釜戸、大湫、日吉
委託法人	社会福祉法人 瑞浪市社会福祉協議会	社会福祉法人 美濃陶生苑
住 所	瑞浪市樽上町1丁目77 市民福祉センターハートピア内	瑞浪市釜戸町833 みずなみ陶生苑内
電話番号	(0572) 68-8111	(0572) 63-1015
ファクス	(0572) 68-8115	(0572) 63-2547
開所日時	月曜日～金曜日（祝日、12月29日～1月3日は休み） 午前8時30分～午後5時15分 ※緊急時は開所時間以外でも電話にて対応	



身体や健康について相談したい



1 高齢者の相談窓口

地域包括支援センター

瑞浪南部地域包括支援センター ハートピア内

瑞浪北部地域包括支援センター みずなみ陶生苑内

※場所・電話番号はP.1 参照

高齢者に関する様々な相談に応じます。

- ・在宅介護について
- ・高齢者虐待について
- ・権利擁護について
- ・介護予防について
- ・福祉サービスについて
- ・認知症について
- ・一人暮らし高齢者の心配ごとについて
- ・介護と仕事の両立 など

＊高齢者についてのご相談は、瑞浪南部地域包括支援センター、瑞浪北部地域包括支援センター、市役所高齢福祉課のいずれでも可能です。

○問い合わせ先：高齢福祉課

電話番号：（０５７２）６８－２１１７（直通）

高齢福祉課（保健センター内）

介護保険に関する相談に応じます。

- ・介護保険制度について
- ・介護保険料について
- ・介護認定の申請について

○問い合わせ先：高齢福祉課 介護保険係

電話番号：（０５７２）６８－２１１６（直通）

ファクス：（０５７２）６６－１２７８

高齢者支援に関する相談に応じます。

- ・配食サービスについて
- ・緊急通報装置について など

○問い合わせ先：高齢福祉課 高齢者支援係

電話番号：（０５７２）６８－２１１７（直通）

ファクス：（０５７２）６６－１２７８

家族の様子がいつもと違う・・・認知症かも？



高齢者だけの家で生活が心配・・・

介護サービスを使いたい
どんなサービスが使えるか？
など・・・

2 障がいに関する相談窓口

社会福祉課

障がい者福祉に関する相談に応じます。

- ・障がいに関する相談について
- ・障害者手帳の発行について
- ・障がいに関する手当について
- ・補装具、日常生活用具等について
- ・障害福祉サービスについて ほか

○問い合わせ先：社会福祉課 障がい福祉係

電話番号：（０５７２）６８－２１１３ （直通）

ファクス：（０５７２）６８－０２９４

3 地域の身近な相談窓口

民生委員・児童委員

- ・厚生労働大臣からの委嘱を受けて、地域福祉のために活動しています。
- ・９６名の民生委員・児童委員が各担当地区において、様々な心配ごと等の相談にのっています。
- ・ご自身の住んでいる地区担当の民生委員・児童委員がわからない方は、お問い合わせください。

○問い合わせ先：社会福祉課 厚生援護係

電話番号：（０５７２）６８－２１１２ （直通）

福祉委員

- ・瑞浪市社会福祉協議会長からの委嘱を受けて、地域福祉のために活動しています。
- ・各担当地区の福祉委員が、ひとり暮らし高齢者の見守りなどを行っています。
- ・ご自身の住んでいる地区担当の福祉委員がわからない方は、お問い合わせください。

○問い合わせ先：瑞浪市社会福祉協議会

電話番号：（０５７２）６８－４１４８

4 相談事業

保健センターを 会場とした相談事業

もの忘れ相談 ※要予約

もの忘れや同じ話を繰り返すなど、「ちょっと変だな」「以前の様子と違う」といった気になる症状があれば早めにご相談ください。

- 担 当 : 認知症疾患医療センター相談員
- 実施日時 : 広報みずなみでお知らせします。
- 料 金 : 無 料
- 申込み先 : 高齢福祉課 高齢者支援係（保健センター内）
電話（０５７２）６８－２１１７（直通）



ひざ痛・腰痛の健康相談 ※要予約

日常生活の中でひざ痛・腰痛等の関節痛などでお悩みの方へ、理学療法士が運動方法など日常生活上の相談に応じます。

- 担 当 : 理学療法士
- 実施日時 : 広報みずなみでお知らせします。
- 料 金 : 無 料
- 申込み先 : 高齢福祉課 高齢者支援係（保健センター内）
電話（０５７２）６８－２１１７（直通）



健康相談 ※要予約

健康に関する相談、生活習慣病予防のための食事、禁煙をするための相談等に個別で応じます。健診結果についての相談の場合は、血液検査等のデータをご持参ください。血圧測定、検尿（蛋白・糖・潜血）、体組織測定も実施します。

- 担 当 : 保健師、管理栄養士
- 実施日時 : 瑞浪市健康カレンダーに記載されています。
広報みずなみ、市ホームページでもお知らせします。
午前９時３０分～午前１１時３０分
- 料 金 : 無 料
- 申込み先 : 健康づくり課（保健センター内）
電話（０５７２）６８－９７８５（直通）



訪問歯科診療

歯科医師が訪問して診療します。

○対 象 者 : 在宅等において療養を行っており、疾病、傷病、障がいのため通院による歯科治療が困難な方

○利 用 方 法 :

- ・かかりつけの歯科医院がある場合は、直接歯科医院へ電話してください。
- ・かかりつけの歯科医院がない場合は、瑞浪地域在宅歯科医療連携室へご相談ください。

○料 金 : 医療保険診療自己負担金

○問い合わせ先 : 瑞浪地域在宅歯科医療連携室

電話番号 : (0572) 68-8227

ファクス : (0572) 68-8290



心配ごと相談

日常生活上の相談に応じます。

○日 時 : 第1・第3月曜日 午後1時30分～午後4時

注) 月曜日が祝日・振替休日の場合は翌日

○会 場 : 市民福祉センター『ハートピア』1階 相談室1

○問い合わせ先 : 瑞浪市社会福祉協議会

電話番号 : (0572) 68-4148

※会場等が変更になる場合もありますので、お問い合わせください。

5 介護者のつどい・サロン

ご家庭で介護している家族の方がお互いの悩みや体験を話し合い、交流を持つことでより良い介護の継続がなされることを目的として開催しています。

○対 象 者 : 瑞浪市内在住の介護者、介護に関心のある方

○内 容 : 参加者同士の交流、介護教室、介護食教室など

○時 期 : 毎月20日頃(「社協だより」でお知らせします)

○場 所 : 市民福祉センター『ハートピア』1階 多目的室

○問い合わせ・申込み先 : 瑞浪市社会福祉協議会

電話番号 : (0572) 68-4148



一人暮らしでも安心してすごしたい



1 配食サービス

健康状態に不安を有するおおむね65歳以上のひとり暮らし等の方に対し、安否確認と栄養補給を行う目的で、市から委託を受けた業者が昼食を自宅へ配達します。異常を発見した際には事前に登録いただいた親族等に連絡します。

○昼食の配達：週2回まで

※土・日曜日、祝日、お盆期間、年末年始はお休みです。

○費用の自己負担：1食 300円



市ホームページ

2 短期入所生活介護（ショートステイ）

基本的な生活習慣が欠如している、対人関係が成立していないなど、社会適応が困難な高齢者を一時的に養護する必要がある場合に利用します。老人福祉施設への入所により日常生活に対する指導・支援を行い、要介護状態への進行を予防します。

○利用できる方：おおむね65歳以上で、身体上または精神上の障がいがあるため、日常生活を営むのに支障があり、一時的に養護する必要がある方（※介護保険の認定を受けている方は利用できません。）

○入所施設：特別養護老人ホーム『みずなみ陶生苑』

特別養護老人ホーム『千寿の里』

養護老人ホーム『千寿の里 西小田』

○入所期間：原則として1ヶ月に7日間以内

○利用料：1日につき 1,730円、送迎は1回180円
（入所日・退所日を含む）

このページの問い合わせ先は 高齢福祉課 高齢者支援係（保健センター内）
電話番号：（0572）68-2117（直通）

3 緊急通報装置の貸与

急病や災害などの突発的な事態が発生した時、非常ボタンを押すだけで、瑞浪市消防本部通信指令室に連絡が入る緊急通報装置を貸し出しています。安否確認が必要な時には救急車や消防車が出動するとともに、協力員に連絡を取り、状況を確認していただきます。

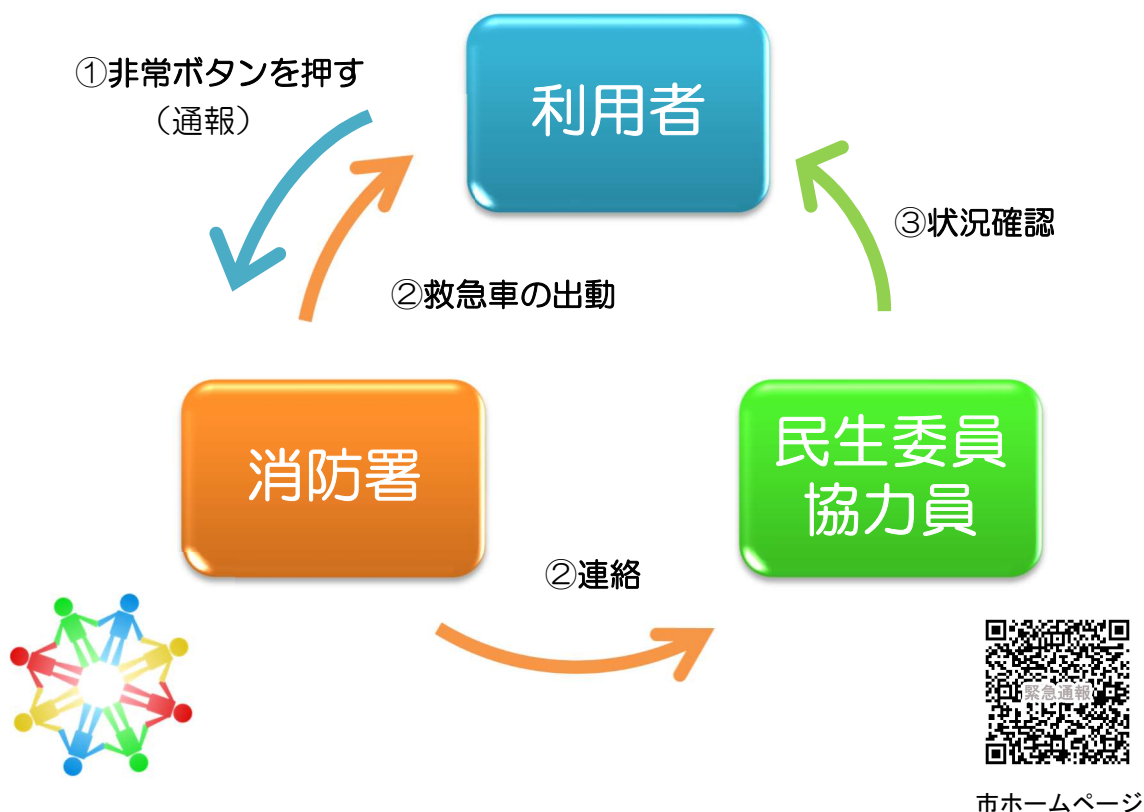
健康上の不安などをコールセンターに相談することができます。また、コールセンターから月に1回利用者宅に安否確認の電話が入ります。

○利用できる方：健康状態に不安をもつ概ね65歳以上のひとり暮らしの方

○協力員：近隣の方で2名以上の登録が必要です。
(利用申請者が協力員を依頼してください。)

○問い合わせ先：高齢福祉課 高齢者支援係（保健センター内）
電話番号：（0572）68-2117（直通）

《緊急通報した場合の流れ》



サービスを利用して自立した生活を送りたい



1 生きがい対応型デイサービス

家に閉じこもりがちな高齢者が、健康を維持し社会参加ができるように
デイサービスセンターにおいて各種サービスを提供します。

※社会福祉協議会に委託しています。

○利用できる方：身の回りのことは自分でできるが、外出機会が少なく
家に閉じこもりがちな、おおむね65歳以上の方
(※介護保険の認定を受けている方は利用できません。)

○サービスを提供する施設：

●福寿荘デイサービスセンター

住 所：瑞浪市日吉町4116-1

電話番号：(0572) 64-2932

※瑞浪地区の一部（土岐川右岸地区）、土岐地区の一部（天徳、一日市場）、
日吉地区、大湫地区、明世地区の方が利用できます。

●桜寿荘デイサービスセンター

住 所：瑞浪市土岐町5200

電話番号：(0572) 66-1211

※瑞浪地区（土岐川右岸地区を除く）、土岐地区（天徳、一日市場を除く）、
釜戸地区、稲津地区、陶地区の方が利用できます。

○サービス内容：食事（昼食）・入浴・レクリエーション・送迎

○利用回数：週1回

○利用日：月～金（祝日及び年末年始は休み）

○利用料：1回利用につき 1,000円

○開館時間：午前8時30分～午後5時15分

○問い合わせ先：上記の施設まで直接お問い合わせください。



市ホームページ

2 陶宅老所『いちにのさん』

家に閉じこもりがちな高齢者や在宅で支援が必要な方を対象に、日帰りで一日を過ごす場所です。建物は岐阜県産の桧・杉等 100%木造で、家庭的な雰囲気です。昼食・入浴・おしゃべり・散歩等で過ごすことができます。送迎もあります。

おしゃべりしたり、リハビリ体操やレクリエーション（脳トレ、物づくり、歌など）をしたりして、楽しく過ごすことができます。

レクリエーションスポーツ【ボッチャ】で遊びませんか！！

ボッチャは、目標球をめがけて持ち球を投げ、近づけて得点を競うスポーツです。

《ボッチャの魅力》

＊ボーリングのように誰でも出来ます。＊パラリンピックの正式競技種目です。

＊頭を使いながら、身体も動かしてリフレッシュできます。＊大人が楽しめます。

楽しんだ後は、美味しいお茶でもいかがでしょう！！

○実施主体：NPO法人 陶宅老所いちにのさん

○実施施設：陶宅老所『いちにのさん』
住所：瑞浪市陶町猿爪14-1



市ホームページ

○利用できる方：おおむね65歳以上

○利用時間：午前9時～午後4時10分

○利用日：月～土（祝日も開所しています）
（第1土曜日及び12月29日～1月3日は休み）

○1回あたりの利用料：
送迎・健康チェック・健康体操 800円
食事（昼食・おやつ） 600円
入浴 500円

○問い合わせ先：陶宅老所『いちにのさん』
電話番号：（0572）65-2488
ファクス：（0572）65-3191



3 通所型サービスB『稲津いなほ』

「稲津いなほ」は、地域のボランティアによるデイサービスです。心や体、頭を使ういろいろな活動を行います。「いろいろな人と会える！」「元気が出る！」そんな楽しく豊かに過ごせる場所を目指します。

○実施主体：稲津いなほ運営委員会

○実施施設住所：瑞浪市稲津町小里1036-1

○利用できる方：介護予防・日常生活支援総合事業対象者、要支援者、元気な高齢者等

○利用日：毎週火曜日（年末年始、祝日は休み）

○利用時間：午前9時～午前12時

○利用料：100円（お茶・お菓子あり）

○問い合わせ先：稲津いなほ
電話番号：（0572）67-2151



【通所型サービスBとは】

総合事業対象者や要支援者の方へ定期的な通いの場を提供し、要介護状態にならないよう、また要支援状態が軽減されるよう、体操や運動、交流サロンなどの様々な活動を行う地域のボランティアによるデイサービスです。元気な高齢者の方等も利用可能です。

地域の通いの場で、
一緒に楽しく
過ごしましょう！



ボランティアも
募集しています！
地域と自分たちの
将来のために、一緒に
活動しませんか？

このページの問い合わせ先は 瑞浪市社会福祉協議会
電話番号：(0572) 68-4148

4 福祉機器の貸出

車いす、歩行補助用具、入浴関連用具、ポータブルトイレなどの貸し出しをしています。

※介護保険の認定を受けられている方への貸し出しは短期のみとなります。
返却時に消毒代が必要な機器もありますので、詳しくは上記へお問い合わせください。



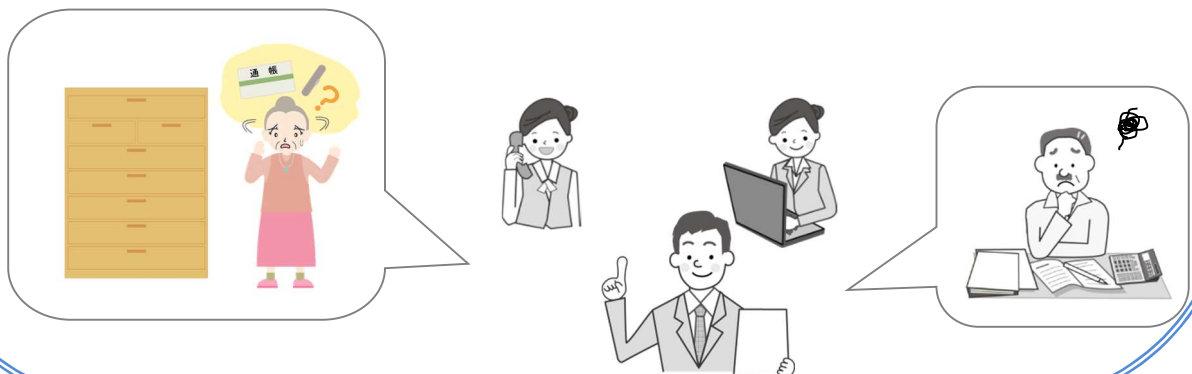
5 日常生活自立支援事業

認知症や知的障がい、精神障がいのためにご自身の判断能力に不安を抱える方が、住み慣れた地域の中で安心して生活できるように、福祉サービスの利用手続き（日常的な金銭管理のお手伝いを含む）をする制度です。

援助内容	利用料
福祉サービス利用のお手伝い 日常のお金の出し入れのお手伝い	1時間あたり 1,200円 (1時間を超えると15分毎に300円加算)
大切な書類などのお預かり	1か月あたり 500円

※契約までの相談等は無料です。

※契約後の援助には利用料がかかります。生活保護世帯は無料です。



今後の生活に不安がある



1 高齢者・障がい者権利擁護出張相談（予約制）

認知症や知的障がい、精神障がいなどで判断能力が不十分なために、福祉サービスの利用や日常的な金銭管理に不安がある方への援助及び財産管理・身上監護についての契約や法律行為などの相談に応じます。

○担 当 : 東濃権利擁護センター相談員

○相 談 日 :

令和7年	6月19日（木）	7月17日（木）
	8月21日（木）	9月18日（木）
	10月16日（木）	11月20日（木）
	12月18日（木）	
令和8年	1月15日（木）	2月19日（木）
	3月19日（木）	

○時 間 : 午後2時～午後4時

○会 場 : 市民福祉センター「ハートピア」

○問い合わせ先 : 東濃権利擁護センター

電話番号：（0572）26-7422

東濃成年後見センター（上記の電話がつかない場合）

電話番号：（0572）22-6248

※相談には事前予約が必要です。

予約が入らなかった場合、相談会は開催されません。

2 身体障がい者相談

○担 当 : 瑞浪市身体障がい者相談員

○内 容 : 身体障がいに関する相談 など

○会 場 : 保健センター 1階相談室

○相 談 日 : 第1月曜日 午前10時～午前12時
注）日時が変更となる場合があります。
「広報みずなみ」でお知らせします。

○問い合わせ先 : 社会福祉課 障がい福祉係

電話番号：（0572）68-2113（直通）

ファクス：（0572）68-0294

このページの問い合わせ先は 市民協働課

電話番号：(0572) 68-9748 (直通)

3 無料法律相談（予約制）

弁護士による無料法律相談です。開催月の前月20日（20日が祝・休日で閉庁の場合は翌開庁日）から予約の受け付けをします。（相談時間は30分/人）

○日 時： 毎月第1火曜日 午前10時30分～午前12時 3枠
毎月第3木曜日 午後1時30分～午後4時 5枠
注）日時が変更となる場合があります。

○会 場： 保健センター 1階相談室

4 消費生活相談（予約制）

専門相談員による無料消費生活相談です。悪徳商法による被害や訪問販売・通信販売等における事業者とのトラブルなど、消費者トラブルに巻き込まれてしまった時は、一人で悩まず相談ください。

○日 時： 毎週火曜日 午前10時～午前12時 午後1時～午後4時
※火曜日が祝日の場合は、翌日。年末年始を除く。

○会 場： 瑞浪市役所 1階市民相談室

○相談方法： 面談または電話による相談（相談時間は60分/人）

※相談には予約が必要です。ただし、専門相談員が相談中でなければ、予約がなくても相談に応じます。

※多重債務相談は随時受け付けます。

※火曜日以外は市職員が相談に応じます。



5 人権こまりごと相談

いじめや虐待あるいは近隣の方とのもめごとで悩んでいませんか？一人ひとりが日常生活を平穏に過ごせるよう人権擁護委員が相談に応じます。

○日 時： 毎月第3木曜日 午後1時30分～午後4時
注）日時が変更となる場合があります。

○会 場： 瑞浪市役所 1階市民相談室

6 夜間無料法律相談（予約制）

司法書士による無料法律相談です。贈与・相続遺言、会社設立、離婚・財産分与、成年後見、債務整理その他登記・法律に関する相談に応じます。

○日 時： 毎月第2水曜日 午後6時～午後8時 4枠

○会 場： 総合文化センター 視聴覚室

○予 約： WEB 予約のみ

（下記 URL 又は上記二次元コードより申し込みください）

<https://www.gifu-shihoushoshi.or.jp/soudan>



社会参加・健康づくりがしたい



このページの問い合わせ先は 高齢福祉課 高齢者支援係（保健センター内）
電話番号：（０５７２）６８－２１１７（直通）

1 介護予防教室

運動、栄養、口腔機能、認知症予防などのテーマで、介護予防教室を開催しています。心身の健康に対する正しい知識を得て、健康づくり・介護予防に役立てることができます。

○対象者： 65歳以上の希望者

○実施日など： 広報みずなみなどでお知らせします。



2 出前介護予防講座

いつまでもいきいきと生活するためのポイントについて出前講話を開催しています。日程については相談の上、決定します。人数は問いません。気軽にご相談ください。活動場所の地区を担当する地域包括支援センターと協力して行っています。

○対象者： 瑞浪市在住の方

○場所： 地区の公民館や集会所など



3 シルバーリハビリ体操出前講座

シルバーリハビリ体操3級指導士（市民）が体操講師としてお手伝いをします。
一緒にリハビリ体操を体験してみませんか？

シルバーリハビリ体操とは・・・大田仁史先生（茨城県健康プラザ管理者・医師）が考案した、関節の動く範囲を保つことと筋力を保ち続けることを目的とした介護予防体操です。「いつでも、どこでも、ひとりでも」行えます。

- 対 象 者 : ①65歳以上の瑞浪市民の方
②医師から運動制限の指示を受けていない方
※体調の優れない方、関節痛等のある方は事前にご相談ください。
- 場 所 : 地区の公民館や集会所など（要相談）
- 申込み方法 : 実施希望日の3か月前までに市役所高齢福祉課へ相談の上、申請書を提出してください。土日祝日は実施できません。
- 問 合 せ 先 : 高齢福祉課 高齢者支援係（保健センター内）
電話番号（0572）68-2117（直通）



4 長寿クラブ



地域の高齢者がお互いに交流を深め、有意義な生活を送るために組織された団体です。現在瑞浪市には21の単位長寿クラブ・長寿会があり、単位ごとあるいは全体（瑞浪市長寿クラブ連合会）で、様々な活動を行っています。

- 対 象 者 : 60歳以上の方
- 活 動 内 容 : 健康増進活動、各種スポーツ大会、生涯学習活動、文化教養活動、社会奉仕活動、友愛活動など
- 問い合わせ先 : 高齢福祉課 高齢者政策係（保健センター内）
電話番号：（0572）68-2117（直通）



市ホームページ

5 寿大学 /

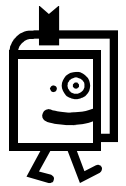
健康で生きがいのある人生を創造するための生涯学習の場として、市内6つの公民館に設けられています。

○対 象 者 : 50～65歳以上の入学希望者（各大学による）

○内 容 : 学習会、運動会や日帰り研修等、大学ごとに毎年、内容を変えながら、学習しています。

詳細は各公民館へお問い合わせください。

大学名	地区	問い合わせ先
中部寿大学	瑞浪 土岐 明世	中央公民館（電話：68－5281）
陶 寿 大 学	陶	陶 公 民 館（電話：65－2112）
稲津寿大学	稲津	稲津公民館（電話：68－3201）
日吉アカデミー	日吉	日吉公民館（電話：69－2036）
釜 戸 楽 園	釜戸	釜戸公民館（電話：63－2005）
大湫寿大学	大湫	大湫公民館（電話：63－2360）



6 老人憩いの家

高齢者の健康増進、教養の向上に役立てていただくための施設です。

施設の利用について

- 利用時間：午前8時30分～午後5時30分
※休館日は、毎週日曜日及び国民の祝日
年末年始（12月29日～1月3日）
- 利用方法：直接各施設へ、事前の申込みが必要です。
- 利用料金：瑞浪市内の60歳以上の方…無料
※冷暖房、シャワーの利用は、別途利用料をいただきます。
- 問い合わせ：下記の施設まで直接お問い合わせください。



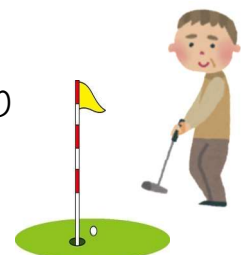
市ホームページ

介護予防事業にも取り組んでいます。

高齢者が心身ともに健康で、生きがいを持って生活できることを目的として開催しています。

- 対象者：瑞浪市在住の60歳以上の方（登録制です。）
- 参加費：無料（内容によって材料費が必要な場合があります。）
- 内容：体操・小物作り・音楽療法など、月替わりの内容です。
- 問い合わせ：下記の施設まで直接お問い合わせください。
- 日時：
 - 寿楽荘「お達者くらぶ」
毎月第3金曜日 午前9時30分～午前10時30分
 - 桜寿荘「元気サークル」
毎月第4火曜日 午前9時30分～午前10時30分
 - 福寿荘「若葉会」
毎月第2木曜日 午後1時30分～午後2時30分

- 寿楽荘 住所：瑞浪市稲津町小里606-8
電話番号：(0572) 68-2422
※パターゴルフ、カラオケ、フリーWi-Fi、シャワー設備あり
- 桜寿荘 住所：瑞浪市土岐町5200
電話番号：(0572) 66-1211
※ヘルストロン、パターゴルフ、カラオケ、フリーWi-Fi 設備あり
- 福寿荘 住所：瑞浪市日吉町4116-1
電話番号：(0572) 64-2932
※パターゴルフ、カラオケ、フリーWi-Fi 設備あり



7 シルバー人材センター

県知事の認定を受けた公益社団法人で、高齢者の社会参加による生きがいづくりを目的として、主に臨時的かつ短期的または軽易な業務を請負・委任・派遣により就業できる団体です。

会員になると、就業や収入の保障はありませんが、各人の希望や能力に応じた働き方ができます。

○会 員 資 格 : 瑞浪市内にお住まいで、おおむね60歳以上の、心身共に健康で働く意欲と能力をもった方

○会員手続き : 毎月第2月曜日実施の就業説明会を受けたうえで、入会申込書の提出が必要です。

愛称
生き活きセンター

○年 会 費 : 2,000円

○主 な 仕 事 :

・家事援助サービスの分野

主に高齢者の身の回りの世話、話し相手、掃除、洗濯、食事の支度など

・技術分野

ふすま・障子・網戸の張り替え、簡易な家屋修繕、庭木の剪定・伐採など

・屋内外の一般作業

除草、草刈り、清掃、パンフレット配布

・派遣

市内の事業所で屋内外軽作業



シルバー人材センター
ゆるキャラ
『チエブクロー』

○問い合わせ先 : 公益社団法人瑞浪市シルバー人材センター

電話番号 : (0572) 68-8744

ホームページ : <https://webc.sjc.ne.jp/mizunami/>

(場所 : 市民福祉センター『ハートピア』2階)



このページの問い合わせ先は 高齢福祉課 高齢者政策係（保健センター内）
電話番号：（０５７２）６８－２１１７（直通）

８ ささエール / （瑞浪市高齢者安心支えあいポイント制度）

地域での支えあい活動の活性化と支援者自身の介護予防を目的とした制度です。
高齢者への支援活動を行った方（ささエール会員）へ活動に応じたポイントを付与し、商品券と交換することができます。

○会 員 資 格 ： ４０歳以上の市民で、介護保険料の滞納がなく、市が指定する講座を受講した方、または、過去に実施した同種の講座を受講した方

指 定 講 座 ： ささエール会員養成講座（市開催）

○対象となる活動

- ①介護予防活動：地域が主催する高齢者の集いの補助など
- ②高齢者施設での活動：お話し相手やレクリエーションの補助など
- ③高齢者の日常生活に関する活動：ゴミ出しや電球交換など

○対象期間：４月１日～

翌年３月３１日

現在の会員数は６４名（令和７年３月末現在）
自分のペースで楽しみながら活動されています！

○活動の流れ

- ①高齢福祉課にて、ささエール会員の申請受付・登録を行う。
- ②社会福祉協議会より「ささエールポイント手帳」を受け取る。
- ③社会福祉協議会より対象活動の紹介を受ける。
- ④高齢者支援活動を行い、スタンプを押してもらう。
- ⑤ポイント（スタンプ）が集まったら、社会福祉協議会へポイント引換申請を行う。
- ⑥きなあた瑞浪商品券を受け取る。

○ポイントについて

- ◆３０分以上の高齢者支援活動につき１ポイントを付与します。市ホームページ
- ◆上限は１日２ポイント、年間５０ポイントまでです。（４ポイント以下は次年度に限り繰り越し可）
- ◆５ポイントごとに５００円分または、１０ポイントごとに１，０００円分のきなあた瑞浪商品券と交換できます。（最高５，０００円分まで）



9 ふれあいいきいきサロン

高齢者同士やボランティアなど、地域の人との交流をはかることにより、地域とのつながりを持ち、閉じこもりを減らし、いきいきとした生活ができるようにと開かれています。

- 対象者：おもに地域の高齢者
- 場所：各地域でそれぞれ開催されています。
- 内容：お茶を飲みながらおしゃべりをしたり、手芸や体操など、参加者で話し合いながら内容を決めていきます。
- 参加費：サロンごとに決まっています。
- 主催：瑞浪市社会福祉協議会各支部、自主グループ、ボランティア団体など



10 ひなたぼっこのつどい

ひとり暮らし高齢者の方に、地区ごとに集まって楽しく交流していただくために行われています。

- 対象者：瑞浪市内在住の70歳以上のひとり暮らしの方
(社協に登録が必要)
- 内容：演芸観賞、ゲーム、昼食会などで交流
- 開催時期：各地区の福祉委員を通じてお知らせしています。
- 主催：瑞浪市社会福祉協議会各支部



健康保持・増進に努めたい



このページの問い合わせ先は 健康づくり課
電話番号(0572)68-9785

1 胃がん検診 (集団バス検診)

がんの早期発見のため、検診を実施しています。

○対象者：

内視鏡検査	50～69歳(昭和31年4月2日～昭和51年4月1日生)の希望者
バリウム検査	50歳以上の希望者 (安全に検診を行うため、年齢等条件により受けられない場合があります)



市ホームページ

○自己負担金：

内視鏡検査	4,000円
バリウム検査	500円

○実施日：瑞浪市健康カレンダーに記載されています。
広報みずなみ、市ホームページでもお知らせします。
※事前にWEB、電話等での申し込みが必要です。
※市の検診は2年に1回受けることができます。

○実施場所：保健センター、各コミュニティセンター
東濃厚生病院健康管理センター
※内視鏡は保健センターのみ

2 大腸がん・肺がん検診 (集団バス検診)

がんの早期発見のため、検診を実施しています。

○対象者：40歳以上の希望者

○実施日：瑞浪市健康カレンダーに記載されています。
広報みずなみ、市ホームページでもお知らせします。
※事前に電話等での申し込みが必要です。

○実施場所：保健センター、各コミュニティセンター
東濃厚生病院健康管理センター

○内容：大腸がん検診…便潜血反応検査
肺がん検診…胸部X線検査、喀痰検査(必要と認めた方)

○自己負担金：各500円

3 乳がん検診（集団バス検診）

がんの早期発見のため、検診を実施しています。

- 対象者：40歳以上の女性の希望者
- 内容：乳房X線検査
- 自己負担金：1,000円
- 場所：保健センター、各コミュニティセンター
- 日程：瑞浪市健康カレンダーに記載されています。
広報みずなみ、市ホームページでもお知らせします。
※事前に電話等でお申込みが必要です。
※市の検診は2年に1回受けることができます。



厚生労働省
がん検診（雁・謙信）
イメージキャラクター

4 子宮頸がん検診（医療機関検診）

がんの早期発見のため、検診を実施しています。

- 対象者：20歳以上の女性の希望者
- 自己負担金：1,000円
- 受診方法：健康づくり課が発行する「受診票」を持って希望の医療機関（指定医）で都合のよい日（5月～12月）に検診を受けます。
※市の検診は2年に1回受けることができます。



市ホームページ

5 前立腺がん検診（医療機関検診）

がんの早期発見のため、検診を実施しています。

- 対象者：50歳以上の男性の希望者
- 内容：血液検査（PSA検査法）
- 自己負担金：500円
- 受診方法：健康づくり課が発行する受診票（希望の方は健康づくり課へ連絡）を持ち、希望の医療機関（指定医）で都合の良い日（5月～12月）に検診を受けます。



市ホームページ

6 歯周病検診



歯周病予防のため、歯周病検診を実施しています。

- 対象者：20・30・40・50・60・70歳の方
※対象の方には健康づくり課より受診券をお送りします。
- 自己負担金：無料
- 場所：市内歯科医療機関
- 問い合わせ先：健康づくり課
電話番号（0572）68-9785（直通）

7 特定健康診査・保健指導

メタボリックシンドロームや生活習慣病の予防・早期発見のための健診と、その結果に基づいた保健指導を実施しています。

＜特定健診＞

- 対象者：令和7年4月1日から健診日まで継続して瑞浪市国民健康保険に加入しており、令和8年3月末日までに40～74歳に到達される方
※瑞浪市国民健康保険以外の方は、加入している健康保険組合等にお問い合わせください。
- 内容：問診、血圧測定、尿検査、血液検査、身体計測
- 自己負担金：500円（40歳到達者に限り無料）
- 実施期間：令和7年6月2日～同11月29日（予定）
- 受診方法：対象者の方には、保険年金課から「受診券」を送付します。
「受診券」、「質問票」、「マイナ保険証」又は「資格確認書」を持って希望の医療機関（指定医）で健診を受けてください。
ただし、事前予約が必要な場合があります。
- 問い合わせ先：保険年金課
電話番号（0572）68-2118（直通）

＜保健指導＞

健診結果に応じて、家庭訪問等で健診結果の見方や生活習慣改善のための相談を行っています。

- 問い合わせ先：健康づくり課
電話番号（0572）68-9785（直通）



８ ぎふ・すこやか健康診査

高血圧症、糖尿病などの生活習慣病の早期発見のため、健診を実施しています。

- 対 象 者 : 瑞浪市で後期高齢者医療保険に加入されている方
- 内 容 : 問診、診察、血圧測定、尿検査、血液検査、身体計測
- 自己負担金 : ５００円
- 実 施 期 間 : 令和７年９月１日～令和８年１月３１日（予定）
- 受 診 方 法 : 対象者の方に「受診券」をお送りします。

「受診券」、「問診票」、「マイナ保険証」又は「資格確認書」を持って、希望の医療機関（指定医）で健診を受けてください。
ただし、事前予約が必要な場合があります。



９ ぎふ・さわやか口腔健診

健康な歯と口腔を保っていただくため、歯科健診を実施しています。

- 対 象 者 : 瑞浪市で後期高齢者医療保険に加入されている方
- 内 容 : 問診、歯科検診、口腔機能の評価
- 自己負担金 : ３００円
- 実 施 期 間 : 令和７年６月２日～令和８年１月３１日（予定）
- 受 診 方 法 : ①受診券の送付

５月下旬ごろ、対象者の方に「受診券」をお送りします。

②健診受診

「受診券」と「マイナ保険証」又は「資格確認書」を持って、希望の医療機関（指定医）で健診を受けてください。事前予約が必要です。

