

●●● 保健福祉関係者のための ●●●

高齢者の地域包括ケアの ための三三知識 2023

市内の保健福祉サービス民間関連サービスの概要



令和5年8月

つくば市地域包括支援センター

目次

医療と介護のありたい姿 ロードマップ	4
つくば市内介護保険サービス事業所ガイドブック	6
主な介護保険サービスの解説	7
統計からみる地域の実態	8
①筑波圏域	9
②大穂豊里圏域（大穂）	10
③大穂豊里圏域（豊里）	11
④谷田部東圏域	12
⑤谷田部西圏域	13
⑥桜圏域	14
⑦荃崎圏域	15
多種職連携のためのツールと情報	16
(1) 在宅医療・介護における 本人・家族のための多職種連携で気を付けたいこと 10	18
(2) 退院前情報共有チェックシート	19
(3) つくば市内病院のケアマネ等専門職窓口一覧（つくば市内医療相談室一覧）	20
(4) つくば連携タイム一覧（つくば市医師会員のうち訪問・在宅医療を実施しているクリニック）	22
(5) 訪問歯科診療のできる医療機関（市内）	32
(6) つくば市近辺の医療相談室	33
(7) 茨城県内精神科病院等一覧	34
(8) 訪問看護ステーション・介護老人福祉施設・グループホーム・ 介護老人保健施設の特徴一覧	35
保健・福祉並びに民間関連サービスの概要	37
I 生活支援	38
①民間事業所の食事・食材宅配システム	38
②民間事業所の外出介助・家事援助サービス	39
③つくば市シルバー人材センターのサービス	39
④さわやかサービス事業（住民参加型在宅福祉サービス）	40
⑤すけっとくん（高齢者日常生活支援事業）	41
⑥あん摩・マッサージ・指圧・はり及びきゅう施術費助成事業	41
⑦つくば市民間賃貸住宅情報提供事業	41
⑧茨城県生活福祉資金貸付・小口貸付資金	42
⑨つくば市生活困窮者自立相談支援事業	42
⑩生活支援体制整備事業	42
⑪NTT 関連のサービス	43
⑫いばらき高齢者優待制度（いばらきシニアカード）	43
⑬介護マーク（配布）	43
II 安否確認	44
①愛の定期便事業	44
②宅配食事サービス事業	44
③緊急通報システム事業	45
④救急医療情報便ツクツク見守りたい	45
⑤地域見守りネットワーク事業	45
⑥民間の見守りサービス・行方不明高齢者探索サービス	46

III	身体介護	47
	①在宅要介護高齢者等紙おむつ購入費助成事業	47
	②ねたきり高齢者理美容料助成事業	47
	③在宅高齢者布団丸洗い乾燥事業	47
	④福祉用具貸与事業（自費）.....	48
	⑤車いす貸出し事業	48
	⑥福祉用具貸与（介護保険）	49
	⑦特定福祉用具購入（介護保険）	49
IV	長寿	50
	①敬老祝金給付事業	50
	②長寿をたたえる事業	50
	③敬老祝写真贈呈事業	50
V	移動・交通	51
	①介護輸送サービス（民間事業所）.....	51
	②福祉有償運送	51
	③高齢者運賃割引証	51
	④コミュニティバス「つくバス」.....	52
	⑤乗合タクシー「つくタク」	52
	⑥筑波地区支線型バス「つくばね号」.....	53
	⑦いばらき身障者等用駐車場利用証制度	53
	⑧高齢者タクシー運賃助成事業	54
	⑨高齢者運転免許自主返納支援事業	54
	⑩高齢者電動アシスト自転車等購入費補助事業	54
VI	社会参加	55
	①高齢者いきいきサロン	55
	②高齢者いきいきサロン出前講座	55
	③ふれあいサロン	55
	④筑波圏域のサロン情報等	56
	⑤大穂豊里圏域（大穂）のサロン情報等	58
	⑥大穂豊里圏域（豊里）のサロン情報等	59
	⑦谷田部西圏域のサロン情報等	59
	⑧谷田部東圏域のサロン情報等	61
	⑨桜圏域のサロン情報等	64
	⑩荃崎圏域のサロン情報等	66
	⑪高齢者憩いの広場 運営補助事業	69
	⑫高齢者文化芸術鑑賞助成事業	69
	⑬老人福祉センターでの行事・サークル	69
	⑭つくば市介護支援ボランティア制度（げんき応援ポイント）.....	70
	⑮傾聴ボランティア事業～おうち de 交流～	70
	⑯高齢者・障害者のためのパソコン相談（無料）.....	70
	⑰つくば市出前講座	71
	⑱つくば市シルバークラブ連合会.....	71
	⑲つくば市シルバークラブ連合会の事業.....	71
VII	介護予防	72
	①健康体操教室	72
	②シルバーリハビリ出前体操教室	72
	③いきいき運動教室	73

④元気はつらつ運動教室	73
⑤フレイルサポート教室	74
⑥地域リハビリテーション活動支援事業 ～おうち de リハ～	74
⑦訪問型短期集中予防サービス	74

VIII 健康づくり 75

①特定健診・後期高齢者健診（集団健診）	75
②特定健診・後期高齢者健診（医療機関健診）	75
③結核検診	75
④肝炎ウイルス検診	76
⑤骨粗しょう症検診	76
⑥がん検診	76
⑦人間ドック等健診助成	77
⑧インフルエンザ予防接種	77
⑨肺炎球菌予防接種	77
⑩こころの健康相談	78
⑪家庭訪問指導事業	78

IX 認知症..... 79

①認知症の相談窓口（相談機関）	79
②認知症疾患医療センター	79
③認知症お困りごとメール相談	79
④つくば市内の精神科・心療内科・神経科・神経内科・脳神経外科を 標榜している医療機関	80
⑤もの忘れ外来または外来診療が確認できた医療機関	80
⑥認知症サポーター養成講座	81
⑦認知症サポーターステップアップ講座	81
⑧チームオレンジ	81
⑨認知症初期集中支援チーム	82
⑩つくば市オレンジカフェ（認知症カフェ）	82
⑪つくば市認知症高齢者等SOSネットワーク事業	83
⑫認知症高齢者等保護支援事業（GPS 貸出）	83
⑬若年性認知症本人ミーティング・家族ミーティング	83
⑭認知症本人ミーティング	84
⑮認知症家族ミーティング	84
⑯家族の会・民間研究機関	84
認知症になっても住み慣れた地域で暮らすために	85

X 権利擁護..... 88

①日常生活自立支援事業	88
②成年後見制度（法定後見・任意後見）	88
・法定後見制度	88
・任意後見制度	89
・成年後見制度について相談できる団体や窓口	89
・あんしん生活支援サービス	90

XI 参考資料..... 91

各種相談	91
施設のいろいろ	94
つくば市近辺のケアハウス	95

医療と介護のありたい姿 ロードマップ

「つくば市の医療と介護のありたい姿」は、医療や介護を必要とする状態の高齢者でも、の実情に応じた「地域包括ケアシステム」を推進するために、つくば市在宅医療・介護

ありたい姿	
1	・希望の生き方を共に考える
	本人や家族の希望に応じて、自宅を中心とする地域の中で安心して最期まで生きることができている。
2	・本人を第一に考えた多職種連携
	専門職は、つくば市のありたい姿を共有し、本人・家族や地域の状況を踏まえ、共に最善のアプローチを考え、対応することができている。 (多職種は、専門性の背景を超えて、本人の希望や望ましい生活を第一に考えて知恵を出し合う関係)
3	・専門職のスキルアップとやりがい
	医療・介護の専門職は、働きやすく、やりがいがある環境で専門性を発揮し、本人や家族が望む生活の継続を支援することができている。 (医療と介護の専門職は、やりがいのある魅力的な職種であり、燃え尽きることなく、成長し続けることができている)
4	・認知症になっても安心して暮らせる地域
	認知症になっても住み慣れた地域で自分らしく暮らし続けられる。 (地域住民・医療介護の専門職・行政等の総力による認知症の人や家族との関わり)
5	・多様な生活の場の提供
	本人は、在宅でも介護施設でも、自分らしく暮らすことができている。 (本人が安心して在宅療養できる医療・介護サービスの充実と自宅生活の延長としての特養等での生活の充実)
6	・相互に支え合う生活支援・介護予防
	住み慣れた地域には健康づくりや住民同士がつながる場所があり、高齢になっても、介護が必要になっても地域の中で役割がある。 (世代を超え、支え合うコミュニティが地域の身近にある)
7	・誰一人取り残さない
	誰一人取り残されず、一人ひとりの安心が守られ、地域の隅々まで医療と介護、生活支援がいきわたり、自分らしく生きることができている。 (医療や介護を拒否する人でも支援に繋がりに孤立している人がいない)

住み慣れた地域で、自分らしい暮らしを人生の最期まで続けることができるよう、地域連携推進協議会において協議・作成したものです。

2025年 目標	2040年 理想
ACPや人生会議を専門職が理解し、当たり前のように本人や家族に説明し、日常的に話題にするようになっていく。	市民は健康な時から自身の最期のあり方を考えることが当然になっており、看取りの時期までにはそれを専門職と確実に共有することができている。
専門職は、医療と介護の専門職間のコミュニケーションをとることへの苦手意識が低くなっていて、各専門性を十分に発揮し、本人を支援する連携ができている。	医療と介護、病院と診療所、診療所と診療所など、地域包括ケアを担う専門職間の連携が、特別な負担なくできる仕組みが完成している。専門職間の顔が見える関係は維持されており、互いに相手の専門性や価値観に敬意を払い尊重しあう関係がさらに深まっている。
専門職を対象とした魅力的な研修活動がさらに充実しており、積極的に参加する人が増加している。ケアマネジャーの幸福度をはじめとする専門職のやりがいの指標が向上している。	若年人口が減少しても、専門職(特に介護専門職)はやりがいのある職業として、認知され、能力・やる気のある人材が地域の医療・介護を支えている。
多職種が携わっている認知症の方の変化の気付きや対応力が向上し、本人を支援するチームの支援力も向上している。	地域での見守りに加えて、ICTやロボットなどのつくば市ならではの技術を実装活用することで、多数の認知症の人が住み慣れた場所で安心して生活することができている。
専門職は、各種の介護施設や介護サービス事業の特色を利用者の視点に立って分かりやすく説明でき、利用者の価値観にあったサービスを選択することを支援できるようになっている。	施設サービスの質がさらに向上しており、地域の中で介護施設が今以上に身近な存在となっている。その結果として介護施設に入居後も自宅と変わらないような生活が送れるようになっている。
地域の身近な場所で、住民主体による介護予防や助け合いの取り組みの参加者が増えている。	市民は、地域の互助による自発的な活動に参加していて、若い世代も介護予防や助け合いの活動に積極的に参加している。
地域包括支援センターは市民、民生委員、専門職等と連携して、地域の潜在的な課題を発見し、予防的に支援することができている。	全ての高齢者は、地域包括支援センターと顔が見える関係で繋がっていて安心して生活できている。

つくば市内介護保険サービス事業所ガイドブック

○この事業所一覧はつくば市内の介護保険サービスの事業所を掲載しています。

*介護予防については各機関にお問い合わせ願います。

*訪問看護サービスについては病院、診療所等で同サービスが行われている場合があります。それらについては各機関にお問い合わせくださるようお願いいたします。

○利用者が介護サービスや事業所・施設を比較して適切に選ぶための情報を提供するしくみとして「介護サービス情報の公表」制度があります。茨城県の介護サービス情報公表システムなどのホームページ(インターネット)から閲覧できます。ご利用下さい。

*介護保険制度では、健康保険法の保険医療機関・保険薬局に指定された医療機関・薬局は、介護保険の居宅サービス事業者として指定があったものとみなされます。本ガイドブックは「みなし指定」の機関は掲載しておりません。

主な介護保険サービスの解説

相談機関	
地域包括支援センター	保健・介護・福祉の3分野の専門職が連携し、市町村や地域の医療機関、介護（介護予防）サービス事業者、ボランティアなどと協力しながら地域の高齢者の様々な相談に対応する機関です。
居宅サービス	
居宅介護支援 (サービス計画作成)	ケアマネジャーがケアプランを作成し、介護サービスを利用できるよう支援します。作成費用は全額を介護保険で負担します。
訪問介護 (ホームヘルプサービス)	ホームヘルパーが訪問し、食事・入浴・排泄の介護や炊事・掃除・洗濯など日常生活の援助をします。
訪問入浴介護	浴槽を積んだ入浴車で寝たきりの人などの家庭を訪問し、入浴の介助を行います。
訪問看護	主治医の指示のもと看護師などが訪問し、病状の観察や療養の援助をします。
訪問リハビリテーション	理学療法士や作業療法士などが訪問し、日常生活の自立を助けるためのリハビリ（機能回復訓練）を行います。
居宅療養管理指導	医師・歯科医師・薬剤師などが訪問し、療養上の管理・指導をします。
通所介護 (デイサービス)	デイサービスセンターで食事・入浴などの介護サービスや機能訓練が日帰りで受けられます。
通所リハビリテーション (デイケア)	介護老人保健施設や病院・診療所などで、日帰りで機能訓練などが受けられます。
短期入所生活介護 (ショートステイ)	介護老人福祉施設（特別養護老人ホーム）などに短期間入所して、食事・入浴などの介護や機能訓練を受けられます。
短期入所療養介護 (医療型ショートステイ)	介護老人保健施設などに短期間入所して、必要な医療や食事、機能訓練が受けられます。
特定施設入居者生活介護	指定を受けた有料老人ホームなどで、食事、入浴などの日常生活上の支援や、機能訓練などのサービスを受けます。
福祉用具貸与	車いす・特殊ベッド・床ずれ防止用具など13種類の福祉用具が借りられます。（介護度によって利用できる品目が異なります。）
特定福祉用具販売事業所	腰掛便座や入浴補助用具など6種類の用具について、購入費の支給が受けられます。指定を受けた事業者（特定福祉用具販売事業所）から購入したものが対象です。
地域密着型サービス	
地域密着型通所介護	定員が18名以下の小規模な通所介護施設で、食事・入浴・排泄などの日常生活上の支援や機能訓練などを日帰りで行います。
認知症対応型通所介護	認知症の高齢者が食事、入浴などの介護や支援、機能訓練を日帰りで受けられます。
認知症対応型共同生活介護 (グループホーム)	認知症の高齢者が共同生活する住居で食事・入浴・排泄などの介護や支援、機能訓練が受けられます。
地域密着型特定施設入居者生活介護	定員29人以下の介護専用型特定施設で、食事・入浴・排泄などの介護や日常生活上の世話、機能訓練などのサービスが受けられます。
小規模多機能型居宅介護	小規模な住居型の施設で「通い」を中心に「訪問介護」・「短期間の宿泊」などを組み合わせて、食事・入浴などの介護や支援が受けられます。
看護小規模多機能型居宅介護	「小規模多機能型居宅介護」のサービスに加え、「訪問看護」も組み合わせて、食事・入浴などの介護や支援が受けられます。
地域密着型 介護老人福祉施設入所者生活介護 (地域密着型特別養護老人ホーム)	定員29人以下の小規模な介護老人福祉施設で、介護や日常生活上の世話、機能訓練などが受けられます。
施設サービス	
介護老人福祉施設 (特別養護老人ホーム)	常に介護が必要で、自宅では介護ができない方が対象の施設です。食事・入浴などの日常生活の介護や健康管理を受けられます。
介護老人保健施設 (老健)	病状が安定しリハビリに重点をおいた介護が必要な方が対象の施設です。医学的な管理のもとでの介護や看護、リハビリを受けられます。
介護療養型医療施設 (療養病床)	急性期の治療が終わり、病状は安定しているものの、長期間にわたり療養が必要な方が対象の施設です。介護体制の整った医療施設（病院）で、医療や看護などが受けられます。

統計からみる地域の実態

生活圏域の人口・年齢構成別・高齢化率・65歳以上世帯類型（R5.4.1現在）

（単位：人・戸）

生活圏域	総人口	40～64歳	65歳以上	高齢化率	世帯数	高齢単身世帯	高齢者世帯	高齢者夫婦世帯
大穂	19,974	6,902	4,362	21.84%	9,218	993	716	653
豊里	16,197	5,670	4,047	24.99%	6,705	832	660	608
谷田部西	50,093	14,958	7,961	15.89%	21,496	1,765	1,428	1,328
谷田部東	69,083	24,337	8,494	12.30%	32,245	2,028	1,781	1,725
桜	57,229	19,620	8,473	14.81%	27,036	1,892	1,765	1,678
筑波	16,814	5,513	6,393	38.02%	7,214	1,346	1,127	1,010
荃崎	22,896	7,391	8,730	38.13%	10,822	1,826	1,979	1,903
計	252,286	84,391	48,460	19.21%	114,736	10,682	9,456	8,905

高齢福祉課「高齢者統計データ」より

生活圏域別 要支援・要介護認定者数（R5.3.31現在）

（単位：人）

生活圏域	総人口	1号被保険者 (65歳以上)	認定者 総数	1号被保険者 に対する 認定者割合	介護度						
					要支援1	要支援2	要介護1	要介護2	要介護3	要介護4	要介護5
大穂	19,974	4,362	780	17.88%	70	82	173	156	137	103	59
豊里	16,197	4,047	713	17.62%	54	77	166	163	103	92	58
谷田部西	50,093	7,961	1,350	16.96%	142	169	291	271	212	160	105
谷田部東	69,083	8,494	1,215	14.30%	151	142	266	251	172	136	97
桜	57,229	8,473	1,278	15.08%	131	145	296	257	198	153	98
筑波	16,814	6,393	1,214	18.99%	118	146	280	244	170	177	79
荃崎	22,896	8,730	1,236	14.16%	179	191	282	223	143	113	105
住登外など			109		12	7	14	18	20	18	20
計	252,286	48,460	7,895	16.29%	857	959	1,768	1,583	1,155	952	621

筑波圏域

	事業所名	事業所番号	所在地	電話番号
地域包括支援センター	1 筑波地域包括支援センター	0802000034	北条1184-1	828-5806
居宅介護支援	2 指定居宅介護支援事業所アリエッタ	0872000047	北条1174	867-1182
	3 ケアサポートセンター筑波園居宅介護支援事業所	0872000138	北条1180-2	867-5011
	4 居宅介護支援事業所幸寿苑	0872001516	磯部15	867-7651
	5 居宅介護支援事業所飯田医院つくばの里	0872002100	沼田101	866-2480
	6 居宅介護支援事業所なでしこ	0872001052	水守2228-2	864-6565
	7 ケアマネジメントセンターまどか	0872002084	北条196	867-5233
	8 居宅介護支援事業所なかよし	0872001839	北条4326-2	867-6677
	9 居宅介護支援事業所ひまわり	0872002563	北条85	867-0127
	10 居宅介護支援事業所シニアガーデンアネックス	0872002597	水守1189-5	867-7800
	11 居宅介護支援事業所ねこねこ(休止)	0872003256	国松855-2	850-8080
	訪問介護	12 アリエッタ訪問介護事業所	0872001060	北条1174
13 訪問介護なかよし*		0872001813	北条4326-2	867-6677
14 訪問介護事業所株式会社ひまわり *通院等乗降介助の届出あり		0872002027	安食2530-62	865-0514
訪問看護	15 訪問看護なかよし	0862090099	北条4326-2	867-6677
	16 ウエノ訪問看護ステーション	0862090180	水守新田前1603-7	869-8859
通所介護	17 デイサービスセンター筑波園通所介護事業所	0872000377	北条1180-2	867-1143
	18 デイケアホーム飯田医院つくばの里	0872002068	沼田101	850-8330
	19 指定通所介護事業所シニアガーデンアネックス	0872001656	水守1189-5	867-7800
	20 デイサービスなかよし	0872002324	北条4408-3	867-6877
	21 グッド・デイサービス	0872003082	大貫235	846-2985
通所 リハビリテーション	22 介護老人保健施設なでしこ	0852080068	水守2228-2	864-6565
	23 医療法人社団桜水会介護老人保健施設豊浦	0852080043	神郡2013-1	850-7111
	24 介護老人保健施設アリエッタ	0852080019	北条1174	867-1182
短期入所生活介護	25 ショートステイセンター	0872000336	北条1180	867-1161
	26 筑波園短期入所生活介護事業所	0872002605		
	27 シニアガーデンアネックス	0872001649	水守1189-5	867-7800
短期入所療養介護	28 介護老人保健施設アリエッタ	0852080019	北条1174	867-1182
	29 介護老人保健施設なでしこ	0852080068	水守2228-2	864-6565
	30 医療法人社団桜水会介護老人保健施設豊浦	0852080043	神郡2013-1	850-7111
福祉用具貸与事業所	31 (有)つくばセントラルサービス	0872002209	小泉5-1	867-4976
特定福祉用具 販売事業所	32 (有)つくばセントラルサービス	0872002209	小泉5-1	867-4976
介護老人福祉施設	33 特別養護老人ホーム筑波園	従来型 0872000187	北条1180	867-1161
		ユニット型 0872090006		
介護老人保健施設	34 介護老人保健施設アリエッタ	0852080019	北条1174	867-1182
	35 介護老人保健施設なでしこ	0852080068	水守2228-2	864-6565
	36 医療法人社団桜水会介護老人保健施設豊浦	0852080043	神郡2013-1	850-7111
認知症対応型 共同生活介護	37 グループホーム作谷長寿館	0872001003	作谷1038	869-1855
	38 医療法人恵仁会グループホームデルフィ	0872001086	北条1175	867-1672
	39 グループホーム幸寿苑	0872001201	磯部15	867-7651
	40 グループホームいちさと筑波	0872001284	小和田145	867-2222
*地域密着型サービス				
看護小規模 多機能型居宅介護	41 看護小規模多機能型なかよし	0892000175	北条4326-2	867-0177
*地域密着型サービス				
地域密着型 介護老人福祉施設 入所者生活介護	42 特別養護老人ホームシニアガーデンアネックス	0892000084	水守1189-5	867-7800
*地域密着型サービス				

大穂豊里圏域（大穂）

	事業所名	事業所番号	所在地	電話番号
地域包括支援センター	1 大穂豊里地域包括支援センター	0802000067	要1187-299	869-9527
居宅介護支援	2 あんじゅ	0872001680	花畑1-14-6プロスパー102	879-0092
	3 いちはら病院介護支援センター	0872000054	大曽根3681	864-7336
	4 医療法人社団筑波記念会指定居宅介護支援事業所	0872000146	要1187-299	864-1212
	5 社会福祉法人つくば市社会福祉協議会	0872000021	筑穂1-10-4	879-5923
	6 あいりレー介護ステーションつくば	0872002571	要273-1	877-3322
	7 アドニスケアプラン	0872002662	筑穂3-5-3	893-3263
	8 居宅介護支援センターつくばらいふ	0872002191	花畑1-17-4	869-8077
	訪問介護	9 あんじゅ*	0872001680	花畑1-14-6プロスパー102
10 社会福祉法人つくば市社会福祉協議会		0872000021	筑穂1-10-4	879-5511
11 訪問介護アドニス		0872003033	筑穂3-5-3	893-3263
*通院等乗降介助の届出あり				
訪問看護	12 いちはら訪問看護ステーション	0862090057	大曽根3681	864-8488
	13 つくば訪問看護ステーション	0862090016	要1187-299	864-1212
	14 訪問看護ステーションあやめつくば北	0862090214	筑穂2-21-4アネシス・スピティ101	877-1151
訪問リハビリテーション	15 つくばケアセンター訪問リハビリテーション	0872001268	要76	877-1313
居宅療養管理指導	16 医療法人社団双峰会大久保歯科医院	0872001714	大曽根3721-5	864-0051
通所介護	17 通所介護事業所シニアガーデン	0872000609	大曽根3690	877-0203
	18 ツクイ花畑	0872001870	花畑3-21-3	877-6287
	19 つくばフィジカルフィットネススタジオ	0872001987	大曽根3721-9	864-8155
	20 デイサービスひなた	0872002019	花畑3-4-5	879-7626
	21 通所介護事業所つくばらいふ	0872002720	花畑1-16-5	864-7717
通所リハビリテーション	22 介護老人保健施設つくばケアセンター	0852080050	要76	877-1313
	23 介護老人保健施設 つくばリハビリテーションセンター	0852080035	大曽根3681	864-8300
短期入所生活介護	24 ショートステイ「あいりレーつくば」	0872001359	要273-1	877-3355
	25 短期入所生活介護事業所シニアガーデン	0872000625	大曽根3690	877-0203
	26 短期入所生活介護事業所らいふつくば花畑	0872001342	花畑1-17-4	864-7677
	27 特別養護老人ホームシニアガーデン別館	0872003272	大曽根3699-3	877-0203
28 ショートステイ まごころの杜つくば	0872003421	大砂185-2	886-8710	
短期入所療養介護	29 介護老人保健施設つくばケアセンター	0852080050	要76	877-1313
	30 介護老人保健施設 つくばリハビリテーションセンター	0852080035	大曽根3681	864-8300
福祉用具貸与事業所	31 福祉用具アドニス	0872003280	筑穂3-5-3	895-3756
特定福祉用具販売事業所	32 福祉用具アドニス	0872003280	筑穂3-5-3	895-3756
特定施設入居者生活介護	33 有料老人ホームらいふつくば花畑	0872001334	花畑1-17-4	864-7677
	34 つくばメディケアレジデンス	0872001979	大曽根3721-9	864-8011
介護老人福祉施設	35 特別養護老人ホームシニアガーデン	0872000617	大曽根3690	877-0203
	36 特別養護老人ホームまごころの杜つくば	0872090022	大砂185-2	886-8710
介護老人保健施設	37 介護老人保健施設つくばケアセンター	0852080050	要76	877-1313
	38 介護老人保健施設 つくばリハビリテーションセンター	0852080035	大曽根3681	864-8300
認知症対応型共同生活介護	39 グループホームみどりの森	0892000118	西高野842-8	877-2458
	40 グループホームつくしの森	0872000997	西高野842-4	877-2940
	41 医療法人健佑会グループホームファミリーユ	0872000500	大曽根3681	864-7555
*地域密着型サービス				
小規模多機能型居宅介護	42 あいりレー・ケアホームつくば	0892000217	要275-1	896-3155
*地域密着型サービス				
地域密着型介護老人福祉施設入所者生活介護	43 特別養護老人ホームシニアガーデン別館	0872003272	大曽根3699-3	877-0203
*地域密着型サービス				

大穂豊里圏域（豊里）

	事業所名	事業所番号	所在地	電話番号
地域包括支援センター	1 大穂豊里地域包括支援センター	0802000067	要1187-299	869-9527
居宅介護支援	2 ウエルシア介護サービスつくば	0872000450	豊里の杜2-1-1	848-2008
	3 美健荘居宅介護支援事業所	0872000062	上郷1438-3	847-4194
	4 介護支援センターつくば	0872003181	高野439	846-2808
訪問介護	5 ウエルシア介護サービスつくば	0872000450	豊里の杜2-1-1	848-2008
	6 アタラシア*	0872003298	東光台2-23-1 セジュール東光台B棟103	886-3885
	7 ヘルパーステーションぼらりす	0872001110	上郷字川口3621-4	893-2747
	8 あいヘルパーステーション	0872003157	上郷1600-1	848-1050
	9 マリア・カサブランカ	0872002464	高野1213-18	896-8241
*通院等乗降介助の届出あり				
訪問入浴介護	10 ウエルシア介護サービスつくば	0872000450	豊里の杜2-1-1	848-2008
訪問看護	11 訪問看護ステーションTERMS	0862090107	上郷1368-3	869-6001
通所介護	12 美健荘通所介護事業所(休止中)	0872000278	上郷1438-3	847-4194
	13 あいデイサービス	0872003165	上郷1600-1	848-1050
	14 デイサービスなごみ	0872002589	今鹿島5011	886-8671
	15 デイサービスセンターきらめき	0872002670	上郷字神手1428-7	847-8480
	16 アドニスケアセンター	0872003074	上郷8105-71	828-8351
短期入所生活介護	17 特別養護老人ホーム美健荘	0872000195	上郷1438-3	847-4194
	18 ショートステイ フロンティア	0872002944	上郷1600-3	893-5531
福祉用具貸与事業所	19 ウエルシア介護サービスつくば	0872000450	豊里の杜2-1-1	848-2008
	20 (株)つかだアドバンス	0870600145	高野439	847-1313
	21 パナソニックエイジフリーショップつくば	0872001615	東光台4-19-7	828-8500
特定福祉用具販売事業所	22 (株)つかだアドバンス	0870600145	高野439	847-1313
	23 ウエルシア介護サービスつくば	0872000450	豊里の杜2-1-1	848-2008
	24 パナソニックエイジフリーショップつくば	0872001615	東光台4-19-7	828-8500
介護老人福祉施設	25 特別養護老人ホーム美健荘	0872000195	上郷1438-3	847-4194
小規模多機能型居宅介護	26 小規模多機能型居宅介護豊里長寿館	0892000035	高野1197-64	848-0577
*地域密着型サービス				
認知症対応型共同生活介護	27 グループホームあいりレーとよさと	0892000159	今鹿島2535-2	847-0168
*地域密着型サービス				
地域密着型介護老人福祉施設入所者生活介護	28 地域密着型特別養護老人ホームフロンティア	0892000233	上郷1600-3	893-5531
*地域密着型サービス				

谷田部東圏域

	事業所名	事業所番号	所在地	電話番号
地域包括支援センター	1 谷田部東地域包括支援センター	0802000083	手代木1932	897-3231
居宅介護支援	2 ケアパートナーつくば	0872000955	高野台3-5-1	839-0311
	3 新つくばホーム指定居宅介護支援事業所	0872000112	学園の森3-29-2	856-4472
	4 つくば介護サービスこころ	0872001458	松代1-16-13ジャンデバステークB-101号室	860-3501
	5 ケアプランセンターはなみずき	0872002472	下原525-1	896-6010
	6 居宅介護支援事業所いっしんつくば	0870800778	上原23	875-9571
	7 松代ケアセンターそよ風	0872002365	松代4-8-2	850-3715
	8 医療法人善心会 居宅介護支援ステーションつくば	0872002902	手代木302-2・2階	836-0062
	9 居宅介護支援事業所 糸車	0872002910	館野363-2	845-3421
	10 ふきのとうつくば	0872003025	この宮3-10-3セント・ピュア103	846-6399
	11 居宅介護支援事業所らーみあ(休止中)	0872003231	この宮3-3-2ウエストアール101	859-8801
	12 居宅プランセンター煌	0872002936	この宮2-7-2サンシティ色川101号室	879-9266
	13 おはなりハ ケアマネステーション	0872003322	春日3-12-3スクロパレス河村202号室	879-8828
	14 ケアプランセンター華林 つくば営業所	0872003389	高野台2-11-6ソレアドTSUKUBA101	886-3987
	訪問介護	15 つくば介護サービス	0872001763	中内56-8
16 つくば介護サービスこころ*		0872000930	松代1-16-13ジャンデバステークB-101号室	860-3501
17 セントケアつくば南		0871100301	高野台2-11-6ソレアド・TSUKUBA104	839-5561
18 医療法人善心会 訪問介護ステーション つくば*		0872002886	手代木302-2・2階	836-6553
19 ふきのとうつくば		0872003025	この宮3-10-3セント・ピュア103	846-6309
20 指定訪問介護事業所 アイランド		0872003124	東新井14-8東新井吉田ビルII201	828-7401
21 医心館 訪問介護ステーションつくば		0872003355	学園の森3-12-9	828-7321
22 医心館 訪問介護ステーションつくばII		0872003413	この宮1-12-1	886-8525
*通院等乗降介助の届出あり				
訪問看護	23 訪問看護ステーションあやめつくば	0862090172	高野台2-13-75	839-3650
	24 ルイータ訪問看護ステーション	0862090198	この宮3-3-2ウエストアール101	859-8801
	25 WADE WADE 訪問看護ステーションつくば	0862090263	この宮1-24-36サンライフこの宮102	897-3090
	26 医心館 訪問看護ステーションつくば	0862090289	学園の森3-12-9	828-7321
	27 医心館 訪問看護ステーションつくばII	0862090313	この宮1-12-1	886-8525
訪問入浴介護	28 ウイズ訪問入浴介護事業所	0872002274	高野台2-12-2グリーンパレス 高野台105号	879-5822
	29 医療法人善心会 訪問入浴サービスステーションつくば	0872002894	手代木302-2・2階	836-6557
訪問リハビリテーション	30 医療法人成島クリニック 訪問リハビリテーション糸車	0872002928	館野363-2	839-2170
通所介護	31 ケアパートナーつくば	0872000955	高野台3-5-1	839-0311
	32 新つくばホームデイサービスセンター	0872000369	学園の森3-29-2	856-4472
	33 新つくばホームデイサービスセンター新館	0872001102	学園の森3-29-2	856-4477
	34 燈杜リハビリセンター	0872002647	西平塚318-1	863-6886
	35 ケアステーションあさひつくば	0872002159	研究学園4-4-13	848-5170
	36 松代ケアセンターそよ風	0872002365	松代4-8-2	850-3715
	37 デイサービスセンターはなみずき	0872002431	下原525-1	896-3022
	38 デイサービスセンターさとのこハウス学園中央	0872002381	東新井25-2	850-3878
	39 デイサービス 糸車	0872002878	館野363-2	845-3421
短期入所生活介護	40 特別養護老人ホーム新つくばホーム	0872000203	学園の森3-29-2	856-4477
	41 松代ケアセンターそよ風	0872002365	松代4-8-2	850-3715
	42 ショートステイはなみずき	0872002415	下原525-1	896-3022
	43 特別養護老人ホーム新つくばホーム新館	0872090014	学園の森3-29-2	856-4477
特定施設入居者生活介護	44 介護有料老人ホーム サンシャインつくばリゾート	0872003264	手代木1932	893-5551
福祉用具貸与	45 (株)フロンティアつくば営業所	0872003348	東新井20-10	850-0885
特定福祉用具販売事業所	46 (株)フロンティアつくば営業所	0872003348	東新井20-10	850-0885
介護老人福祉施設	47 特別養護老人ホーム新つくばホーム	0872000203	学園の森3-29-2	856-4477
	48 特別養護老人ホームはなみずき	0872002407	下原525-1	896-3022
	49 特別養護老人ホーム新つくばホーム新館	0872090014	学園の森3-29-2	856-4477
地域密着型通所介護	50 デイサービスゆとりえ春日	0872002522	春日2-32-11	879-7333
*地域密着型サービス				
認知症対応型通所介護	51 デイサービス美桜	0892000043	小野川10-12	855-9595
*地域密着型サービス				
認知症対応型 共同生活介護	52 グループホーム美桜	0872000807	小野川10-12	861-8661
	53 グループホームいっしん館つくば	0892000019	上原23	839-5025
*地域密着型サービス				
地域密着型介護老人福祉施設 入所者生活介護	54 地域密着型特別養護老人ホームはなみずきサテライト	0892000282	下原338-1	846-6071
*地域密着型サービス				

谷田部西圏域

	事業所名	事業所番号	所在地	電話番号
地域包括支援センター	1 谷田部西地域包括支援センター	0802000059	上横場2290-9	893-3170
居宅介護支援	2 みなみつくば会居宅介護支援事業所	0872001433	谷田部6107-1	836-6617
	3 居宅介護支援事業所アイリスコート	0872000922	上横場429-1	839-3131
	4 指定居宅介護支援事業所そよかぜ	0872000120	上横場2573-1	836-7991
	5 居宅介護支援センターみどりの	0872001532	台町2-4-1	836-3635
	6 指定居宅介護支援事業所もみじ	0872000013	下河原崎西原729-1	847-7807
	7 けあぶらん木の花さくや	0872002175	鬼ヶ窪1212-11	828-7120
	8 居宅介護支援事業所ケアサポートやたべ	0872001904	境田148-24	836-8809
	9 居宅介護支援事業所ゆう	0872003397	みどりの1-14グランドパレスNS-10-307号室	828-4283
	訪問介護	10 ケアサポートやたべ*	0872001300	境田148-24
11 訪問介護ステーションみどりの		0872001524	台町2-4-1	836-3635
12 訪問介護いっしんつくば		0872002712	台町2-5-2	869-9751
13 コンフォートつくば訪問介護事業所		0872002530	台町2-3-10	875-5656
14 ニチケアセンターつくばみどりの		0872003215	みどりの2-31-7	839-2106
*通院等乗降介助の届出あり				
訪問入浴介護	15 アースサポートつくば	0872002043	みどりの1-31-7	839-9500
	16 アサヒサンククリーン在宅介護センターつくば	0872002951	島名2298 諏訪C12-9)X-STAGE101号室	836-3551
訪問看護	17 訪問看護ステーションそよかぜ	0862090040	上横場2573-1	836-1932
	18 在宅看護センターゆう	0862090164	みどりの1-14グランドパレスNS-10-307	828-4283
	19 訪問看護ステーションよつば	0862090271	谷田部4037-9	875-9686
	20 訪問看護・リハビリステーション ヘルスコア	0862090305	諏訪C21街区3画地	886-9077
	21 みんなのかかりつけ訪問看護ステーションつくば	0862090321	みどりの1-14グランドパレスNS10-407	875-6638
	22 訪問看護ステーション ハイク	0862090339	二の宮2-5-1吉春ビルIII-301	875-5660
訪問リハビリテーション	23 一般財団法人筑波薗仁会筑波学園病院訪問リハビリテーション	0872001706	上横場2573-1	836-7992
	24 プレミアール元気館訪問リハビリテーション	0872003090	谷田部6107-1	838-1919
通所介護	25 デイサービスセンターアイリスコート	0872000872	上横場429-1	839-3131
	26 はッピーデイサービスセンター	0872002076	谷田部4377-2	837-1137
	27 指定居宅サービス事業所もみじ	0872000310	下河原崎西原729-1	847-4081
	28 デイサービスここいち谷田部	0872002225	台町2-5-2	869-9751
	29 コンフォートつくばデイサービス	0872002555	台町2-3-10	875-5656
通所リハビリテーション	30 介護老人保健施設プレミアール元気館	0852080076	谷田部6107-1	838-1919
	31 介護老人保健施設そよかぜ	0852080027	上横場2573-1	836-0517
短期入所生活介護	32 ショートステイアイリスコート	0872000864	上横場429-1	839-3131
	33 指定居宅サービス事業所もみじ(小規模生活単位型短期入所生活介護)	0872001409	下河原崎西原729-1	848-3317
	34 ショートステイ木の花さくや	0872001797	鬼ヶ窪1212-11	828-7061
	35 トランス田村ショートステイ	0872002688	上横場2290-9	893-3126
短期入所療養介護	36 介護老人保健施設プレミアール元気館	0852080076	谷田部6107-1	838-1919
	37 介護老人保健施設そよかぜ	0852080027	上横場2573-1	836-0517
福祉用具貸与事業所	38 (株)幸和義肢研究所	0872000443	大白碓341-1	875-7627
特定福祉用具販売事業所	39 (株)幸和義肢研究所	0872000443	大白碓341-1	875-7627
特定施設入居者生活介護	40 サンシャイン・ヴィラつくば倶楽部	0872001862	谷田部6107-2	875-5151
介護老人福祉施設	41 特別養護老人ホームアイリスコート	0872000856	上横場429-1	839-3131
	42 特別養護老人ホーム木の花さくや	0872001789	鬼ヶ窪1212-11	828-7061
介護老人保健施設	43 介護老人保健施設プレミアール元気館	0852080076	谷田部6107-1	838-1919
	44 介護老人保健施設そよかぜ	0852080027	上横場2573-1	836-0517
地域密着型通所介護	45 デイサービス自然の家	0872001169	観音台1-11-1	839-4165
	46 サンシャインデイサービスセンター	0872001755	谷田部6107-14	838-5900
	47 デイサービスセンターVIVIDつくば	0872002456	島名808-1	895-2140
	48 トランス田村デイサービスセンター	0872002704	上横場2290-9	893-3126
	49 でいさ〜びす木の花さくや	0872002837	鬼ヶ窪1212-11	828-7062
	50 リハビリ特化型デイサービス ヘルスコア	0892000324	諏訪C21-3	886-9077
*地域密着型サービス				
小規模多機能型居宅介護	51 ケアサポート田村	0892000100	上横場2290-6	839-1510
*地域密着型サービス				
認知症対応型 共同生活介護	52 グループホームいちさと	0872000906	柳橋122-8	836-2000
	53 グループホームたんぼぼ	0872000948	谷田部3393-1	839-5200
	54 グループホーム自然の家	0872001177	観音台1-11-1	839-4165
	55 グループホーム筑水苑	0872005012	谷田部6107-1	839-5558
*地域密着型サービス				
地域密着型介護老人福祉施設 入所者生活介護	56 トランス田村	0892000191	上横場2290-9	893-3126
*地域密着型サービス				

桜圏域

	事業所名	事業所番号	所在地	電話番号
地域包括支援センター	1 桜地域包括支援センター	0802000075	大角豆1806-3	886-3886
居宅介護支援	2 アイシーネット介護センター	0872000518	柴崎1055	896-5300
	3 ケアプランセンター長寿館	0872000591	大角豆1807-1	855-0184
	4 つくばの杜指定居宅介護支援事業所	0872000104	吉瀬1017-1	857-8666
	5 居宅介護支援事業所野の花	0872001508	上ノ室760-1-101	850-6284
	6 指定居宅介護支援事業所ほほえみ	0872001250	横町498-1	850-6137
	7 筑波メディカルセンター居宅介護支援事業所	0872000039	天久保1-1-1	855-6505
	8 ケアプランことり	0872002357	上ノ室760-1	886-9822
	9 市民の森つくば居宅介護支援事業所	0872002795	吾妻3-7-17サテライトハウス筑波学園204	886-7787
	10 居宅介護支援事業所 桜華	0872003199	柴崎79-2	886-9700
	11 市民の森なみき居宅介護支援事業所	0872003249	並木4-4-2-104並木ジョッキングセンター内	846-6305
	訪問介護	12 アイシーネット介護センター*	0872000518	柴崎1055
13 指定訪問介護事業所愛の手		0873800684	上ノ室2096-1	863-5052
14 ニチケアセンターつくば		0872000179	千現1-17-28千現ビル0102号室	861-7751
15 ホームヘルプサービスうちね*		0872000245	上ノ室2439	857-7399
16 訪問介護事業所ことり		0872002399	上ノ室760-1	886-9822
17 訪問介護のリハビリ		0872001698	大角豆2012-715	855-4461
18 さくら介護サービス		0872001730	栗原815-1	857-3145
19 ワクセイ訪問介護事業所		0872003066	梅園2-5-3梅園スクエアA棟101	050-5809-5809
*通院等乗降介助の届出あり				
訪問看護	20 医療法人社団桜水会訪問看護ステーション	0862090032	大角豆1745-5	856-0777
	21 筑波メディカルセンター訪問看護ふれあい	0862090024	天久保1-1-1	855-9708
	22 ビーンズ訪問看護ステーション	0862090081	大角豆2012-247	850-3913
	23 市民の森訪問看護ステーションつくば	0872002613	吾妻3-7-17サテライトハウス筑波学園2階204	893-3607
	24 う・た・し	0862090222	梅園2-33-25	828-4406
	25 医療法人社団せせらぎ せせらぎの森訪問看護ステーション	0862090206	大角豆2012-72	896-6633
	26 ロンフィール訪問看護リハビリステーション	0862090255	梅園2-2-18アーバンクレストM102	828-4625
	27 訪問看護ステーション あやめつくば東	0862090297	上ノ室97-1上ノ室テナント101号室	893-5775
通所介護	28 デイサービス花室長寿館	0872000476	大角豆1807-1	854-8228
	29 アイシーネットさくらデイサービスセンター	0872001847	柴崎1055	896-5300
	30 デイサービスビーンズリハビリセンター	0872001995	大角豆2012-247	850-3914
	31 デイサービスセンター オアシス	0872003116	上ノ室1583	896-3776
	32 からだはうすあゆら	0872003173	上ノ室255-1	893-3155
	33 デイサービスさくら	0872003108	春風台40-6	828-7316
	34 グッド・デイサービスつくば花室	0872003140	花室493-1	875-5566
	35 流星台ケアセンター そよ風	0872003207	流星台3-7	863-5020
短期入所生活介護	36 特別養護老人ホームつくばの杜	0872000211	吉瀬1017-1	857-8666
	37 流星台ケアセンター そよ風	0872003207	流星台3-7	863-5020
	38 ショートステイ桜華	0872003223	柴崎79-2	886-9700
福祉用具貸与事業所	39 アイシーネット介護センター	0872000518	柴崎1055	896-5300
	40 (株)さくら薬局福祉用具センター	0872001672	大角豆1741-2	863-3281
	41 ダスキンヘルスレント茨城南ステーション	0870300951	栗原2313	828-7773
	42 (株)ランド・プラン	0872001920	吾妻3-7-1	855-5175
	43 あうるケア	0872003371	栄332-1ケイハウス101	896-5191
特定福祉用具販売事業所	44 アイシーネット介護センター	0872000518	柴崎1055	896-5300
	45 (株)さくら薬局福祉用具センター	0872001672	大角豆1741-2	863-3281
	46 ダスキンヘルスレント茨城南ステーション	0870300951	栗原2313	828-7773
	47 (株)ランド・プラン	0872001920	吾妻3-7-1	855-5175
48 あうるケア	0872003371	栄332-1ケイハウス101	896-5191	
介護老人福祉施設	49 特別養護老人ホームつくばの杜	0872000211	吉瀬1017-1	857-8666
地域密着型通所介護	50 デイサービスうちね	0872001128	上ノ室2439	857-7399
	51 指定通所介護事業所ほほえみ	0872001243	横町498-1	850-6136
	52 つくばの杜指定通所介護事業所	0872000294	吉瀬1017-1	857-8666
	53 レコードブックつくば竹園	0892000266	竹園2-18-4 101号	893-3236
	54 ウェルネスクラブ桜	0892000316	柴崎1054	896-5300
*地域密着型サービス				
小規模多機能型居宅介護	55 楓	0892000134	上広岡503-11	875-4571
*地域密着型サービス				
認知症対応型共同生活介護	56 グループホームほほえみ	0892000068	横町498-1	850-6144
	57 グループホーム楓	0872000963	上広岡503-8	857-8255
*地域密着型サービス				
地域密着型介護老人福祉施設入所者生活介護	58 地域密着型特別養護老人ホーム桜華	0892000308	柴崎79-2	886-9700
*地域密着型サービス				

荊崎圏域

	事業所名	事業所番号	所在地	電話番号
地域包括支援センター	1 荊崎地域包括支援センター	0802000042	下岩崎2068	886-9500
居宅介護支援	2 介護保険センターくきの里	0872000658	上岩崎1845-27	840-1169
	3 つくば双愛居宅介護支援事業所	0872000666	高崎1008	873-2771
	4 あずみ苑高見原	0872001623	高見原2-10-77	878-5121
	5 指定居宅介護支援事業所大地と大空	0872002035	稲荷原1241-1	879-8102
	6 コミュニティガーデンつくば居宅介護支援センター	0872002480	西大井1733-33	896-6031
	7 ケアプランセンターぬくもり	0872003330	森の里97-1	876-3673
	訪問介護	8 フクタク	0872003405	西大井1710-332
訪問看護	9 医療法人社団双愛会訪問看護ステーションくきざき	0862090065	高崎1008	870-1771
	10 フォレスト訪問看護ステーション	0862090248	高見原1-1-210 103号	875-8987
通所介護	11 デイサービスセンターくきの里	0872000716	上岩崎1845-27	840-1131
	12 あずみ苑高見原	0872001623	高見原2-10-77	878-5121
	13 コミュニティガーデンつくば	0872002738	西大井1733-33	896-6031
	14 デイサービス ココカラ	0872003017	高崎1797-9	869-8315
	15 湯田接骨院で介護予防*	08A2000016	高見原4-5-1	828-5673
*基準緩和型通所サービス				
通所リハビリテーション	16 通所リハビリテーション雅	0872000724	高崎1008	871-7860
短期入所生活介護	17 特別養護老人ホームくきの里	0872000708	上岩崎1845-27	840-1131
	18 あずみ苑高見原	0872001623	高見原2-10-77	878-5121
	19 特別養護老人ホーム大地と大空	0872002050	稲荷原1241-1	879-8101
短期入所療養介護	20 介護老人保健施設ひまわり	0852080084	高崎1008	871-5749
福祉用具貸与	21 フローラつくば	0872003363	樋の沢200-1	886-7566
特定福祉用具販売事業所	22 フローラつくば	0872003363	樋の沢200-1	886-7566
介護老人福祉施設	23 特別養護老人ホームくきの里	0872000708	上岩崎1845-27	840-1131
	24 特別養護老人ホーム大地と大空	0872002050	稲荷原1241-1	879-8101
介護老人保健施設	25 介護老人保健施設ひまわり	0852080084	高崎1008	871-5749
認知症対応型共同生活介護	26 グループホームいちようの木	0872005004	上岩崎835-6	840-1050
	27 グループホームあおぞら六斗	0892000225	六斗1012-3	876-8777
*地域密着型サービス				
地域密着型介護老人福祉施設入所者生活介護	28 ユニット型特別養護老人ホームいちようの木	0892000209	上岩崎834	875-6013

*地域密着型サービス

●●● 多種職連携のためのツールと情報 ●●●



住み慣れた地域で、自分らしい暮らしを人生の最期まで続けることができるよう、つくば市在宅医療・介護連携推進協議会において、連携ツール等を作成しました。市 HP（専用バナー）つくば市在宅医療・介護連携推進事業→専門職向け情報→多職種連携ツールに様式を掲載しています。

（1）在宅医療・介護における本人・家族のための多職種連携で気を付けたいこと 10

（2）退院前情報共有チェックシート

つくば市の医療介護専門職の皆様が、実際に多職種連携で抱える課題を元に作成した医療介護専門職向けのツールです。

（3）つくば市内病院のケアマネ等専門職窓口一覧

ケアマネジャー等の在宅療養を支援する専門職が、医療相談室を有する病院と連携する際の窓口を一覧にしました。

（4）連携タイム

医療と介護の連携を促進するため、医師と連携しやすい時間等を記載した一覧です。日頃の連絡調整の際に活用してください。

（5）訪問歯科診療のできる医療機関（市内）

（6）つくば市近辺の医療相談室

（7）茨城県内精神科病院等一覧

（8）訪問看護ステーション・介護老人福祉施設・グループホーム・介護老人保健施設の特徴一覧

それぞれの施設の対応可能なケアについてまとめました。

☞ 「多職種連携で気を付けたいこと 10」は多職種でより良く連携するためのヒントとしてご活用ください。

☞ 「退院前情報共有チェックシート」は患者様が病院から退院して、スムーズな在宅療養生活をスタートさせることができるように作成した多職種連携のツールです。必ず使わなければならないものではありませんが、状況に合わせチェックリストに記載の内容を目安に退院カンファレンス時には是非ご活用ください。

在宅医療の相談窓口

在宅医療とは、通院が困難な方に対して医師や歯科医師、看護師、薬剤師、リハビリ専門職などが自宅等本人の生活の場に訪問して提供する医療のことです。

○各地域包括支援センター（裏表紙記載）では、現在入院をしておらずかかりつけ医のいない方で在宅医療を検討している方への在宅医療が可能な医療機関の紹介や、医療と介護の連携に関する専門職からの相談をお受けしています。

○在宅歯科医療連携室（029 - 215 - 2176 月～金 9時～17時 祭日・年末年始を除く）茨城県歯科医師会では、歯科医師会館内に「在宅歯科医療連携室」を設置し、要介護高齢者等の自宅に訪問して歯科治療を行う歯科医院を紹介している。

(1) 在宅医療・介護における 本人・家族のための多職種連携で気を付けたいこと 10

1 お互いを尊重し思いやりをもち、ていねいな対応を心がけましょう

- ・職種により立場、制度、関連する法律、必要な情報が異なります。お互いの専門性や各職種の立場を、思いやりをもって理解し、ていねいな対応を心がけましょう。相手に失礼のない身だしなみも大切なエチケットです。
- ・利用者、患者さんに接する時もていねいな対応を心がけましょう。

2 お互いに日常的な情報交換を忘れずに、利用者の情報を共有しましょう

- ・ひとりの利用者に複数の事業所が関わっている場合、他の事業所がどのようにサービス提供しているかお薬手帳やノートなどで情報共有しましょう。『い』『ろ』『は』『に』『す』『めし』に着目して書くとわかりやすくなります。また、利用者の価値観や生き方・治療方針についても共有しましょう。

『い』：移動 『は』：排泄 『す』：睡眠 『ろ』：ふろ 『に』：認知症 『めし』：食事

3 看取りの時は家族の揺れる気持ちを多職種で支えましょう

- ・在宅看取りが近づくと家族の気持ちは大きく揺れます。揺れる気持ちを多職種で理解し、情報共有しながら、利用者や家族を支えましょう。看取りの時期には特に気をつけて、密に情報共有を行いましょ

4 専門用語は使わず、わかりやすい言葉を使いましょう

- ・医療職も介護職も、自分の業種以外の専門用語には慣れていません。専門用語を使わず、わかりやすく、ゆっくり、はっきり説明しましょう。

5 利用者の名前はフルネームで、自分の名前と所属をはっきり伝えましょう

6 どの程度急ぐ用件か考えて連絡しましょう

- ・それぞれ時間が限られた中で仕事をしています。急ぐ用件でなければ、ゆっくり対応出来るとゆとりができます。どの程度急ぐ用件か判断して、医師には「連携タイム」を活用するなどして連絡しましょう。電話の際は、「今お話できますか？」等確認すると良いでしょう。
- ・緊急時も含め担当者不在時の連絡体制は事業所ごとに整理しておきましょう。代理の職員が決定したり、連絡がつく体制を整えておきましょう。

7 医療機関への訪問の前にはアポイントメントをとりましょう<ケアマネ等>

- ・病院には「つくば市内病院のケアマネ等専門職窓口一覧」・クリニック等の医療機関には「つくば連携タイム」を見て連絡を取りましょう。
- ・病院などの医療機関ではアポイントメントのない訪問には、対応しにくい時があります。

8 介護サービス事業所やかかりつけ医師にサービス担当者会議、退院前カンファレンスへの参加の声掛けをしましょう <ケアマネ、退院調整看護師、ソーシャルワーカー>

- ・緊急でない場合の担当者会議はあらかじめ十分な日程調整を行い、出席ができない方に対しては事前に照会をするとともに、「退院前情報共有チェックシート」を参考に準備しておきましょう。なお出席できなかった方への情報提供も行いましょう。退院日のメドを早めにケアマネジャーに知らせましょう。

9 書類は提出日を意識して、ていねいにわかりやすく書きましょう <医師>

- ・書類として、主治医意見書、訪問看護指示書、訪問薬剤指導指示書などがあります。病歴や服薬の状況があると参考になります。

10 緊急を要する症状や状態などをケアマネジャーや訪問看護師へ知らせておきましょう。急変時の連絡先や対応方法なども示しましょう <医師>

(2) 退院前情報共有チェックシート

氏名（ふりがな）		支援者氏名	所属	職種
		1		
		2		
病院 ID	病室番号	3		

年 月 日

《今日話し合うこと（30分目標）》

1 本人・家族の希望と心配

*事前に考えておいてください。

退院に向けて、病院に聞いておきたいこと

ケアマネ等をお願いしたいこと

2 在宅支援者からの質問意見

(ケアマネジャー・ヘルパー等)

- 家の見取り図
- トイレ等の状況
- お風呂の状況
- 主な介護者など

3 緊急時の対応

主治医に連絡が必要な状態やかかりつけ医に相談すること等

緊急時の連絡先（家族、知人、支援者等）

- | | |
|---|-----|
| 1 | TEL |
| 2 | TEL |
| 3 | TEL |

同席の有無 本人・ 家族（ ）

《在宅支援者が知っておきたいこと》

状態像のポイント（入院前・現在の状況の変化等）

ADL改善の余地（有 ・ 困難 ・ 維持等）

移動と移乗、入院中のリハビリテーション

食事の内容と食事介助の方法

排泄

寝具と体位交換、皮膚トラブルの有無

入院中の入浴・保清の方法と頻度

睡眠・更衣・口腔ケア・その他

認知機能・精神面

かかりつけ医師、歯科医師、薬局の有無

必要な医療処置の有無

行なっている医療処置

- ・ 必要な医療器具（インスリン等）・福祉機器はあるか。また、使い方は習得できているか
- ・ 自宅に帰ってから使用する消耗品の有無、具体的購入方法について

介護指導の内容と計画

- ・ 介護・介助方法は習得できているか
- ・ 介護認定（なし・申請中・あり ）
- ・ ケアプラン作成（未 ・ 済）

定時薬と頓用薬

- ・ 必要な定時薬・頓用薬は処方されたか
- ・ 服薬管理（可能・介助が必要）

退院日・退院後の日程

- ・ 退院の日時：
- ・ 外来受診日：

(3) つくば市内病院のケアマネ等専門職窓口一覧（つくば市内医療相談室一覧）

番号	医療機関	〒 所在地 TEL FAX	連携窓口及び担当者 (対応可能な曜日・時間帯)
1	筑波大学附属病院	〒 305-8576 天久保 2-1-1 TEL029-853-3900 (代表)	医療連携患者相談センター TEL029-853-3906 (直通) FAX029-853-3584 月～金 8:30～17:15 土日祝日休み
2	筑波記念病院	〒 300-2622 要 1187-299 TEL029-864-1212 (代表)	医療相談室 FAX029-864-1931 (直通) 月～金 8:30～17:30 土 8:30～12:30 日曜祝日休み
3	筑波メディカルセンター病院	〒 305-8558 天久保 1-3-1 TEL029-851-3511 (代表)	医療福祉相談課 TEL029-852-9078 (直通) FAX029-858-5295 月～金 8:30～17:30 日・祝日休み
4	筑波学園病院	〒 305-0854 上横場 2573-1 TEL0570-03-1355 (代表) FAX029-836-1918 (代表)	患者サポートセンター 外来患者、連携部門へ 入院患者、相談部門へ 月～金 8:30～17:00 土 8:30～12:30 日曜祝日休み
5	とよさと病院	〒 300-2615 田倉 4725 029-847-2631 (代表) 029-847-9581 (認知症疾患医療センター)	医療福祉相談室 TEL 029-847-2631 FAX029-847-9586 月～水、金～土 9:00～16:30 (認知症疾患医療センターは 9:00～16:00) 木曜、日曜、祝日休み
6	いちはら病院	〒 300-3295 大曾根 3681 029-864-0303 (代表)	医療福祉連携室 TEL 029-877-0170 (直通) FAX029-877-0377 月～土 8:30～17:30 日曜祝日休み
7	筑波病院	〒 305-0043 大角豆 1761 TEL029-855-0777 FAX029-855-6939	医療相談室 月～金 9:00～17:30 土 9:00～12:00 日・祝日休み
8	荃崎アオイ病院	〒 300-1253 天宝喜 714-1 TEL029-871-7777 (代表) FAX029-871-8111	医療相談室 (有井、三浦) 月～金 9:00～17:30 土日祝日休み
9	つくば双愛病院	〒 300-1245 高崎 1008 TEL029-873-2511 (代表)	医事課または地域医療連携室 FAX029-873-5268 (直通) 月～金 8:30～17:30 土 8:30～12:30 日・祝日休み
10	筑波胃腸病院	〒 300-1252 高見原 1-2-39 TEL029-874-3321 FAX029-871-4549	医療相談係 水曜日、土曜日 祝日以外 8:30～17:30
11	筑波中央病院	〒 300-4231 北条 5118 TEL029-867-1211 (代表) FAX029-867-1213 (代表)	医療相談室 月～金 8:30～17:00 土 8:30～12:30 日・祝日休み
12	宮本病院	〒 300-4231 北条 1015 TEL029-867-0631 (代表) FAX029-869-7313 (代表)	病棟看護師 TEL 029-867-0631 (代表) 月～金 8:30～17:00 土 8:30～12:30 日・祝日休み

居宅サービス計画、照会等 対応窓口	入院時の情報提供窓口 (対応可能な時間帯)	退院時の情報提供窓口 (対応可能な時間帯)	備考
郵送にて 医療連携患者相談センター 宛て	持参の場合：ご家族に確認の上病棟 郵送の場合：医療連携患者相談センター FAXの場合：医療連携患者相談センター (029-853-3584)	・医療連携患者相談センター ・各入院病棟等（主に患者の 疾患に関すること、代表に TEL)	
筑波記念病院 外来受付宛	医療相談室 退院支援看護師・ソーシャルワーカー 又は入院病棟看護師（萩谷） 月～金 9:00～17:00	医療相談室 退院支援看護師・ソーシャル ワーカー 月～金 9:00～17:00	
持参：外来受付 診断書係 郵送：外来受付 診断書係	持参：ご家族に確認の上、病棟 郵送：医療福祉相談課 FAX：医療福祉相談課 (029-858-5295)	・医療福祉相談課 ・退院支援調整看護師（代表 TEL） ・各入院病棟等（代表 TEL）	
文書での照会は、医事外来課文書担当 者へ郵送（持参の場合、総合受付へ） 居宅サービス計画書 入院患者 FAXの場合、患者サポート センター 相談部門へ (直通FAX 029-836-9609) 持参の場合、各病棟へ 外来患者 FAXの場合、患者サポート センター 連携部門へ (直通FAX029-836-1945) 持参の場合、患者サポートセンター 連 携部門または相談部門へ	FAXの場合、患者サポートセンター 相 談部門へ（直通FAX029-836-9609） 持参の場合、各病棟へ 月～金 8:30～17:00 土 8:30～12:30 日曜祝日休み	FAXの場合、患者サポートセ ンター 相談部門へ (直通FAX029-836-9609) 持参の場合、各病棟へ 月～金 8:30～17:00 土 8:30～12:30 日曜祝日休み	外来患者、患者サポートセ ンター 連携部門へ TEL029-836-1945 (直通) FAX029-836-1655 (直通) 入院患者、患者サポートセ ンター 相談部門へ TEL029-836-9585 (直通) FAX029-836-9609 (直通) 文書作成（訪問看護指示 書・訪問リハビリ・軽度者 への福祉用具貸与確認申 請書等）は医事外来課文 書担当者へ郵送してくださ い。
持参・郵送・FAX 医療福祉相談室宛て	医療福祉相談室 9:00～16:30	医療福祉相談室 9:00～16:30	
持参・郵送・FAX 医療福祉連携室宛て	医療福祉連携室 8:30～17:30	医療福祉連携室 8:30～17:30	
医療相談室	・医療相談室 ・病状に関することは入院病棟看護師 (代表に TEL)	・医療相談室 ・病状に関することは入院病棟 看護師（代表に TEL)	
医事課 FAX029-873-5268	医療相談室 (有井、三浦) 9:00～17:30	医療相談室 (有井、三浦) 9:00～17:30	
	病棟看護師 FAX029-873-5268 面談を希望される場合は事前連絡を お願いします。	病棟看護師 または地域医療連携室	
	病棟クラーク 8:30～17:30	病棟クラーク 8:30～17:30	
医療相談室 月～金 8:30～17:00 土 8:30～12:30 日・祝日休み	病棟看護師 (太田) 8:30～17:00	病棟看護師 8:30～17:00	
	病棟看護師 TEL 029-867-0631 (代表) 月～金 8:30～17:00 土 8:30～12:30 日・祝日休み	病棟看護師 TEL 029-867-0631 (代表) 月～金 8:30～17:00 土 8:30～12:30 日・祝日休み	

(4) つくば連携タイム一覧(訪問・在宅医療を実施しているクリニック)

支援診(強化型)◎	医療機関 (医師名)	平時に医師が対応できる時間帯 (目安)	休診日	連絡先(優先★)				窓口 対応者名
				所在地	電話	FAX	メールアドレス	
1 ○	青空ホームクリニック 鯨井 正規	月 9:00~18:00	土日祝日	春日 2-3-17	★875-4804	896-8850		泉谷
		火 9:00~18:00						
		水 9:00~18:00						
		木 9:00~18:00						
		金 9:00~18:00						
		土 日						
2 ○	あつしクリニック 廣瀬 敦	月 13:00~14:00	水曜午後、 土曜午後、 日曜、祝日	田水山 975	★850-7878	850-7077		
		火 13:00~14:00						
		水						
		木 13:00~14:00						
		金 13:00~14:00						
		土 日						
3 ○	飯岡 医院 飯岡 幸夫	月 9:00~13:00 15:00~18:00	木曜午後、 土曜午後、 日曜、祝日	桜 3-20-2	857-7526	★857-8535		事務 中山
		火 9:00~13:00 15:00~18:00						
		水 9:00~13:00 15:00~18:00						
		木 9:00~13:00						
		金 9:00~13:00 15:00~18:00						
		土 9:00~13:00						
4 ○	飯田 医院 片野 素信	月 9:00~12:30 14:00~18:00	水曜、日曜、 祝日	沼田 101	★866-0025	866-0360		
		火						
		水						
		木 9:00~12:30 14:00~18:00						
		金 9:00~12:30 14:00~18:00						
		土 9:00~15:00						
5 ○	飯村 医院 飯村 康夫	月 9:00~17:00	水曜午後、 日曜、祝日	北条 4326-2	★867-0068	867-3626		事務 橋本
		火 9:00~17:00						
		水 9:00~12:00						
		木 9:00~17:00						
		金 9:00~12:00						
		土 9:00~17:00						
6 ○	池野 医院 池野 美恵子	月	水曜、祝日、 (土・日の午後)	高野台 2-16-8	★838-2700	838-0680		佐藤
		火						
		水						
		木						
		金						
		土 日						
7 ○	大野 医院 大野 博之	月 9:00~18:00	日、祝日	島名 634	★848-0888	848-1815		
		火 9:00~18:00						
		水 9:00~18:00						
		木 9:00~18:00						
		金 9:00~18:00						
		土 9:00~13:00						
8 ○	岡田 医院 岡田 拓郎	月 11:30~13:00	水(午前)、 木、日曜日	上ノ室 1611	★857-2132	857-2132		岡田 留美子
		火 11:30~13:00						
		水 14:00~15:00						
		木						
		金 11:30~13:00						
		土 日						
9 ○	小倉 医院 小倉 正徳	月 8:30~11:00 15:30~17:00	水曜、日曜、 祝日、 土曜午後	沼田 181	★866-0108	866-2777		
		火 8:30~11:00 15:30~17:00						
		水						
		木 8:30~11:00 15:30~17:00						
		金 8:30~11:00 15:30~17:00						
		土 日						
10 ○	小田内科クリニック 有田 圭介	月 11:30 15:30~16:30	木曜、日曜、 祝日	小田 2951-5	★867-2471	867-2470	odanaika1@flute. ocn.ne.jp	社会福祉士 古徳祥子
		火 11:30 15:30~16:30						
		水 11:30 15:30~16:30						
		木						
		金 11:30 15:30~16:30						
		土 10:00						
11 ○	楓クリニック 端山 幹大	月 12:00~14:00	水曜、日曜、 祝日	上広岡 503-1	896-4575	★896-4576		
		火 12:00~14:00						
		水						
		木 12:00~14:00						
		金 12:00~14:00						
		土 日						

在宅医療の取り組み(対応可○、対応不可×、応相談△)													在宅医療診療内容										その他 (専門職へのメッセージ等)	
訪問診療	外来かかりつけ 患者の往診	夜間休日の 緊急連絡	夜間休日の 往診	主治医意見書	訪問看護 指示書	カンファレンス 参加	退院前 カンファレンス 参加	担当者会議の 参加	サード サービス 参加	褥瘡管理	カテーテル	経管栄養	人工呼吸器	在宅酸素	在宅中心 静脈栄養	点滴の管理	人工肛門の管理	人工膀胱の管理	疼痛管理	モニター測定	終末期医療の 対応			
○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	・基本的にいつでも可。診療所にお電話ください。 診察中などの場合は折り返します。連絡は診療 所に下されば対応は致します。 ・緊急往診・夜間・休日対応はかかりつけ患者 のみ
○	○	○	△	○	○	△	△	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	
○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	・退院前カンファレンスの参加は事前に連絡要
○	○	○	△	○	○	△	△	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	・まずはお電話にてご連絡ください。
○	○	○	○	○	○	△	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	・電話又は FAX で御連絡ください。
○	△	×	×	○	○	×	×	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	・まずはお電話にてご連絡ください。
×	○	○	△	○	○	△	△	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	
○	○	×	×	○	○	△	△	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	・ガン終末期の在宅緩和ケア、ご相談にのります。
○	×	○	×	○	×	△	×	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	

	支援診療(強化型)◎	医療機関 (医師名)	平時に医師が対応できる時間帯 (目安)	休診日	連絡先(優先★)				窓口 対応者名
					所在地	電話	FAX	メールアドレス	
12		川井クリニック 山崎 勝也 高橋 昭光 川井 紘一	月 12:30~13:00 火 12:30~13:00 水 木 12:30~13:00 金 12:30~13:00 土 日	水曜、日曜、 祝日	東平塚 715-1	854- 1881	854- 1883	★ info@kawai-clinic. com	
13	○	木村クリニック 木村 郁夫	月 12:00~14:30 火 12:00~14:30 水 12:00~14:30 木 金 12:00~14:30 土 12:00~14:30 日	木曜、日曜、 祝日	作谷 1125	869- 1211	★869- 1270		
14	○	研究学園クリニック 新澤 岳	月 9:00~12:00 15:30~18:30 火 9:00~12:00 15:30~18:30 水 木 9:00~12:00 15:30~18:30 金 9:00~12:00 15:30~18:30 土 9:00~12:00 日	水曜、 土曜午後、 日曜、祝日	つくば市研究 学園 5 丁目 12 番地 4 研究学園駅 前岡田ビル 5F	★860- 5355	860- 5356		後藤 千幸
15	○	こだま在宅クリニック 児玉 智之	月 9:00~18:00 火 9:00~18:00 水 9:00~18:00 木 金 9:00~18:00 土 9:00~18:00 日	木曜、日曜、 祝日	筑穂 2-7-1 ポヌール・ リュミエール I-101	★896- 3760	896- 3765	kodamazaitaku@ gmail.com	児玉 智之
16	○	こまつ内科クリニック 小松 義成	月 15:00~17:30 火 15:00~17:30 水 15:00~17:30 木 金 15:00~17:30 土 15:00~17:30 日	木曜、日曜、 祝日	上横場 1178-1	838- 2400	★838- 2410		事務 下原
17		こもればクリニック 寺島 範明	月 12:30~14:00 17:00~18:00 火 12:30~14:00 17:00~18:00 水 12:30~14:00 17:00~18:00 木 金 土 日	木曜、金曜、 隔週土曜午後、 日曜、祝日	手代木 302-2	★836- 8815	836- 8816		
18	○	酒寄医院 酒寄 修	月 9:00~18:00 火 9:00~18:00 水 木 9:00~18:00 金 9:00~18:00 土 日		国松 855-2	866- 0106	★850- 8090		
19	○	さくら内科・呼吸器内科 クリニック 石川 昌英	月 9:00~12:30 15:00~19:00 火 9:00~12:30 15:00~19:00 水 9:00~12:30 木 9:00~12:30 15:00~19:00 金 9:00~12:30 15:00~19:00 土 9:00~12:30 日	水曜午後、 土曜午後、 日曜、祝日	桜 2-15-1	869- 8090	★869- 8091		
20	○	サンシャイン・クリニック 金丸 修三	月 9:00~11:30 15:00~16:30 火 9:00~11:30 16:00~17:30 水 9:00~11:30 15:00~16:30 木 金 9:00~11:30 15:00~16:30 土 9:00~11:30 日	木・土の午後、 日曜、 木曜午前は 整形外科のみ	谷田部 6107-14	★839- 3333	838- 5801		事務 土田
21	○	柴原医院 柴原 健	月 9:00~12:30 14:00~17:00 火 9:00~12:30 水 9:00~12:30 14:00~17:00 木 9:00~12:30 金 9:00~12:30 14:00~17:00 土 9:00~12:30 14:00~17:00 日	火・木午後、 日曜	吉沼 1151	★865- 0511	865- 1123		
22		渋谷クリニック 渋谷 進	月 9:00~12:00 15:00~18:00 火 9:00~12:00 15:00~18:00 水 木 9:00~12:00 15:00~18:00 金 9:00~12:00 15:00~18:00 土 9:00~12:00 15:00~18:00 日	水曜、日曜、 祝日	金田 2029-1	863- 5252	★863- 5321		

在宅医療の取り組み(対応可○、対応不可×、応相談△)											在宅医療診療内容											その他 (専門職へのメッセージ等)
訪問診療	外来かかりつけ 患者の往診	夜間休日の 緊急連絡	夜間休日の 往診	主治医意見書	訪問看護 指示書	カンファレンス 参加	退院前 カンファレンス 参加	サービス 担当者会議の 参加	褥瘡管理	膀胱留置 カテーテル	経管栄養	人工呼吸器	在宅酸素	在宅中心 静脈栄養	点滴の管理	人工肛門の管理	人工膀胱の管理	疼痛管理	モニタリング測定	終末期医療の 対応		
×	×	○	×	○	○	△	△														・かかりつけ患者のみ対応	
○	○	○	○	○	○	△	△	○	○				○		○				○	○		
○	○	△	△	○	○	△	×	○	○	○			○	○	○	○			○		・当院にかかりつけの患者さんのみの対応となります。	
○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○			○	○	○	○	○	○	○	○	・ご相談はお電話でお願いします。 ・サービス担当者会議はできるだけ参加します。	
×	△	△	×	○	○	×	×															
○	○	△	△	○	○	△	△	○	○	○			○	○	○				○		・サービス担当者会議は自院であれば参加可能 (ただし、日程等、応相談) ・初回相談は、まずはお電話下さい。	
○	○	○	△	○	○	△	○	○	○	○			○		○	○	○	○	○	○	・訪問診療は月、火、木、金の午後実施しています。	
△	×	×	×	○	○	△	△		○				○									
○	○	○	△	○	○	×	△		○				○						○	○	・診療内容の褥瘡の管理、経管栄養、在宅中心 静脈栄養、点滴の管理、人工肛門の管理、疼痛 管理については応相談。	
△	△	×	×	○	○	×	×	○					○								○	

支援助診(強化型)◎	医療機関 (医師名)	平時に医師が対応できる時間帯 (目安)	休診日	連絡先(優先★)				窓口 対応者名
				所在地	電話	FAX	メールアドレス	
23 ○	紫峰の森クリニック 田中 康雄	月 9:00~12:00 14:00~17:00	日、祝日	島名 472-1	848-2348	★847-5015		事務古谷
		火 9:00~12:00 14:00~17:00						
		水 9:00~12:00 14:00~17:00						
		木 9:00~12:00 14:00~17:00						
		金 9:00~12:00 14:00~17:00						
		土 8:40~12:00 12:40~14:00						
24	仁愛内科医院 黄 勝世	月 9:00~11:00 14:00~17:00	金曜日、祝日	小野崎 785-1	★855-4577	855-4577		
		火 9:00~11:00 14:00~17:00						
		水 9:00~11:00 14:00~17:00						
		木						
		金						
		土						
25	鈴木医院 鈴木 仁	月 16:00	木曜、日曜、祝日	栗原 757	★857-2058	857-2906		
		火 16:00						
		水 16:00						
		木						
		金 16:00						
		土 16:00						
26 ◎	ストレスケアつくばクリニック 岡本 慎吾	月	水曜、日曜、祝日	竹園 1-4-1	★863-2888	863-2700	info@s-tsukuba.com	片岡
		火						
		水						
		木						
		金						
		土						
27 ○	せせらぎ在宅クリニック 清水 亨	月 8:30~18:00	土、日、祝日	大角豆 2012-72	886-5959	886-5958	★info@seseragicl.com	事務松本
		火 8:30~18:00						
		水 8:30~18:00						
		木 8:30~18:00						
		金 8:30~18:00						
		土						
28	竹園眼科 中里 啓子	月 15:00~16:00	水曜、土曜の午後、日、祝日	竹園 3-18-3 竹園ショッピングセンター F棟 3階	★851-5000	851-5726		
		火 15:00~16:00						
		水 15:00~16:00						
		木 15:00~16:00						
		金 15:00~16:00						
		土						
29	竹園ファミリークリニック 松本 隆之	月 16:30	水、日、祝日	竹園 2-8-19	★851-4635	851-3866		事務石川
		火						
		水 16:30						
		木						
		金 16:30						
		土						
30 ○	つくば心臓血管内科メイクリニック 呉 龍梅	月 13:00~14:30	木曜、土曜午後、日曜、祝日	下広岡 1055-280	★869-5480	869-5481		大関
		火 13:00~14:30						
		水 13:00~14:30						
		木						
		金 13:00~14:30						
		土						
31 ○	つくば双愛病院 青柳 啓之	月 14:00~15:30	水曜、土曜、日曜	高崎 1008	873-2511	★872-3820		看護師大石
		火 14:00~15:30						
		水						
		木						
		金 14:00~15:30						
		土						
32	つくば白亜クリニック 飯泉 一世	月 9:00~12:00 16:00~19:00	火曜午後、水曜、土曜午後、日曜午後、祝日	みどりの 2-40-2	★837-0208	838-2295		大野一生
		火 9:00~12:00						
		水 9:00~12:00 16:00~19:00						
		木 9:00~12:00 16:00~19:00						
		金 9:00~12:00 16:00~19:00						
		土 9:00~12:00						
33	つくばハートクリニック 久保山 修	月 12:00~13:00 17:00~18:00	水曜、日曜、祝日	高見原 1-7-81	893-5190		★tsukubaheartclinic@yahoo.co.jp	
		火 12:00~13:00 17:00~18:00						
		水 12:00~13:00 17:00~18:00						
		木 12:00~13:00 17:00~18:00						
		金 12:00~13:00 17:00~18:00						
		土 12:00~13:00						

在宅医療の取り組み(対応可○、対応不可×、応相談△)										在宅医療診療内容										その他 (専門職へのメッセージ等)					
訪問診療	外来かかりつけ患者の往診	夜間休日の緊急連絡	夜間休日の往診	主治医意見書	訪問看護指示書	退院前カンファレンス参加	担当者会議の参加	サービス参加	褥瘡管理	膀胱留置カテーテル	経管栄養	人工呼吸器	在宅酸素	在宅中心静脈栄養	点滴の管理	人工肛門の管理	人工膀胱の管理	疼痛管理	モニタリング測定		終末期医療の対応				
△	○	×	×	○	○	△	△																		
△	○	×	×	○	○	×	×																		・まずはお電話でご相談下さい。
○	○	×	×	○	○	×	△	○	○				○		○										・褥瘡の管理と膀胱留置カテーテルについては、訪問看護と連携
○	△	△	△	△	△	△	△	△	○	○	○			○		○	○			○	○	○			
○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○		・土・日は応相談、対応可能なこともあります。 ・夜間休日の緊急連絡、夜間休日の往診はかかりつけ患者のみ
×	△	×	×	×	×	×	×																		
×	×	×	×	○	○	×	×																		
○	×	×	×	○	○	△	△	○	○	○	○	○	○	○							○	○	○		
△	△	△	×	○	○	○	△	○	○	○				○		○									
○	○	△	△	○	○	×	×	○						○								○			・サービス担当者会議の参加：FAXで照会
○	○	○	△	○	○	△	△				○			○							○	○			・終末期医療の対応はかかりつけのみ。 ・サービス担当者会議への参加はクリニックまたは電話での参加で15分以内なら可能。 ・訪問診療、往診の対象はかかりつけの患者のみ。

支 援 診 (強化型) ⑥	医療機関 (医師名)	平時に医師が対応できる時間帯 (目安)	休診日	連絡先 (優先★)				窓口 対応者名
				所在地	電話	FAX	メールアドレス	
34	◎ つくば在宅クリニック 渡辺 拓自	月 8:30~9:00 17:00以降	土曜、日曜、 祝日	西大沼 637-5	★886- 6123	886- 6124	info@ tsukubazaitaku. com	事務 中村・ 本田
		火 8:30~9:00 17:00以降						
		水 8:30~9:00 17:00以降						
		木 8:30~9:00 17:00以降						
		金 8:30~9:00 17:00以降						
		土						
35	東郷医院 東郷 利人	月 16:00~17:00	水午後、 土午後、日、 祝日	館野 636	★837- 1785	838- 1426		
		火 16:00~17:00						
		水						
		木 16:00~17:00						
		金 16:00~17:00						
		土						
36	○ 中川医院 中川 晴夫	月 12:00~13:00 18:00~19:00	木曜、日曜、 祝日	篠崎 2272-1	★864- 7760	864- 7760	nakagawaiin7760@ yahoo.co.jp	
		火 12:00~13:00 18:00~19:00						
		水 12:00~13:00 18:00~19:00						
		木						
		金 12:00~13:00 18:00~19:00						
		土 12:00~13:00 18:00~19:00						
37	○ 並木内科クリニック 石原 恒星	月 9:00~11:30 14:00~17:00	水曜、日曜、 祝日	並木 4-4-2-203	★869- 6969	863- 2727		
		火 9:00~11:30 14:00~17:00						
		水						
		木 9:00~11:30 14:00~17:00						
		金 9:00~11:30 15:00~17:00						
		土 9:00~11:30 14:00~16:00						
38	◎ 成島クリニック 成島 淨	月 8:30~14:00	木曜、日曜、 祝日	館野 363	839- 2170	839- 2171	★ naru0085@mail2. accsnet.ne.jp	
		火						
		水 14:30~17:00						
		木						
		金 9:00~14:00						
		土						
39	二の宮眼科 臼杵 祥江	月	水曜、 土曜午後、 日曜、祝日	松野木 26-2	★836- 8008			
		火						
		水						
		木						
		金						
		土						
40	根本クリニック 根本 眞一	月 12:00~13:00 18:00~19:00	木曜、(土曜 13:30より) 日曜、祝日	鬼ヶ窪 1108	847- 0550	★847- 0551		
		火 12:00~13:00 18:00~19:00						
		水 12:00~13:00 18:00~19:00						
		木						
		金 12:00~13:00 18:00~19:00						
		土 13:00~14:00 (13:30~休診)						
41	林クリニック 林 正敏	月 13:00~14:00	木曜、 土曜午後、 日曜、祝日	稲荷前 5-6	★859- 0550	859- 0673		林 正敏
		火 13:00~14:00						
		水						
		木						
		金 13:00~14:00						
		土						
42	ヒルトップクリニック 南風原 英夫	月 17:00	木曜、日曜、 祝日	佐字鴻巣 1004	877- 3130	★877- 3170		入江
		火 17:00						
		水 17:00						
		木						
		金 17:00						
		土 13:00						
43	広瀬医院 廣瀬 秀史	月 14:00~14:30	木曜、日曜	北条 85	★867- 0127	867- 1195	hot0170@hirose- clinic.com	
		火 14:00~14:30						
		水						
		木 14:00~14:30						
		金 14:00~14:30						
		土						
44	○ ほりかわクリニック 堀川 紀子	月 14:00~16:00	水曜、日曜、 祝日	筑穂 2-11-1	877- 1002	★877- 1002		
		火 14:00~16:00						
		水						
		木 14:00~16:00						
		金 14:00~16:00						
		土 14:00~16:00						

在宅医療の取り組み (対応可○、対応不可×、応相談△)													在宅医療診療内容										その他 (専門職へのメッセージ等)
訪問診療	外来かかりつけ 患者の往診	夜間休日の 緊急連絡	夜間休日の 往診	主治医意見書	訪問看護 指示書	カンファレンス 参加	退院前 カンファレンス 参加	担当者会議の 参加	サービス 参加	褥瘡管理	膀胱留置 カテーテル	経管栄養	人工呼吸器	在宅酸素	在宅中心 静脈栄養	点滴の管理	人工肛門の管理	人工膀胱の管理	疼痛管理	モニター測定	終末期医療の 対応		
○	△	△	△	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	・夜間休日の緊急連絡、夜間休日の往診は訪問診療の方のみ
×	○	△	△	○	○	×	×																
○	○	○	○	○	○	○	△	○	○	○	○	○	○	△	○								
○	△	○	△	○	○	×	△														○	○	・電話・FAXで相談 ・会議は自院・訪問診療先で15分以内
○	△	○	△	○	○	△	△	○	○	○	○	○	○	○	○	○					○	○	・訪問相談は文書(直接クリニックへメール、FAX) ・電話は緊急時のみ
×	○	×	×	○	×	×	×																
△	△	△	△	○	○	△	△	○	○							○							・必ず事前連絡を下さい。連絡事項はFAXでお願いします。 ・FAX、電話で会議参加を相談 ・主治医の都合に合わせて、医療機関で開催する場合15分以内なら可能
△	○	×	×	○	○	×	△	○								○							・サービス担当者会議への参加 ・電話、FAXで相談 ・診療所で15分以内 ・祝日も平日と同様に診療しています。
△	△	△	△	○	△	△	△	○							○								

支援助診(強化型)◎	医療機関 (医師名)	平時に医師が対応できる時間帯 (目安)	休診日	連絡先(優先★)				窓口 対応者名	
				所在地	電話	FAX	メールアドレス		
45 ◎	ホームオン・クリニック つくば 平野 国美 林 靖孝 島田 梨紗	月	15:30~17:30	土曜、日曜、 祝日	上横場 423-6	★868- 6611	868- 6555	info@homeon.jp	金岡 正剛
		火	15:30~17:30						
		水	15:30~17:30						
		木	15:30~17:30						
		金	15:30~17:30						
		土							
日									
46 ◎	みなクリニック 内科呼吸器科 井上 雅樹 陶山 時彦 角 昌晃 柳生 久永	月	12:30~15:30 19:00~19:30	日曜、祝日	西平塚 318-1	★850- 4159	850- 4160	minanorespiratoryclinic@gmail.com	看護師 浦山
		火	12:30~15:30 19:00~19:30						
		水	12:30~15:30 19:00~19:30						
		木	12:30~15:30 19:00~19:30						
		金	12:30~15:30 19:00~19:30						
		土	12:30~13:30						
日									
47 ○	宮川内科・胃腸科医院 宮川 健治	月	14:00~14:30	水曜午後、 土曜午後、 日曜、祝日	二の宮 2-2-26	★855- 8777	852- 5115		浅野
		火	14:00~14:30						
		水							
		木	14:00~14:30						
		金	14:00~14:30						
		土							
日									
48 ○	みらい平クリニック 小松崎 八寿子	月	8:00~8:30 (9:00)	水曜、祝日、 第2,4,5日曜	つくばみらい市 陽光台3-11-4	★0297- 38-4023	0297- 38-4013		
		火	8:00~8:30 (9:00)						
		水							
		木	8:00~8:30 (9:00)						
		金	8:00~8:30 (9:00)						
		土	8:00~8:30 (9:00)						
日									
49 ○	メドアグリクリニック つくば 関谷 芳明	月	9:00~12:00 14:00~18:00	火曜午後、 木曜午後、 土曜午後、 日曜	若森字谷津 1267-2	★893- 4123	828- 8884		
		火	9:00~12:00						
		水	9:00~12:00 14:00~18:00						
		木	9:00~12:00						
		金	9:00~12:00 14:00~18:00						
		土	9:00~12:00						
日									
50 ○	渡辺医院 渡辺 晴彦	月	12:00~14:30	日曜、祝日	小野崎 476	851- 0550	851- 0550	★ h.watanabe517@ybb.ne.jp	
		火	12:00~14:30						
		水	12:00~14:30						
		木	12:00~14:30						
		金	12:00~14:30						
		土	12:00~14:30						
日									

在宅医療の取り組み(対応可○、対応不可×、応相談△)										在宅医療診療内容										その他 (専門職へのメッセージ等)			
訪問診療	外来かかりつけ患者の往診	夜間休日の緊急連絡	夜間休日の往診	主治医意見書	訪問看護指示書	カンファレンス参加	退院前カンファレンス参加	サードサービス担当者会議の参加	褥瘡管理	膀胱留置カテーテル	経管栄養	人工呼吸器	在宅酸素	在宅中心静脈栄養	点滴の管理	人工肛門の管理	人工膀胱の管理	疼痛管理	モニター測定		終末期医療の対応		
○	○	○	○	○	○	○	△	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	・会議参加は日程次第。訪問診療時は15分程度なら可能
○	×	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	
△	○	△	△	○	○	×	×						○						○				
△	○	△	△	△	△	△	△	△	○	○	○		○	○	○					○	○	○	・診療内容の疼痛管理については応相談。 ・Nsがお話をうかがい、医師につながります。
○	○	○	○	○	○	△	△	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○			○	
○	○	○	△	○	○	△	△	○	○	○			○	○	○	○	○	○	○			○	

(5) 訪問歯科診療のできる医療機関（市内）

「入れ歯が合わない」「痛みがある」「噛めない」「飲み込みづらい」などお口のことによって困っている通院困難な方に対し、訪問による歯科診療や誤嚥性肺炎等を予防する口腔ケアを行います。希望される場合には、事前に医療機関にご相談のうえご利用ください。

◎対象者 歯科医院に通院困難な方（原則 16Km 以内）

◎費用 診療は健康保険、指導及び口腔ケアは介護保険（在宅）を利用

地区	医療機関名	電話番号	所在地（つくば市）	備考
筑波	1 加園歯科医院	869-1120	寺具 671-4	
	2 さわか歯科医院	867-4182	神郡 814	義歯の調整
	3 大木歯科医院	867-2811	大貫 2175	義歯の調整
	4 こばやし歯科医院	850-7550	小田 2109-3	通院していた方のみ、処置内容については要相談
	5 りすの森デンタルクリニック	867-6480	北条 1579	
	6 飯村医院・訪問歯科	867-6655	北条 4326-2	
	7 大越歯科医院	866-0118	沼田 233-8	義歯の調整・通院していた方
大穂	8 おおさわ歯科医院	877-2166	西高野 876-1	摂食嚥下機能の改善や支援なども、お気軽にご相談ください
	9 やまぐち歯科医院	864-8700	要 174-4	
	10 いちはら病院	864-5870	大曾根 3681	
	11 大久保歯科医院	864-0051	大曾根 3721-5	
	12 ほりかわクリニック歯科	875-8837	筑穂 2-11-1	応相談
豊里	13 東光台歯科医院	847-8148	東光台 2-1-11	
	14 さかより歯科医院	848-1888	上郷 1421-4	4km以内・応相談
桜	15 永田歯科医院	857-4139	金田 2018	応相談
	16 てらかど歯科医院	857-3633	上ノ室 2054-1	通院していた方
	17 桜ヶ丘歯科センター歯科医院	852-1518	吾妻 3-17-6	
	18 竹園セントラル歯科医院	861-1100	竹園 1-12-6	
	19 あやデンタルクリニック	858-0418	大角豆 1401-1	応相談
	20 井上歯科医院	851-6226	梅園 2-14-14	
谷田部	21 渡辺歯科医院	851-6141	東新井 18-10	
	22 茗仁歯科医院	856-3789	小野崎 782-7	①駐車場 16 台可 ②スロープ幅（120cm）有り ③車いす可
	23 つくばスマイル歯科クリニック	875-5381	東 2-31-5 巴事務所 103	
	24 つるみ矯正歯科	858-5505	二の宮 1-14-41	
	25 二の宮歯科医院	855-2005	二の宮 3-21-1	まずは、お電話でご相談ください
	26 松代歯科医院	838-0007	松野木 95-4	
	27 おのがわ歯科クリニック	836-8222	館野 428-1	
	28 池野歯科医院	838-2711	高野台 2-16-8	
	29 つくばホワイト歯科・矯正歯科	851-4182	苅間 1885-1	
	30 つくば学園の森歯科クリニック	893-3704	東平塚 947-1	応相談
	31 にしまち歯科医院	837-2418	谷田部 2124	義歯の調整・通院していた方
	32 大木歯科医院	838-0123	谷田部 2880-1	
	33 遊歯科	893-4815	島名 148-3	
	34 飯泉歯科医院	837-0708	真瀬 1037	
	35 高田歯科医院	875-6489	真瀬 603-1	
	36 つるみ歯科医院	847-5505	下河原崎 194-1	
荃崎	37 岡田歯科医院	873-3303	高崎 2277-61	
	38 久松歯科医院	876-0655	六斗 1062-3	

茨城県歯科医師会 在宅歯科医療連携室データを基に R5 年 1 月末現在で調査をしたものになります。

(6) つくば市近辺の医療相談室

療養生活上の問題や、福祉制度の利用方法などをはじめ入院・退院時に必要な諸事に関して、ソーシャルワーカー・看護師・医師・精神保健福祉士等が相談に応じる。病院内にある相談窓口

市外	牛久愛和総合病院	医療福祉相談室	牛久市猪子町 896	873-3111
	つくばセントラル病院	医療相談室	牛久市柏田町 1589-3	872-1771
	筑波東病院	ケースワーカー	土浦市乙戸 57-1	843-2121
	国立病院機構霞ヶ浦医療センター	地域医療連携室	土浦市下高津 2-7-14	826-7556 (直通)
	土浦協同病院	社会福祉部	土浦市おおつ野 4-1-1	830-3711
	土浦厚生病院	医療相談室	土浦市東若松町 3969	821-2200
	県南病院	医療福祉相談室	土浦市中 1087	841-1148
	神立病院	地域医療連携室	土浦市神立中央 5-11-2	831-9711
	茨城県立医療大学付属病院	総合相談室	阿見町阿見 4733	888-9212 (直通)
	朝田病院	医療福祉相談室	阿見町若栗 2584	887-0310
	東京医科大学茨城医療センター	総合相談支援センター	阿見町中央 3-20-1	887-1161
	ホスピタル坂東	ケアマネ・地域医療連携部	坂東市沓掛 411	0297-44-2201(直通)
	水海道厚生病院	医療福祉相談室	常総市内守谷町 3770-7	0297-27-0387(直通)
	きぬ医師会病院	地域医療支援室	常総市新井木町 13-3	0297-23-1771
	茨城リハビリテーション病院	医療福祉相談室	守谷市同地 360	0297-48-6111
	守谷慶友病院	医療相談室	守谷市立沢 980-1	0297-45-3311
総合守谷第一病院	患者相談支援センター	守谷市松前台 1-17	0297-45-5111	

※市内医療相談室はP20、21を参照

(7) 茨城県内精神科病院等一覧

(令和4年6月現在)

区分	番号	法人名等	病院名	所在地	電話番号	
国	1	国立大学法人	筑波大学附属病院	つくば市天久保 2-1-1	029-853-3900	
県	2	茨城県	県立こころの医療センター	笠間市旭町 654	0296-77-1151	
指定病院	3	(公財)報恩会	石崎病院	東茨城郡茨城町上石崎 4698	029-293-7155	
	4	(医)精光会	みやざきホスピタル	稲敷市上根本 3474	0297-87-3321	
	5	(医)滝田会	丸山荘病院	石岡市柿岡 3787	0299-43-0079	
	6	(医)霞水会	土浦厚生病院	土浦市東若松町 3969	029-821-2200	
	7	(医)盡誠会	宮本病院	稲敷市幸田 1247	0299-79-2114	
	8	(医)清風会	ホスピタル坂東	坂東市沓掛 411	0297-44-2000	
	9	(医)新生会	豊後荘病院	石岡市部原 760-1	0299-44-3211	
	10	(医)共助会	猿島厚生病院	古河市西牛谷 737	0280-98-2231	
	11	(医)光風会	回春荘病院	日立市大みか町 6-17-1	0294-52-3115	
	12	(医)慈政会	小柳病院	古河市稲宮 1001	0280-97-1110	
	13	(医)碧水会	汐ヶ崎病院	水戸市大串町 715	029-269-2226	
	14	(医社)有朋会	栗田病院	那珂市豊喰 505	029-298-0175	
	15	(医)永慈会	永井ひたちの森病院	日立市小木津町 966	0294-44-8800	
	16	(医社)平仁会	下館病院	筑西市野殿 1131	0296-22-7558	
	17	(医)直志会	袋田病院	久慈郡大子町北田気 76	0295-72-2371	
	18	(医社)恵和会	朝田病院	稲敷郡阿見町若栗 2584	029-887-0310	
	19	(医)圭愛会	日立梅ヶ丘病院	日立市大久保町 2409-3	0294-34-2103	
	20	(医社)広文会	江戸崎病院	稲敷市阿波 1299	029-894-2611	
	21	(医社)八峰会	池田病院	龍ヶ崎市貝原塚町 3690-2	0297-64-1152	
	22	(医)つくば健仁会	とよさと病院	つくば市田倉 4725	029-847-2631	
	23	(医)中村会	常総病院	取手市下高井 2371	0297-78-8707	
	24	(医)仁愛会	水海道厚生病院	常総市内守谷町 3770-7	0297-27-0721	
	25	(医)聖和会	つくば病院	小美玉市高崎 2032-6	0299-26-1271	
	26	(医社)筑波東病院	筑波東病院	土浦市乙戸 57-1	029-843-2121	
	27	(公財)鹿島病院	鹿島病院	鹿嶋市平井 1129-2	0299-82-1271	
	28	(医)日立渚会	大原神経科病院	日立市大みか町 1-13-18	0294-52-4352	
	非指定病院	29	(医社)金山会	桜井病院	石岡市半田 1886	0299-42-3922
		30	(医)鴻仁会	上の原病院	桜川市上野原地新田 159-2	0296-75-3128
31		(医)それいゆ会	高萩それいゆ病院	高萩市上手綱 268	0293-24-0770	
32		(医)威恵会	三岳荘小松崎病院	筑西市中館 2265	0296-24-2331	
33		(医)誠之会	廣橋病院	北茨城市関本町福田 1871	0293-46-0630	

(茨城県の精神保健福祉 令和3年度版)

(8) 訪問看護ステーション・介護老人福祉施設・グループホーム・介護老人保健施設の特徴一覧
訪問看護ステーションの特徴

訪問看護事業所名	対応可能なケア										看護師数	特徴	
	リハビリPT	リハビリST	小児看護	精神障害看護	指定自立支援医療	24時間対応体制	24時間連絡体制	リハビリOT	特別管理加算(介護)	特別管理加算(医療)			ターミナル加算強化加算
1 訪問看護 なかよし	×	×	×	×	×	○	○	×	○	○	×	4	地域密着 在宅看取りを大切に在宅看護を支援します。
2 ウエノ訪問看護ステーション	×	×	×	○	○	○	×	×	○	○	×	4	その人らしい生活が出来るよう、暮らしを支援します。
3 いちはら訪問看護ステーション	×	×	×	○	○	○	○	×	○	○	○	6	いはらグループで包括的に在宅生活を支援しています。
4 つくば訪問看護ステーション	×	×	×	○	○	○	×	○	○	○	×	8	住み慣れた地域やご家庭でその人らしく療養生活を送れるように全力でサポートします。
5 訪問看護ステーションあやめつくば北	×	×	×	○	○	×	×	×	×	×	×	4	精神看護に特化した地域生活の支援を行います。
6 筑波メディカルセンター 訪問看護ふれあい(サテライトなの花含む)	○	×	○	○	○	×	○	○	○	○	○	15	がん末期・在宅看取り・難病・医療的ケア児等の医療依存度の高い利用者への看護を提供しています。
7 市民の森訪問看護ステーションつくば	○	×	○	○	○	○	○	○	○	○	×	7	自宅にて安心した生活が過ごせるよう援助いたします。
8 医療法人社団 桜水会 訪問看護ステーション	○	×	×	○	○	×	×	○	○	○	○	-	地域医療に貢献して参ります。
9 ビーンズ訪問看護ステーション	○	×	○	×	×	×	○	○	○	○	○	4	看護師と共にPT・OTによる訪問リハビリを提供しております。
10 う・た・し	○	△	○	×	×	×	×	×	○	×	×	4	主に医療的ケアを必要とする神経難病、重度障害者対象。
11 せせらぎの森訪問看護ステーション	○	×	△	○	○	○	×	○	○	○	×	6	ご自宅で療養される方へ「ライフナース」として「生活」「命」「人生」を援助していきます。
12 ロンフィール訪問看護リハビリステーション	○	×	△	△	△	○	○	○	○	○	×	4	療法士と看護師の連携が強みです。
13 訪問看護ステーション そよかぜ	○	×	○	△	△	○	○	○	○	○	○	6	住み慣れた家で個々の思いに寄り添った看護、支援を提供します。
14 訪問看護ステーション TERMS	×	×	×	○	○	×	×	○	○	○	○	7	一人一人を尊重し、在宅で過ごされる時間を大切に、寄り添う看護の提供をしていきます。
15 在宅看護センター ゆう	×	×	△	○	○	○	×	○	○	○	×	5	医療 80%、介護 20%の受入状況です。ケアを丁寧に気持はポジティブに。
16 訪問看護ステーションあやめつくば	×	×	△	○	△	×	×	×	×	×	△	5	精神の訪問看護を社会復帰、家族支援を含め行っています。
17 ルイーダ訪問看護ステーション	×	×	○	○	○	○	×	○	○	○	×	6	精神疾患から終末期の方まで幅広い看護の提供を行っております。
18 WADEWADE 訪問看護ステーションつくば	×	×	○	○	○	○	×	○	○	○	○	5	小児や精神疾患の方へのサービスが中心となっています。
19 訪問看護ステーションよつば	△	○	△	○	○	○	○	○	○	○	×	3	医療依存度の高い利用者様、終末期の利用者様の受け入れを積極的に行っております。リハ3職種(PT・OT・ST)が揃っています。
20 医療法人社団 双愛会 訪問看護ステーション くきざき	○	×	△	○	○	○	○	○	○	○	○	5	高齢者はじめ難病や精神の利用者様も幅広く支援しています。
21 フォレスト訪問看護ステーション	×	×	△	○	△	△	○	×	△	○	×	4	胃ろうや気管切開等の重症管理ができる看護師が揃っています。
22 訪問看護ステーションあやめつくば東	×	×	△	○	○	×	×	×	×	×	△	5	精神に特化した訪問看護のために地域支援を行っています。
23 訪問看護・リハビリステーション ヘルスコア	○	×	×	×	×	×	×	×	×	×	△	4	「看護×リハビリ」看護師とPTが連携してリハビリの提供をさせていただきます。

介護老人福祉施設の特徴

施設名	対応可能なケア										特徴		
	在宅酸素	夜間の痰の吸引	気管切開	バルーンカテーテル	ストーマ	胃瘻	経鼻経管栄養	IVH(中心静脈栄養)	人工透析	褥瘡ケア		看取り	治療食の対応
1 特別養護老人ホーム筑波園	○	○	×	○	○	○	×	×	×	△	○	○	×
2 特別養護老人ホームシニアガーデン	○	×	×	○	△	△	×	×	△	△	○	△	×
3 特別養護老人ホーム美健荘	○	×	×	○	△	○	○	×	×	○	○	○	×
4 特別養護老人ホームつくばの杜	×	△	×	○	○	○	×	×	×	△	○	○	×
5 特別養護老人ホーム新つくばホーム	○	×	×	○	○	○	×	×	△	△	○	○	×
6 特別養護老人ホーム木の花さくや	○	×	×	○	○	△	○	△	△	○	○	○	×
7 特別養護老人ホームアイリスコート	×	△	×	○	○	○	×	×	×	○	○	○	×
8 特別養護老人ホームはなみずき	△	×	×	○	○	○	×	×	△	△	△	○	×
9 特別養護老人ホーム大地と大空	△	×	×	○	○	△	×	△	△	○	○	○	×
10 特別養護老人ホームくきの里	○	△	△	○	○	○	×	×	×	△	△	○	×
11 シニアガーデンアネックス	○	×	×	○	○	○	×	×	△	△	○	△	×
12 シニアガーデン別館	○	△	×	○	○	○	×	×	×	△	○	△	×
13 フロンティア	○	△	×	○	○	△	△	×	○	△	○	△	×
14 トレランス田村	○	×	×	○	○	×	×	×	○	○	○	○	×
15 いちょうの木	△	×	×	○	○	×	×	×	△	×	△	×	×
16 はなみずきサテライト	△	×	×	△	△	×	×	×	△	△	×	○	×
17 桜華	○	×	×	○	○	○	○	×	○	○	○	△	×

グループホームの特徴

	グループホーム名	対応可能なケア										特徴
		看護師による健康管理	バルーンカテーテル	治療食の対応	胃瘻	リハビリ専門職による機能訓練	協力医療機関以外への通院介助	褥瘡ケア	訪問診療との連携	訪問看護との連携	看取り	
1	グループホーム作谷長寿館	○	○	×	×	×	○	○	○	×	△	夜間、看護師の巡回があり、体調の変化等に応じ、相談や直接対応してくれる体制を整えています。
2	グループホームデルフィ	○	×	×	×	○	×	×	○	○	×	グループ内の病院、施設、在宅サービス事業所と連携をとり、サービス向上に努めています。
3	グループホーム幸寿苑	○	○	×	×	×	○	○	○	○	○	看取りは当事業所の医師と看護師がご家族とお話合いの上実施しています。
4	グループホームいちさと筑波	○	×	×	×	△	○	○	○	○	×	連携医院ならびに訪問看護ステーションとインターネットなどを通じ、常に情報を共有しています。
5	グループホームファミリー	○	○	×	×	×	×	×	○	×	△	医療法人が母体のグループホームです。併設医療機関との連携が取れております。
6	グループホームつくしの森	○	×	×	×	×	○	○	○	×	△	看取りは医療的ケアや痛み等なく自然な形で看取りが出来る場合のみご家族と相談しながら対応可能です。
7	グループホームみどりの森	○	×	×	×	×	○	○	○	×	△	看取りは医療的ケアや痛み等なく自然な形で看取りが出来る場合のみご家族と相談しながら対応可能です。
8	グループホームあいりレーとよさと	○	○	○	×	△	○	○	○	○	○	看取りは、医療行為がなく、ご本人やご家族の同意に基づき対応させていただきます。
9	グループホーム楓	○	○	△	○	×	△	○	○	○	○	看取りは、ご家族の意向に従いご対応させていただきます。
10	グループホームほほえみ	○	○	△	×	△	○	○	○	×	○	少人数（1ユニット）のため家庭的な雰囲気の中での生活を、と心がけています。
11	グループホーム美桜	○	△	×	×	×	○	○	○	○	○	看取りは、長く入所されていた方でご家族が“このまま自然体で”等の要望があり、医師とのインフォームドコンセントをきちんとした上で実施しています。
12	グループホームあいりレーつくば	○	×	×	×	×	○	×	○	○	○	看取りは、当施設が定める指針に沿い、医師並びにご家族様の意向に沿った介護を行います。
13	グループホームたんぼぼ	○	○	△	×	×	○	○	○	○	△	看取りは、ご本人、ご家族、協力医療機関との話し合いの上、対応可能であると判断した場合のみ対応させていただきます。
14	グループホーム自然の家	○	×	△	×	△	△	○	○	○	○	看取りは、ご本人、ご家族のご意向、要望を確認し、ホームと合意した場合、医療との連携、介護状況、本人の状態の変化に応じて随時話し合うようにしています。
15	グループホーム筑水苑	○	×	×	×	×	×	○	○	○	×	看取りは基本的には行いません。
16	グループホームいっしん館つくば	×	△	×	×	×	△	×	×	×	×	
17	グループホームあおぞら六斗	○	△	×	×	×	×	○	○	○	△	看取りについては、ご本人、ご家族が施設と協力病院の担当医と相談し、同意のもと協力内容を踏まえ、訪問看護との連携にて対応可能。
18	グループホームいちょうの木	△	△	×	×	△	△	△	△	△	×	受診等においては、基本的にはご家族の協力を得ています。敷地内に特養があり、看護師の助言は受けることができます。

介護老人保健施設の特徴

	施設名	対応可能なケア										特徴				
		在宅酸素	夜間の痰の吸引	気管切開	バルーンカテーテル	ストーマ	胃瘻	経鼻経管栄養	IVH(中心静脈栄養)	人工透析	インシュリン注射対応		褥瘡ケア	看取り	治療食の対応	人工呼吸器
1	介護老人保健施設 豊浦	×	○	×	○	×	○	○	×	×	○	○	×	○	×	
2	介護老人保健施設 アリエッタ	○	○	×	○	×	○	○	×	×	○	○	×	○	×	グループ内各病院、施設、在宅サービス事業所と連携をとりサービス向上に努めています。
3	介護老人保健施設 なでしこ	○	○	△	○	○	○	×	×	△	○	○	○	○	×	令和3年4月からST在籍し、歯科医師、歯科衛生士と連携予定。
4	医療法人健佑会 つくばリハビリテーションセンター	○	△	△	○	○	○	△	×	×	○	○	○	○	×	在宅強化型施設として充実したリハビリが可能であり、PT、OT、STが常勤で勤務している。
5	介護老人保健施設 つくばケアセンター	△	○	×	○	○	○	○	×	×	△	○	○	○	×	一日でも長く、住み慣れた地域で生活を送るために、入所、通所、訪問等、専門のスタッフがお手伝いをします。
6	介護老人保健施設 プレミエール元気館	○	○	○	○	○	○	×	×	×	○	○	○	○	×	PT、OT、STによるリハビリの充実。通所リハビリ・訪問リハビリ併設のため、在宅サービス利用に繋がりがやすく連携が図れる。
7	介護老人保健施設 そよかぜ	○	○	△	○	○	○	×	×	×	○	○	○	○	×	状況に応じ、併設医療機関との連携を図りながらサービスの提供を行っています。
8	介護老人保健施設 ひまわり	○	○	×	○	○	○	△	×	×	○	○	○	○	×	

保健・福祉並びに民間関連サービスの概要

○このデータの内容は、社会福祉課・障害者地域支援室・高齢福祉課・健康増進課・介護保険課・医療年金課・国民健康保険課・総合交通政策課・住宅政策課・防犯交通安全課・生涯学習推進課・地域包括支援課・社会福祉協議会・インターネットの情報を基に作成したものです。

名 称		①民間事業所の食事・食材宅配システム
内 容		<p>※詳しくは各ホームページ等をご確認ください。</p> <p>①セブン・イレブンのセブンミール（0120-736-313）※登録が必要</p> <p>②デイリーコープ 夕食宅配（0120-155-216） *登録が必要 夕食のみ【月～金】のうち週3日から宅配可能</p> <p>③ニチレイフーズダイレクト（0120-86-2101）糖質・塩分・脂質を控えたい方等</p> <p>④高齢者専門宅配弁当宅配クック123（0120-288-120）カロリー塩分調整食等</p> <p>⑤ワタミの宅食（0120-321-510）</p> <p>⑥ミールタイム（0120-054-014 携帯電話からは0570-054-014）治療食・介護食</p> <p>⑦タイハイ（0120-996-181）一般食・治療食・介護食・健康食</p> <p>⑧宅食ライフ つくば店（869-9712）カロリー調整食等※配送地域限定のため確認が必要</p> <p>【食事材料の配達】</p> <p>①株式会社ヨシケイ茨城（0120-335-481）一般食 ヘルシーメニュー</p> <p>②いばらきコープ コープデリコールセンター（0120-043-502）</p> <p>※個人配達には手数料が必要。シルバー割引（65歳以上の単身又は夫婦世帯は基本手数料の80円（税別）負担）・ふれあい割引（障害者手帳のある本人・家族がいる世帯は基本手数料の80円（税別）負担）・運転免許返納割引・赤ちゃん割引もある。</p> <p>③コープパルシステム（0120-53-4400） ※登録が必要</p> <p>※個人配達手数料の減免について、シルバー特典（65歳以上の単身、ご夫婦世帯でどちらか65歳以上の手数料を減免。運転免許返納の場合、手数料を免除）ハンズ特典（組合員本人か、同居の家族の中に障害者手帳を持っている方がいる世帯）手数料を免除される。ベビートクもある。</p> <p>※カスミ移動スーパー：詳細はカスミホームページに運行予定表掲載 問い合わせ先：地域包括支援課（883-1111）</p>
費用負担給付額等		事業所により違いがある
要件	年齢	制限なし
	住所	制限なし
	要件等	デイリーコープ、コープデリ、コープパルシステムは組合員が該当
	介護保険	不要
会場		
申請方法		各事業所
問合せ先		各事業所

※地域の商店で出前や食材を配達してくれる所もあるので問合せをすると良い。

名 称		②民間事業所の外出介助・家事援助サービス
内 容		通院・外出・入退院の付き添い・身の回りの手伝い・定期的利用など公的介護保険以外のサービス。※詳しくは各ホームページ等をご確認ください。
		①ニチイライフ 0120-212-295
		②ダスキンライフケアつくばステーション（横町） 863-5277 ※2時間以上からの利用
		③スマイルサポート ころも（松代） 860-3501
		④(株)つくば紹介所（二の宮） 858-3150
		⑤アイシーネット介護センター（柴崎） 896-5300
		⑥ウエルシア介護サービス（株）つくば営業所（豊里の杜） 848-2008
		⑦おそうじ本舗（つくばみらい店）※家事代行対応店 0800-800-1514
		⑧スマイルサービス茨城（篠崎）（大がかりな片付け・ゴミ処分等） 864-8860
		⑨あんじゅ 879-1193
費用負担給付額等	事業所により違いがある。	
要件	年齢	制限なし
	住所	制限なし
	要件等	事業所により違いがある。
	介護保険	不要
会 場		
申請方法	各事業所	
問合せ先	各事業所	

名 称		③つくば市シルバー人材センターのサービス
内 容	屋内外の清掃・除草・樹木剪定・襖、障子張り等	
費用負担給付額等	詳細はセンターに問合せする。	
要件	年齢	制限なし
	住所	詳細はセンターに問合せする。
	要件等	制限なし
	介護保険	不要
会 場		
申請方法	電話、FAX	
問合せ先	つくば市シルバー人材センター（大穂庁舎2F）（879-5199） fax：029-879-5198	

名 称	④さわやかサービス事業（住民参加型在宅福祉サービス）	
内 容	高齢や障害、疾病及びその他の事情により日常生活を営むことに支障がある方に対して、家事援助サービスを提供する。会員制の住民参加型在宅福祉サービスとして実施する（介護保険外のサービス）	
費用負担給付額等	利用料金は、1時間800円 その他、交通費・買い物の代金等の必要経費は実費	
要 件	年齢	高齢者、障害者
	住所	市内に住所を有する方
	要件等	利用したい方・協力したい方は共に社会福祉協議会に登録
	介護保険	不要
会 場		
申請方法	登録制。利用希望者は電話で相談	
問合せ先	社会福祉協議会本部（879-5500）	



名 称	⑤すけっとくん（高齢者日常生活支援事業）	
内 容	日常生活を送る上で、自ら行うことが困難な部屋掃除や草取り等の軽易な作業を依頼する際の費用の一部を助成する。助成券は取扱事業所で利用できる。作業の内容によってかかる金額が異なる。	
費用負担給付額等	500円券×1世帯12枚	
要件	年齢	75歳以上
	住所	市内に住所を有する方
	要件等	①75歳以上のひとり暮らしの方 ②75歳以上の高齢者だけでお住まいの方 ※同一敷地内及び隣接地に親族又はこれに準ずる方が居住している方は対象になりません。 ※入院・入所中は不可
	介護保険	不要
会 場		
申請方法	随時受付・申請書は高齢福祉課及び各窓口センター・郵送可	
問合せ先	高齢福祉課（883-1111）	

名 称	⑥あん摩・マッサージ・指圧・はり及びきゅう施術費助成事業	
内 容	あん摩・マッサージ・指圧・はり及びきゅうの施術を受ける際の費用の一部を助成する。助成券は取扱事業所で利用できる。	
費用負担給付額等	1,000円券×8枚 *申請時期により給付枚数が異なる。	
要件	年齢	70歳以上
	住所	市内に住所を有する方
	要件等	医療費の支給を受けて施術を受ける場合は利用不可。※入院・入所中は不可
	介護保険	不要
会 場		
申請方法	随時受付・申請書は高齢福祉課及び各窓口センター・郵送可	
問合せ先	高齢福祉課（883-1111）	

名 称	⑦つくば市民間賃貸住宅情報提供事業	
内 容	市営住宅以外の選択肢として、市内の民間賃貸住宅、低額家賃の住宅情報を提供する。（市は宅建協会から住宅情報の提供を受け、住宅政策課窓口にて冊子状にした情報を来庁者の閲覧に供する。あくまで情報提供のみで、あっせんや家賃助成はなし。） *契約は不動産店と希望者が直接行う。	
費用負担給付額等		
要件	年齢	制限なし
	住所	市内に在住または在勤、もしくはその見込みの方
	要件等	住宅確保要配慮者（低所得者・高齢者・障害者・ひとり親・子育て世帯など）
	介護保険	不要
会 場		
その他	住宅政策課窓口で閲覧	
問合せ先	住宅政策課（883-1111）	

名 称	⑧茨城県生活福祉資金貸付・小口貸付資金	
内 容	低所得者や障害者、高齢者の世帯を対象に、日常生活を送る上で、一時的に必要な費用の資金貸付を行っています。（要相談）	
費用負担給付額等	資金の種類により貸付要件は異なる。	
要 件	年齢	
	住所	市内に住所を有する方
	要件等	種類により違いがある。
	介護保険	不要
会 場		
申請方法	随時受付 審査あり	
問合せ先	生活・自立サポートセンター（879-8711）・社会福祉協議会生活支援係（879-5511）	

名 称	⑨つくば市生活困窮者自立相談支援事業	
内 容	生活困窮者等の地域の要援護者に対して、自立・就労に向けた様々なサービスを総合的、一体的に提供することによりその自立を促進する。 自立相談支援・住居確保給付金の支給・就労準備支援・家計相談支援について、どのような支援が必要かを一緒に考え、個別の支援プランを作成し支援を実施する。	
費用負担給付額等		
要 件	年齢	制限なし
	住所	市内に住所を有する方
	要件等	一定の資産収入に関する要件を満たしている方が対象
	介護保険	不要
会 場		
申請方法	随時受付 審査あり	
問合せ先	生活・自立サポートセンター（社会福祉協議会：市役所社会福祉課内）（879-8711）	

名 称	⑩生活支援体制整備事業	
内 容	日常生活圏域ごとに話し合いの場（第2層協議体）を設置し、地域住民が情報共有、連携・協働し、互助を基本とした住民主体の支えあいの地域づくりを行います。各圏域に生活支援コーディネーターが配置され、地域のニーズを掘りおこし、地域の支えあい活動をつなげ、新たな活動をつくる支援を行います。	
問合せ先	日常生活圏域の生活支援コーディネーター （本 部）大穂・筑波・谷田部西圏域生活支援コーディネーター （879-5500） （中央支所）豊里・桜・谷田部東圏域生活支援コーディネーター （847-0231） （南支所）荃崎圏域生活支援コーディネーター （876-4552）	

名 称	⑪ NTT 関連のサービス	
内 容	①シルバーホン あんしんSVI（一人暮らしのお年寄り宅の通報装置等） ②シルバーホン ひびきSⅢ（高齢者や聴覚の不自由な方、騒音の大きい場所でも聞き取りやすい電話機） ③シルバーホン ふれあいSⅡ（手を使わずダイヤルできる電話機） ④シルバーホン めいりょう（大きな声でしっかり聞こえる受話器） ⑤ハウディ優V（ボタン等の表示が見やすい電話機） 詳しくはホームページ等をご確認ください。	
費用負担給付額等		
要 件	年齢	制限なし
	住所	制限なし
	要件等	
	介護保険	不要
会 場		
申請方法	電話にて問合せする。	
問合せ先	①～⑤NTT東日本 0120-506-116	

名 称	⑫いばらき高齢者優待制度（いばらきシニアカード）	
内 容	高齢者の外出支援のため、県内の65歳以上の高齢者が協賛店舗にシニアカードを提示すると、協賛店舗が設定した割引やポイント加算等の特典が受けられる。	
費用負担給付額等	なし	
要 件	年齢	65歳以上
	住所	市内に住所を有する方
	要件等	
	介護保険	不要
会 場		
申請方法	随時受付・申請書は高齢福祉課及び各窓口センター ※保険証など住所・氏名・生年月日が確認できるものを持って申請	
問合せ先	高齢福祉課（883-1111）	

名 称	⑬介護マーク（配布）	
内 容	認知症の方の介護は他の人から見ると介護をしていることが分かりにくいいため、誤解や偏見を持たれ困っているとの声が介護家族から多く寄せられた。こうした要望に応え、介護する方が、介護中であることを周囲に理解していただくために、「介護マーク」を作成し配布している。	
費用負担給付額等	なし	
要 件	年齢	なし
	住所	市内に住所を有する方
	要件等	介護にかかわる方
	介護保険	不要
交付窓口	高齢福祉課・障害者地域支援室・地域包括支援課（地域包括支援センター） つくば市役所（883-1111）	
申請方法	上記窓口にて申請	
問合せ先	事務局：社団法人茨城県福祉サービス振興会（029-241-6939）	

名 称		①愛の定期便事業
内 容		安否確認・健康保持・孤独感の解消を図るため、乳製品を週に3回まで手渡して配達する。 ※安否確認が取れなかった際に、様子を見に行っていたいただける方の登録が最低一人必要
費用負担給付額等		乳製品代金の半額
要件	年齢	70歳以上
	住所	市内に住所を有する方
	要件等	見守りを必要とするひとり暮らしの方 ※宅配食事サービスを利用している方は利用不可 ※同一敷地内及び隣接地に親族又はこれに準ずる方が居住している方は対象になりません。
	介護保険	不要
会 場		
申請方法		随時受付・申請書は高齢福祉課・郵送可
問合せ先		高齢福祉課（883-1111）

名 称		②宅配食事サービス事業
内 容		安否確認や健康保持を図るため、調理の困難な高齢者に、夕食を希望の曜日に手渡して配達する。 ※安否確認が取れなかった際に、様子を見に行っていたいただける方の登録が最低一人必要
費用負担給付額等		1食400円（生活保護世帯：300円）
要件	年齢	65歳以上
	住所	市内に住所を有する方
	要件等	安否確認を必要とし、心身の障害等の理由で調理や買物が困難なひとり暮らしや高齢者世帯。 ※愛の定期便を利用している方は利用不可 ※同一敷地内及び隣接地に65歳未満の親族又はこれに準ずる方が居住している方は対象になりません。
	介護保険	不要
会 場		
申請方法		随時受付・申請書は高齢福祉課・郵送可
問合せ先		高齢福祉課（883-1111）

名 称		③緊急通報システム事業
内 容		急病などの緊急時に迅速・適切に対応するため、ひとり暮らし高齢者に緊急通報機器を貸与します。
費用負担給付額等		当該世帯の生計中心者の当該年度の市町村民税が課税の世帯：7,560円（年額）
要件	年齢 住所 要件等	下記のいずれかに該当になる方 ①65歳以上で病弱または重度の身体障害のあるひとり暮らしの方 ②75歳以上のひとり暮らしの方 ※設置には固定電話又は携帯電話が必要です。 ※協力員の登録が最低一人必要になります。 ※同一敷地内に親族又はこれに準ずる方が居住している方は対象になりません。
	介護保険	不要
会 場		
申請方法		申請は高齢福祉課で随時受付。申請には、申請書・申請者宅案内図が必要。郵送可。
問合せ先		高齢福祉課（883-1111）

名 称		④救急医療情報便 ツクツク見守りたい
内 容		市民の安全・安心を確保することを目的に、市では「救急医療情報便」を配布しています。 「救急医療情報便」にご自身の医療情報や緊急時の連絡先などを記載し、専用の封筒に入れ、万一の救急時に備え、ご自宅の冷蔵庫に貼っておいていただくものです。 ※この情報は、救急の際に、救急隊・搬送先医療機関等によって、救急医療に活用されます。
費用負担給付額等		なし
要件	年齢	制限なし
	住所	つくば市に住所を有する方
	要件等	・高齢者の方 ・障害のある方 ・日常生活で健康に不安を抱えている方
	介護保険	不要
会 場		
配布場所		社会福祉課・窓口センターで配布
問合せ先		社会福祉課（883-1111）

名 称		⑤地域見守りネットワーク事業
内 容		地域住民が安心して暮らせるよう、住民同士が協力して地域で見守りのできる仕組みづくりを行う。 小学校区単位に選任した「ふれあい相談員」や見守り活動の協力者の「見守り支援員」とともに、日常生活の中で「見守り」をしていく。必要に応じて専門機関や行政との連携を図る。
費用負担給付額等		なし
要件	年齢	
	住所	市内に住所を有する方
	要件等	ひとり暮らしの高齢者、高齢者世帯、認知症高齢者など見守りが必要な方
	介護保険	不要
会 場		
申請方法		社会福祉協議会地域福祉係 または、各支所へ問合せ
問合せ先		①本部（大穂・谷田部西・筑波圏域）（879-5500） ②中央支所（豊里・谷田部東・桜圏域）（847-0231） ③南支所（荳崎圏域）（876-4552）

名 称	⑥民間の見守りサービス・行方不明高齢者探索サービス	
内 容	※詳しくは各ホームページ等をご確認ください。	
	<p>【見守りサービス】</p> <p>①東京ガスくらし見守りサービス 0120-117-744 見守られる方が東京ガスを利用している方に限られる。</p> <p>②象印マホービン株式会社「みまもりほっとライン」 0120-950-555</p> <p>③高齢者向け安否・体調確認サービス「きずな電話」 0120-109-279</p> <p>④郵便局のみまもりサービス 0120-23-28-86 (携帯電話 0570-046-666)</p> <p>⑤ヤマト運輸のクロネコ見守りサービス 「ハローライト訪問プラン」 0120-545-425</p> <p>【警備会社の見守りサービス】</p> <p>①セコム (SECOM) 高齢者見守りサービス 0120-756-892</p> <p>②アルソック (ALSOK) ご高齢者向け見守り情報配信サービス 0120-39-2413</p> <p>【行方不明高齢者探索サービス】 携帯電話等の一部端末で探索をするサービス</p> <p>①NTT docomo 「イマドコサーチ」</p> <p>②au 安心ナビ</p> <p>③SoftBank 位置ナビ</p>	
費用負担給付額等	事業所により違いがある。	
要 件	年齢	なし
	住所	なし
	要件等	事業所により違いがある
	介護保険	不要
会 場		
申請方法	各事業所	
問合せ先	各事業所	

名 称	①在宅要介護高齢者等紙おむつ購入費助成事業	
内 容	紙おむつ等を購入する費用の一部を助成する。助成券は取扱事業所で利用できる。	
費用負担給付額等	1,000円券×24枚 *申請時期により給付枚数が異なる。	
要件	年齢	65歳以上
	住所	市内に住所を有する方
	要件等	介護保険第1号被保険者で、市民税が非課税の要介護1～5認定者 ※入院・入所中は不可
	介護保険	必要
会 場		
申請方法	随時受付・申請書は高齢福祉課及び各窓口センター・郵送可	
問合せ先	高齢福祉課（883-1111）	

名 称	②ねたきり高齢者理美容料助成事業	
内 容	理美容店に行けない寝たきり状態の方が、家で理美容を受ける際、費用の一部を助成する。助成券は取扱事業所で利用できる。	
費用負担給付額等	4,000円券×2枚	
要件	年齢	65歳以上
	住所	市内に住所を有する方
	要件等	要介護4・5認定者又は寝たきり状態にある方 ※入院・入所中は不可
	介護保険	必要
会 場		
申請方法	随時受付・申請書は高齢福祉課及び各窓口センター・郵送可	
問合せ先	高齢福祉課（883-1111）	

名 称	③在宅高齢者布団丸洗い乾燥事業	
内 容	掛布団・敷布団・毛布の丸洗い乾燥を年2回行う。代えの布団がない場合は無料で貸出しも行う。	
費用負担給付額等	無料	
要件	年齢	65歳以上
	住所	市内に住所を有する方
	要件等	要介護4・5認定者又は寝たきり状態などの方 ※入院・入所中は不可
	介護保険	必要
会 場		
申請方法	随時受付・申請書は高齢福祉課及び各窓口センター・郵送可	
問合せ先	高齢福祉課（883-1111）	

名 称	④福祉用具貸与事業（自費）	
内 容	<p>日常生活の自立を助けるため、自費の福祉用具事業所の貸与・購入の紹介</p> <ul style="list-style-type: none"> ・日本ドライ介護用品のスマイル 土浦営業所 (029-879-5446) ・フランスベッド（株）メディカル 茨城営業所 (029-305-5861) ・茨城福祉サービス (0299-28-1829) ・（株）ロングライフ土浦営業所 (029-841-2422) ・パナソニックエイジフリーショップつくば (029-828-8500) ・ダスキンヘルスレント茨城南ステーション (029-828-7773) ・レンタルサービスソラスト龍ヶ崎 (0297-85-2650) ・つかだアドバンス (029-847-1313) <p>※その他の事業所もある。詳しくはホームページ等をご確認ください。</p>	
費用負担給付額等	自費。費用は事業所により違いがある。	
要 件	年齢	制限なし
	住所	制限なし
	要件等	制限なし
	介護保険	事業所により異なる
会 場		
申請方法	各事業所	
問合せ先	各事業所	

名 称	⑤車いす貸出し事業	
内 容	<p>介護保険の福祉用具貸与や障害者の日常生活用具の給付・貸与等の制度を利用できない方に3ヶ月を上限に貸し出し（一時的）を行う。</p>	
費用負担給付額等	無料	
要 件	年齢	
	住所	
	要件等	原則として、市内在住で、介護保険の福祉用具貸与や障害者の日常生活用具の給付・貸与等の制度が利用できない方、制度利用申請中の方、けがや病気により一時的に車いすを必要としている方が対象。
	介護保険	不要
会 場		
申請方法	社会福祉協議会在宅福祉係に電話相談のうえ、申請書を提出	
問合せ先	社会福祉協議会在宅福祉係（879-5511）	

名 称		⑥福祉用具貸与（介護保険）
内 容		日常生活の自立を助けるため、介護用ベッドや車イス、歩行器等の福祉用具を貸与する。
費用負担給付額等		介護保険範囲内
要件	年齢	要介護認定を受けた40歳以上の方
	住所	つくば市が保険者である方で在宅の方
	要件等	介護保険範囲内 ①車イス ②車イス付属品 ③特殊寝台 ④特殊寝台付属品 ⑤床ずれ防止用具 ⑥体位変換器 ⑦手すり ⑧スロープ ⑨歩行器 ⑩歩行補助杖 ⑪認知症老人徘徊感知機器 ⑫移動用リフト（つり具の部分を除く） ⑬自動排泄処理装置（要介護4～5の人のみ対象） ※要支援1・2及び要介護1の方は①、②、③、④、⑤、⑥、⑪、⑫については原則として保険給付対象とならない。 ※介護保険のケアプラン作成の中で位置づけられて使用。
	介護保険	必要
会 場		
申請方法		各居宅介護支援事業所の介護支援専門員に相談する
問合せ先		介護保険課（883-1111）

名 称		⑦特定福祉用具購入（介護保険）
内 容		日常生活の自立を助けるため、入浴や排泄などに使用する福祉用具の購入をした際、その購入費の一部を支給する（年間10万円までが上限で、その一割から三割が自己負担）。 購入費支給は原則同一年度で同一種目1回に限られる。
費用負担給付額等		介護保険範囲内
要件	年齢	要介護認定を受けた40歳以上の方
	住所	つくば市が保険者である方で在宅の方
	要件等	介護保険範囲内 ①腰掛便座 ②簡易浴槽 ③入浴補助用具 ④自動排泄処理装置の交換可能部品 ⑤移動用リフトのつり具 ⑥排泄予測支援機器 特定福祉用具販売の指定を受けている事業者にて購入する。
	介護保険	必要
会 場		
申請方法		介護保険課で随時受付。申請には申請書・領収証原本・商品カタログが必要。
問合せ先		介護保険課（883-1111）

名 称		①敬老祝金給付事業
内 容		社会に貢献された高齢者の長寿を祝福し、敬老の意を表するとともに福祉の増進に寄与するため、敬老祝金を給付する。
費用負担給付額等		(1)77歳：3千円 88歳：1万円 101歳以上：2万円 (2)100歳：3万円
要件	年齢	年度内に、77歳、88歳、100歳の誕生日を迎える方、又は3月31日現在101歳以上の方
	住所	8月1日現在、引き続き1年以上市内に住所を有し、居住している方
	介護保険	不要
会 場		
申請方法		(1)のみ対象者に送付する振込依頼書を高齢福祉課に提出
問合せ先		高齢福祉課（883-1111）

名 称		②長寿をたたえる事業
内 容		年度内に100歳を迎える高齢者に対し、長寿を祝福し、敬老の意を表すため、ほう状などを贈呈する。
費用負担給付額等		ほう状など
要件	年齢	年度内に、100歳の誕生日を迎える方
	住所	8月1日現在、市内に住所を有する方
	介護保険	不要
会 場		
申請方法		不要
問合せ先		高齢福祉課（883-1111）

名 称		③敬老祝写真贈呈事業
内 容		対象の節目年齢を迎える方が市内写真館等で撮影した記念写真を贈呈する。利用券は取扱事業所で利用できる。
費用負担給付額等		
要件	年齢	70歳、80歳、90歳、100歳
	住所	市内に住所を有する方
	要件等	年度内に対象年齢を迎える方
	介護保険	不要
会 場		市内各所
申請方法		対象者に送付される利用券に同封の取扱事業所に電話で予約する。
問合せ先		高齢福祉課（883-1111）

名 称		①介護輸送サービス（民間事業所）
内 容		寝たきり（寝台自動車）、車いす（福祉タクシー）、車いす用レンタカーにて、送迎・通院、買い物など外出をサポート。 ①大塚介護タクシー（長高野 1669-2）（090 - 4197 - 6919） ②つくばひだまり介護タクシー（長高野 1669-1）（090 - 4197 - 6919） ③つくばケアタクシーいしはま（上郷 7031）（869 - 4012） ④つくば介護タクシー（梅園 2-5-3 A 棟 101）（050 - 5809 - 3900） ⑤ケアタクシーこはる（千現 1-9-1-101）（869 - 7768） ⑥（株）コアラつくば（島名 4436-907）（090 - 1614 - 5530） ⑦フクタク（西大井 1710-332）（090 - 2233 - 3422） ⑧介護タクシーアシストケア（牧園 10-21）（080 - 5025 - 8295） ⑨ドレックス観光ハイヤー（かすみがうら市上稲吉 1829-32）（0299 - 59 - 1717）
費用負担給付額等		事業所により違いがある ・寝台車両・介助料等料金が違う
要件	年齢	制限なし
	住所	制限なし
	要件等	制限なし（介護保険が適用の方の料金については、問い合わせると見積もりを出してくれる。）
	介護保険	事業所により違いがあるが、介護保険の適用となる場合があるため状況により申請が必要
会 場		
申請方法		各事業所に電話確認
問合せ先		各事業所

名 称		②福祉有償運送
内 容		① NPO 法人『友の会たすけあい』（下岩崎 2068）（840 - 1125） ② NPO 法人『サラダボール』（天久保 2-12-7 アウスレーゼ 1 F）（859 - 0590） ※障害者手帳保持者のみ ③医療法人飯村医院 訪問介護なかよし（北条 4326-2）（867 - 6677） ④一般社団法人 絆（高崎 1793-1）（080 - 7974 - 0781）
要件	年齢	事業所により違いがある
	住所	事業所により違いがある
	要件等	事業所により違いがある
	介護保険	状況により各申請が必要
会 場		
申請方法		各事業所
問合せ先		各事業所

名 称		③高齢者運賃割引証
内 容		65 歳以上の市民に対し、利用の際に提示することによりつくバス・つくタク・つくばね号の料金が半額となる割引証を発行している。
費用負担		無料
要件	年齢	65 歳以上
	住所	市内に住民登録があること
	要件等	なし
	介護保険	不要
会 場		高齢福祉課・各窓口センター つくば市役所（883 - 1111）
申請方法		申請の際に本人確認書類を提示
問合せ先		総合交通政策課（883 - 1111）

名 称		④コミュニティバス「つくバス」
内 容	市内10路線を運行するコミュニティバス。小田シャトルを除き平日、土・日・祝ともに同じ時刻で運行中。 H 北部シャトル[つくばセンター（つくば駅）～大穂窓口センター～筑波山口] O 小田シャトル[つくばセンター（つくば駅）～桜窓口センター～筑波交流センター] S 作岡シャトル[研究学園駅～豊里の杜～寺具] Y 吉沼シャトル [研究学園駅～大穂窓口センター～とよさと病院] K 上郷シャトル[つくばセンター（つくば駅）～研究学園駅～とよさと病院] Se 西部シャトル[みどりの駅～万博記念公園駅～とよさと病院] N 南部シャトル [つくばセンター（つくば駅）～谷田部車庫～荃崎窓口センター又は荃崎老人福祉センター] Ya 谷田部シャトル[研究学園駅～万博記念公園駅～谷田部窓口センター] J 自由ヶ丘シャトル[みどりの駅～緑が丘団地～富士見台] Ku 荃崎シャトル[富士見台～荃崎窓口センター～牛久駅西口]	
費用負担	【料金】乗車区間により200円・300円・400円 ※高齢者（高齢者運賃割引証が必要：別表③高齢者運賃割引証参照）、障害者（障害者手帳等の提示が必要）、妊婦または3歳未満のこどもがいる母親（出産支援運賃割引証が必要）、小人は料金が半額 ※1日乗車券や回数券も販売中。詳細は下記「問合せ先」まで。	
要件	年齢	制限なし
	住所	制限なし
	要件等	なし
	介護保険	不要
その他	路線図・時刻表は、市役所や各窓口センター等で配布している「つくバスガイド」、市ホームページ参照	
問合せ先	関東鉄道（株） つくば北営業所（866-0510）※北部・小田・作岡・吉沼・上郷シャトル つくば中央営業所（836-1145）※西部・谷田部・南部シャトル 竜ヶ崎営業所（0297-62-6111）※自由ヶ丘シャトル・荃崎シャトル 総合交通政策課（883-1111）	

名 称		⑤乗合タクシー「つくタク」
内 容	運行地区が設定されている予約制の乗合タクシー。乗降場所が同じ運行地区内であることが基本。ただし、下記の共通ポイントへはどの運行地区からも行き来が可能。自宅から乗降できる「自宅利用登録制度」もある。 【共通ポイント】 つくばセンター（つくば駅）、研究学園駅、つくば市役所、イーアスつくば、クレオ前、筑波大学病院前、筑波メディカルセンター前、春日プラザ、つくば警察署	
費用負担	【料金】地区内300円（現金、またはつくタク利用券） 各地区から共通ポイント 300円または1,300円 ※高齢者（高齢者運賃割引証が必要：別表③高齢者運賃割引証参照）、障害者（障害者手帳等の提示が必要）、妊婦または3歳未満のこどもがいる母親（出産支援運賃割引証が必要）、小人は料金が半額	
要件	年齢	制限なし（未就学児のみの利用は原則不可）
	住所	制限なし（ただし自宅利用登録は市内に限る）
	要件等	運行時間：平日9時台～16時台 予約先（つくタク予約センター029-861-1266） 当日の予約・キャンセル 8：30～17：00 当日以外の予約 12：00～17：00 一人で乗車できない方は介添人の同伴が原則必要。 大きな荷物がある場合は事前に予約センターに要相談。 その他利用上の注意事項は、つくタクガイド等を参照。
	介護保険	不要
その他	詳細は、市役所や各窓口センター等で配布している「つくタクガイド」、市ホームページ、つくタクweb参照	
問合せ先	総合交通政策課（883-1111）つくタク予約センター（861-1266）	

名 称		⑥筑波地区支線型バス「つくばね号」
内 容		路線バス、つくバスが乗り入れる交通結節点と、集落や地域の主要な目的地をつなぎ、筑波地区住民の移動の利便性向上及び地域活性化の推進を目的として運行しているワゴン車サイズのバス（乗客8人乗り）。平日、土・日・祝日ともに同じ時刻表で運行中。 コース概要：筑波ふれあいの里入口（つくば湯）～ 沼田 ～ 六所 ～ 神郡～ 平沢 ～ 筑波中央病院
費用負担		【料金】全区間 200 円 ※高齢者（高齢者運賃割引証が必要：別表③高齢者運賃割引証参照）、障害者（障害者手帳等の提示が必要）、妊婦または3歳未満の子どもがいる母親（出産支援運賃割引証が必要）、小人は料金が半額 ※回数券（100 円券 11 枚＝ 1,000 円）をつくばね号車内で販売中
要件	年齢	制限なし
	住所	制限なし
	要件等	●筑波山の観光繁忙期※は、道路の混雑状況を考慮し部分運休を実施することがある ※観光繁忙期：GW（4月上旬～5月上旬）及び紅葉シーズン（10月下旬～12月上旬）の土日祝日など ●車いすでの直接の乗車は不可 ●折りたためない電動車いす等は積載不可
	介護保険	不要
その他		路線図・時刻表は、市役所や各窓口センター等で配布している「つくばね号ガイド」、市ホームページ参照
問合せ先		新栄タクシー有限会社（864-1761） 総合交通政策課（883-1111）

名 称		⑦いばらき身障者等用駐車場利用証制度
内 容		ショッピングセンターや公共施設などにある身体障害者等用駐車場を本当に必要としている方が利用しやすい環境を整備するため、障害者、高齢者、難病患者及び妊産婦の方などの申し出により利用証を発行する制度（利用証は県内全て（一部県外も可）の障害者等用駐車場で利用可能）
費用負担給付額等		なし
要件	年齢	要件に準ずる
	住所	市内に住所を有する方
	要件等	身体障害者手帳の程度が該当となる方、知的障害者、精神障害者、高齢者、難病患者、妊産婦等（各々に該当の基準がありますので詳細はお問合せください。）
	介護保険	要介護1以上の方
交付窓口		障害者地域支援室・高齢福祉課・健康増進課 つくば市役所（883-1111）
申請方法		障害者地域支援室・高齢福祉課・健康増進課にて申請
問合せ先		茨城県福祉部長寿福祉課長寿企画・援護担当（029-301-3326）

名 称		⑧高齢者タクシー運賃助成事業
内 容		外出するときに利用するタクシー運賃の一部を助成。助成券は、取扱事業所で利用できる。
費用負担給付額等		500円券×24枚
要件	年齢	65歳以上又は70歳以上
	住所	市内に住所を有する方
	要件等	①65歳以上のひとり暮らしの方 ②70歳以上の高齢者だけでお住まいの方 ③本人が70歳以上で市民税非課税世帯の方 ※住民基本台帳上で65歳以上の単身世帯、又は70歳以上の高齢者世帯の方も対象になります。 ※自家用車を運転している方は対象になりません。入院・入所中は不可。 ※障害者福祉タクシー事業については障害福祉課へ
	介護保険	不要
申請方法		随時受付・申請書は高齢福祉課及び各窓口センター・郵送可
問合せ先		高齢福祉課（883－1111）

名 称		⑨高齢者運転免許自主返納支援事業
内 容		市では、高齢者の交通事故防止対策の一つとして、65歳以上の高齢者が自主的に運転免許を返納した場合に受けられる特典を用意し、運転免許返納の促進を図る。
費用負担給付額等		運転免許有効期間（返納時） ・1年未満 6,000円分 ・1年以上2年未満 8,000円分 ・2年以上 10,000円分 返納時の運転免許有効期間によって、それぞれの金額分の「つくバスの乗車券」、「PASMOカード」いずれかの特典が選べる。
要件	年齢	65歳以上
	住所	市内に住所を有する方
	要件等	運転免許を自主返納した方
申請方法		防犯交通安全課または各窓口センターへ申請
問合せ先		防犯交通安全課（883－1111）

名 称		⑩高齢者電動アシスト自転車等購入費補助事業
内 容		市が実施する交通安全講習を受講した70歳以上の方が、電動アシスト自転車を購入する際の費用の一部を補助。補助を受けるためには購入前の手続きが必要。
費用負担給付額等		1. 新品の電動アシスト自転車の本体購入費用の4分の3 （補助額上限：2輪車50,000円、3輪車・4輪車120,000円） 申請年度またはその前年度に運転免許証を有効期間内に自主返納した方には、2輪車は15,000円分、3輪車・4輪車は30,000円分の上乗せがある。 2. 新品の自転車用ヘルメットの本体購入費用（補助額上限2,000円） ※自転車用ヘルメットの補助は、電動アシスト自転車の補助と併せての申請のみ
要件	年齢	申請年度内に満70歳以上になる方
	住所	市内に住所を有する方
	要件等	・市が実施する交通安全講習を受講した方であること ・本人及び本人と同一世帯の方が申請年度の前年度までに市税等を滞納していないこと ※補助は1世帯につき1人で一回のみ
	介護保険	不要
申請方法		つくば市公式ホームページより電子申請又は高齢福祉課窓口
問合せ先		高齢福祉課（883－1111）

名 称	①高齢者いきいきサロン	
内 容	家に閉じこもりがちな高齢者に、友人や生きがい活動を見つけてもらえるよう、誰もが自由に参加できるサロンを開催する。 (メニュー例) 太極拳、民謡、笑いヨガ、歌、絵手紙	
費用負担給付額等	100円/回 ※その他メニューにより材料費等実費負担有	
要 件	年齢	概ね60歳以上の方
	住所	市内に住所を有する方
	要件等	初回参加時に会員登録が必要
	介護保険	不要
会 場	月曜日 老人福祉センターとよさと (遠東639) 火曜日 市民研修センター (北条1477-1) 水曜日 荃崎農村高齢者交流センター (下岩崎2068) 金曜日 大穂交流センター (筑穂1-10-4)	
申請方法	各会場 ※開催日のみ	
問合せ先	社会福祉協議会中央支所 (847-0231)	

名 称	②高齢者いきいきサロン出前講座	
内 容	サロン会場へ出向くことのできない高齢者に対し、依頼により地域への出前講座を実施し、高齢者の交流や生きがいづくりの支援を行う。	
費用負担給付額等	100円×参加人数 ※その他のメニューにより材料費実費負担有	
要 件	年齢	概ね60歳以上の方
	住所	市内に住所を有する方
	要件等	・概ね10名以上のグループに限る ・年度内4回まで講師料を社会福祉協議会が負担 5回目以降はグループで負担する
	介護保険	不要
会 場	つくば市内各所	
会 場	希望会場(地域の集会所等)	
申請方法	社会福祉協議会地域福祉係	
問合せ先	社会福祉協議会中央支所 (847-0231)	

名 称	③ふれあいサロン	
内 容	地域の人達が定期的集まって交流の機会をもち、仲間づくりができる場所を地域の住民が主体的に運営している。 各地区問合せ先 ①大穂・谷田部西・筑波圏域(本部) (879-5500) ②豊里・谷田部東・桜圏域(中央支所) (847-0231) ③荃崎圏域(南支所) (876-4552)	
費用負担給付額等	*各サロンによって異なる	
要 件	年齢	制限なし
	住所	市内に住所を有する方
	要件等	原則としてふれあいサロン開催地区にお住まいの方
	介護保険	不要
会 場	つくば市内各所	
申請方法	社会福祉協議会又は社協各支所	
問合せ先	社会福祉協議会地域福祉係 (879-5500)	

通いの場 ④筑波圏域のサロン情報等

団体名	① 新町さくらの会	種別	サロン
活動内容	出前体操、茶話会、食事会など		
対象者	北条新町区高齢者		
利用料	1回 100円		
活動日時	第3火曜日 9:30～12:00		
活動場所	新町公民館		
問合せ先	社会福祉協議会地域福祉係 (879-5500)		

団体名	② 平沢明朗会	種別	サロン
活動内容	茶話会・健康体操・食事会・手作り作品・シルバー体操など		
対象者	平沢地区・近隣地区高齢者		
利用料	年 1,000円		
活動日時	第1・3水曜日 9:00～15:00		
活動場所	平沢児童館		
問合せ先	社会福祉協議会地域福祉係 (879-5500)		

団体名	③ 元気会	種別	サロン
活動内容	茶話会・健康体操・食事会		
対象者	沼田地区（上坪・中坪・下坪）高齢者		
利用料	年 2,000円		
活動日時	第2・4水曜日 10:00～12:00		
活動場所	沼田児童館		
問合せ先	社会福祉協議会地域福祉係 (879-5500)		

団体名	④ 虹の会	種別	サロン
活動内容	観音講・高齢者接待・花壇除草・美化ボランティア・新年会など		
対象者	下作谷全地区高齢者		
利用料	観音堂賽銭		
活動日時	9月は第1土曜日・12月は第1日曜日・他の月は、日時はその都度決定		
活動場所	下作谷公民館・下作谷観音堂・下作谷花壇		
問合せ先	社会福祉協議会地域福祉係 (879-5500)		

団体名	⑤ 喜楽サロン	種別	サロン
活動内容	花見・料理教室・食事会・茶話会・講話・折紙・編物・カラオケ・花壇づくり		
対象者	田中・磯部地区高齢者		
利用料	1回 100円		
活動日時	第3水曜日 9:00～11:30		
活動場所	下田中児童館		
問合せ先	社会福祉協議会地域福祉係 (879-5500)		

団体名	⑥ 桜池サロン	種別	サロン
活動内容	お花見会・健康体操・頭の体操・味噌づくり・茶話会・新年会		
対象者	筑波地区高齢者		
利用料	1回 500円		
活動日時	第2・3水曜日 10:00～15:00		
活動場所	つくば市市民研修センター		
問合せ先	社会福祉協議会地域福祉係 (879-5500)		

団体名	⑦ ふれあいサロン小田	種別	サロン
活動内容	シルバーリハビリ体操など		
対象者	小田地区高齢者		
利用料	必要に応じて徴収		
活動日時	第2・第4水曜日 10:00～11:00		
活動場所	小田小交流プラザ		
問合せ先	社会福祉協議会地域福祉係 (879-5500)		

団体名	⑧ 東作谷ふれあいサロン	種別	サロン
活動内容	輪投げ・茶話会・食事会など		
対象者	東作谷地区高齢者・子育て世帯		
利用料	必要に応じて		
活動日時	第3日曜日 10:00～12:00 3月は第4日曜日		
活動場所	東作谷集会所		
問合せ先	社会福祉協議会地域福祉係 (879-5500)		

団体名	⑨ 西作谷シニア会	種別	サロン
活動内容	茶話会・健康体操・誕生会など		
対象者	西作谷地区高齢者		
利用料	なし		
活動日時	第2第4木曜日 9:00～11:30		
活動場所	西作谷公民館		
問合せ先	社会福祉協議会地域福祉係 (879-5500)		

団体名	⑩ すずらん会	種別	サロン
活動内容	カラオケ体操・運動インストラクターによる体操・体力測定・体組織測定・新忘年会・手芸など		
対象者	北条多気本町内高齢者		
利用料	半期600円 年会費1,200円		
活動日時	第1水曜日 13:30～14:45 (会員のみで第3水曜日)		
活動場所	北条多気本町公民館 / 代表者宅		
問合せ先	社会福祉協議会地域福祉係 (879-5500)		

団体名	⑪ さつき会	種別	サロン
活動内容	健康体操・ウォーク・その他		
対象者	大形地区高齢者		
利用料	なし		
活動日時	第1金曜日 10:00～11:15		
活動場所	大形集会所		
問合せ先	社会福祉協議会地域福祉係 (879-5500)		

団体名	⑫ サロンきずな	種別	サロン
活動内容	脳トレ・輪投げ・茶話会・歌・クリスマス会・お花見会・暑気払い・誕生日会		
対象者	筑波地区内高齢者		
利用料	1回100円 年会費1,200円		
活動日時	第2水曜日 10:00～11:30		
活動場所	上田中集会所		
問合せ先	社会福祉協議会地域福祉係 (879-5500)		

団体名	⑬ ふれあいサロン白秋	種別	サロン
活動内容	茶話会・ゲーム・手芸・身体を動かすこと		
対象者	水守地区高齢者		
利用料	年会費1,000円		
活動日時	第1土曜日 9:30～11:30		
活動場所	水守研修センター		
問合せ先	社会福祉協議会地域福祉係 (879-5500)		

団体名	⑭ つくばね運動教室	種別	サロン
活動内容	食事会・輪投げ会		
対象者	筑波地区内高齢者		
利用料	なし		
活動日時	第2火曜日又は木曜日 10:00～11:15		
活動場所	筑波交流センター 大ホール・会議室 (A, B)		
問合せ先	社会福祉協議会地域福祉係 (879-5500)		

通いの場 ⑤大穂豊里圏域(大穂)のサロン情報等

団体名	① 蓮沼サロン会	種別	サロン
活動内容	健康体操・輪投げ・雑談・折紙・あみ物・昼食会など		
対象者	蓮沼地区高齢者		
利用料	毎月の各自弁当代		
活動日時	第1火曜日 10:00～14:00		
活動場所	蓮沼公民館		
問合せ先	社会福祉協議会地域福祉係 (879-5500)		

団体名	② 館笠サロン会	種別	サロン
活動内容	食事会・集落内除草・草刈・その他		
対象者	吉沼館笠地区高齢者		
利用料	必要に応じて集金		
活動日時	第3金曜日 18:00～20:00		
活動場所	館笠集落センター		
問合せ先	社会福祉協議会地域福祉係 (879-5500)		

団体名	③ サロンふれんず	種別	サロン
活動内容	健康体操・手工芸・茶話会・季節の行事会・お出掛け(食事会も含む)		
対象者	大穂地区高齢者		
利用料	1回500円(昼食代)		
活動日時	第4木曜日 10:30～15:00		
活動場所	筑穂館		
問合せ先	社会福祉協議会地域福祉係 (879-5500)		

団体名	④ 岩崎お楽しみ会	種別	サロン
活動内容	健康体操・食事会・茶話会・花見会・スクエアステップ・グラウンドゴルフなど		
対象者	岩崎地区高齢者		
利用料	必要に応じて		
活動日時	第1木曜日 13:30～15:00		
活動場所	長高野岩崎公民館		
問合せ先	社会福祉協議会地域福祉係 (879-5500)		

団体名	⑤ ふれあいサロン「新地下花の会」	種別	サロン
活動内容	シニア向け講話・輪投げ・健康体操教室・お楽しみ食事会・カラオケ・クリスマス会・昔あそび・ゲームなど		
対象者	吉沼新地下町地区高齢者		
利用料	1回200円(企画内容により追加負担あり)		
活動日時	第3水曜日 10:00～12:00		
活動場所	新地下町公民館		
問合せ先	社会福祉協議会地域福祉係 (879-5500)		

団体名	⑥ 吉沼さつき会	種別	サロン
活動内容	健康体操・茶話会・食事会・調理実習・輪投げ・ゲーム大会など		
対象者	吉沼小学校区高齢者		
利用料	必要に応じて		
活動日時	第2第4月曜日 9:30～12:00		
活動場所	吉沼交流センター		
問合せ先	社会福祉協議会地域福祉係 (879-5500)		

団体名	⑦ ひまわり会	種別	サロン
活動内容	健康体操・茶話会		
対象者	前野山木地地区高齢者		
利用料	200円		
活動日時	第2第4金曜日 13:30～15:00		
活動場所	山木地研修センター		
問合せ先	社会福祉協議会地域福祉係 (879-5500)		

通いの場 ⑥大穂豊里圏域(豊里)のサロン情報等

団体名	① 暖々	種別	サロン
活動内容	健康体操・茶話会・食事会・トーンチャイム練習会・花見・ウォーキング		
対象者	市内・豊里地区高齢者・障害者・子育て世帯		
利用料	食事会の時(年2回位)		
活動日時	第1第3火曜日 9:00～12:00		
活動場所	老人福祉センターとよさと		
問合せ先	社会福祉協議会地域福祉係(879-5500)		

団体名	② ゆいまーる	種別	サロン
活動内容	手芸、折り紙をしながらおしゃべり・外出(買い物・食事会)		
対象者	上郷大山地区高齢者 他		
利用料	1回500円(変更あり)		
活動日時	第4月曜日 10:00～15:00		
活動場所	代表者宅		
問合せ先	社会福祉協議会地域福祉係(879-5500)		

団体名	③ 森のおうち	種別	サロン
活動内容	脳トレ・手芸・体操・季節の行事・散歩・新聞記事を読むなど		
対象者	豊里地区高齢者 他		
利用料	1回500円		
活動日時	第1第3木曜日 10:00～15:00		
活動場所	老人福祉センターとよさと		
問合せ先	社会福祉協議会地域福祉係(879-5500)		

団体名	④ 豊里の杜ふれあいサロン	種別	サロン
活動内容	お花見会・シニアリハビリ体操・俳句の会・歌う会・食事会など		
対象者	豊里の杜地区高齢者・周辺近隣地区		
利用料	半期600～3,600円		
活動日時	月・火・水・金 午前中(詳細は要問合せ)		
活動場所	豊里の杜自治会館(さくら)・せせら及びさくら公園		
問合せ先	社会福祉協議会地域福祉係(879-5500)		

団体名	⑤ 酒丸ふれあいサロン	種別	サロン
活動内容	茶話会・グラウンドゴルフ		
対象者	酒丸地区内及び豊里の杜地区内高齢者		
利用料	参加費1回100円		
活動日時	第2第4火曜日 13:30～16:00		
活動場所	酒丸「グラウンドゴルフ場(仮称)」(代表者所有地)		
問合せ先	社会福祉協議会地域福祉係(879-5500)		

通いの場 ⑦谷田部西圏域のサロン情報等

団体名	① 水曜会	種別	サロン
活動内容	健康体操・茶話会・社会貢献活動・食事会・清掃活動など		
対象者	鍋沼新田地区高齢者・障害者・その他参加自由		
利用料	1回100円 年会費1,200円		
活動日時	第3水曜日 13:30～15:00		
活動場所	鍋沼集落センター		
問合せ先	社会福祉協議会地域福祉係(879-5500)		

団体名	② 本鎌ふれあいサロン	種別	サロン
活動内容	健康体操・スクエアステップ・歌う会		
対象者	真瀬本田鎌倉地域住民		
利用料	なし(材料費・昼食代を負担する場合あり)		
活動日時	第2金曜日 10:00～11:30 第3木曜日 13:30～15:00 第4月曜日 10:00～11:30		
活動場所	真瀬本田鎌倉農村集落センター		
問合せ先	社会福祉協議会地域福祉係(879-5500)		

団体名	③ 真瀬新田ふれあいサロン	種別	サロン
活動内容	草花の鉢植え・お楽しみ会・日本舞踊鑑賞・マジックショー・民謡鑑賞・健康体操など		
対象者	真瀬新田地区高齢者		
利用料	1回100円		
活動日時	第2火曜日 10:00～12:00		
活動場所	真瀬新田研修センター和室		
問合せ先	社会福祉協議会地域福祉係 (879-5500)		

団体名	④ ふれあいサロン緑が丘	種別	サロン
活動内容	茶話会・お花見・クリスマス会など		
対象者	緑ヶ丘団地内		
利用料	1回200円		
活動日時	第2・4火曜日 10:00～12:00		
活動場所	緑が丘自治会館		
問合せ先	社会福祉協議会地域福祉係 (879-5500)		

団体名	⑤ 福寿草	種別	サロン
活動内容	茶話会・季節の行事・出前体操・食事会など		
対象者	みずほ団地高齢者		
利用料	活動内容に応じて実費を徴収		
活動日時	第1木曜日 10:00～15:00		
活動場所	みずほ自治会館		
問合せ先	社会福祉協議会地域福祉係 (879-5500)		

団体名	⑥ ふれあいサロン観音台	種別	サロン
活動内容	健康体操・音楽鑑賞・勉強会など		
対象者	観音台一丁目地区高齢者とその周辺地区高齢者		
利用料	なし		
活動日時	第2月曜日 10:00～12:00		
活動場所	観音台集会所		
問合せ先	社会福祉協議会地域福祉係 (879-5500)		

団体名	⑦ グリーンハイツ陽だまりサロン	種別	サロン
活動内容	花見会・リフレッシュ体操(出前)・そば打ち会・シニア作品展・クリスマスパーティー・新年会・カーレットなど		
対象者	グリーンハイツ内高齢者及びその友人		
利用料	1回100円(第3水曜参加時)		
活動日時	第2・4土曜日・第3水曜日・第4木曜日 13:30～15:00		
活動場所	グリーンハイツ研修センター		
問合せ先	社会福祉協議会地域福祉係 (879-5500)		

団体名	⑧ あおぞら	種別	サロン
活動内容	歌・フラワーアレンジ・七夕祭など		
対象者	台面野井地区高齢者		
利用料	随時		
活動日時	毎月3日 13:00～15:00		
活動場所	台面野井研修センター		
問合せ先	社会福祉協議会地域福祉係 (879-5500)		

団体名	⑨ ふれあいサロン香取台	種別	サロン
活動内容	茶話会・体操など		
対象者	香取台地区高齢者		
利用料	300円/回(バーディにて開催時)		
活動日時	第1金曜日・第3火曜日 10:00～12:00		
活動場所	ドックカフェバーディ・香取台交流センター		
問合せ先	社会福祉協議会地域福祉係 (879-5500)		

団体名	⑩ 富士見ヶ丘ふれあいサロン	種別	サロン
活動内容	体操・つくバス旅・お楽しみ会		
対象者	富士見ヶ丘団地内高齢者・障害者・子育て世代		
利用料	なし（催目により徴収）		
活動日時	第2・4木曜日 10:00～12:00		
活動場所	富士見ヶ丘集会所		
問合せ先	社会福祉協議会地域福祉係（879-5500）		

団体名	⑪ 平わかば会	種別	サロン
活動内容	健康体操・茶話会など		
対象者	平地区高齢者		
利用料	助成金内で		
活動日時	第2月曜日 13:00～14:45		
活動場所	平公民館		
問合せ先	社会福祉協議会地域福祉係（879-5500）		

団体名	⑫ 谷田部グリーンハイツ助け合いの会	種別	助け合い
活動内容	駅や買い物などの送迎・病院付き添い・一緒に行く清掃軽作業・草刈り・話し相手留守番・見守り・サロンの運営など、その他状況に応じて支援している		
対象者	グリーンハイツ在住高齢者		
利用料	1作業 300円		
活動日時	基本活動 9:00～17:00		
活動場所	自宅・つくば市内		
問合せ先	地域包括支援課（883-1111）		

団体名	⑬ コスモス会	種別	サロン
活動内容	健康体操・茶話会・食事会など		
対象者	島名入坪地区内高齢者		
利用料	なし		
活動日時	第2火曜日 11:00～15:00		
活動場所	島名入坪集会所		
問合せ先	社会福祉協議会地域福祉係（879-5500）		

通いの場 ⑧谷田部東圏域のサロン情報等

団体名	① サロン 松美会	種別	サロン
活動内容	体操・出前講座・音楽会・食事会・落語など		
対象者	松代近隣高齢者・その他（制限なし）		
利用料	1回 100円（内容によって変更あり）		
活動日時	第3月曜日 10:00～12:00（9月第2月曜日）		
活動場所	松代交流センター		
問合せ先	社会福祉協議会地域福祉係（879-5500）		

団体名	② 赤塚東山ふれあいサロン	種別	サロン
活動内容	茶話会・健康体操・手芸・花見など		
対象者	赤塚東山自治会員 高齢者・その他（運営ボランティア）		
利用料	1回 100円		
活動日時	第3月曜日 10:00～12:00		
活動場所	赤塚東山自治会館		
問合せ先	社会福祉協議会地域福祉係（879-5500）		

団体名	③ トークアンドトーク	種別	サロン
活動内容	食事会・脳トレ体操・健康体操・茶話会		
対象者	高野台地区高齢者		
利用料	なし		
活動日時	第2木曜日 13:00～15:00		
活動場所	高野台コミュニティーセンター		
問合せ先	社会福祉協議会地域福祉係（879-5500）		

団体名	④ 東小学校区ふれあいサロン	種別	サロン
活動内容	茶話会・健康体操・歌の会・食事会・音楽鑑賞・買物ツアーなど		
対象者	東・稲荷前・梅園他地区高齢者		
利用料	1回100円		
活動日時	毎月第2・3・4水曜日 10:00～12:00		
活動場所	東児童館		
問合せ先	社会福祉協議会地域福祉係 (879-5500)		

団体名	⑤ ふれあいセントラルの会	種別	サロン
活動内容	お花見・健康体操・スクエアステップ・カラオケ体操・食事会など		
対象者	南中妻セントラルタウン近辺地区高齢者・子育て世帯		
利用料	1回100円		
活動日時	第3月曜日 10:00～12:00		
活動場所	南中妻セントラルタウン自治会館		
問合せ先	社会福祉協議会地域福祉係 (879-5500)		

団体名	⑥ ふれあいサロン 二の宮	種別	サロン
活動内容	健康マージャンと生活情報交換など		
対象者	二の宮地区と近隣地区高齢者・障害者		
利用料	当面0円		
活動日時	毎週日曜日 13:00～17:00		
活動場所	二の宮交流センター		
問合せ先	社会福祉協議会地域福祉係 (879-5500)		

団体名	⑦ 4丁目けんこう会	種別	サロン
活動内容	健康体操・茶話会など		
対象者	研究学園4丁目地区高齢者		
利用料	なし		
活動日時	第2第4金曜日 10:00～12:00		
活動場所	スマ・エコ シティつくば研究学園「スマートエコステーション集会所」		
問合せ先	社会福祉協議会地域福祉係 (879-5500)		

団体名	⑧ 笑和いきいき会	種別	サロン
活動内容	シルバーリハビリ体操、会話、歩く会、食事会		
対象者	梶内地区高齢者		
利用料	月1回100円		
活動日時	第2第4水曜日 10:00～11:30		
活動場所	梶内生活改善センター		
問合せ先	社会福祉協議会地域福祉係 (879-5500)		

団体名	⑨ 西岡ひよっ子会	種別	サロン
活動内容	茶話会・健康体操・食事会など		
対象者	西岡・西大橋高齢者		
利用料			
活動日時	第2第4金曜日 10:00～11:30		
活動場所	西岡研修センター		
問合せ先	社会福祉協議会地域福祉係 (879-5500)		

団体名	⑩ まついちサロン	種別	サロン
活動内容	茶話会・健康体操・脳トレゲームなど		
対象者	松代1丁目高齢者		
利用料	なし		
活動日時	第2木曜日 10:30～11:30		
活動場所	松代1丁目町会集会所		
問合せ先	社会福祉協議会地域福祉係 (879-5500)		

団体名	⑪ サーパスつくば健康クラブ	種別	サロン
活動内容	茶話会・健康体操など		
対象者	マンション内高齢者など		
利用料	なし（インストラクター指導時は500円負担）		
活動日時	毎週火曜日 10:00～12:00		
活動場所	マンション内集会室		
問合せ先	社会福祉協議会地域福祉係（879-5500）		

団体名	⑫ 春日元気クラブ	種別	サロン
活動内容	健康体操など		
対象者	つくば市及び近隣町村高齢者・障害者		
利用料	なし		
活動日時	第2第4水曜日 13:30～15:00		
活動場所	代表者宅		
問合せ先	社会福祉協議会地域福祉係（879-5500）		

団体名	⑬ 館野ろまん倶楽部	種別	サロン
活動内容	健康体操（シルバーリハビリ体操）・脳トレ体操・茶話会		
対象者	館野地区高齢者		
利用料	年会費 1,000円		
活動日時	毎月第1又は第2月曜日 10:00～12:00		
活動場所	館野研修センター		
問合せ先	社会福祉協議会地域福祉係（879-5500）		

団体名	⑭ ふれあいサロン稲岡	種別	サロン
活動内容	健康体操・食事会など		
対象者	稲岡地区高齢者		
利用料	年会費 1,000円		
活動日時	第4水曜日 13:30～14:45		
活動場所	稲岡農村集落センター		
問合せ先	社会福祉協議会地域福祉係（879-5500）		

団体名	⑮ 元気でいよう会研究学園	種別	サロン
活動内容	茶話会・健康体操・体力測定		
対象者	市役所周辺高齢者		
利用料	3ヶ月 1,000円		
活動日時	毎週木曜日 9:00～13:00		
活動場所	市役所コミュニティ棟		
問合せ先	社会福祉協議会地域福祉係（879-5500）		

団体名	⑯ 洞峰サロン	種別	サロン
活動内容	茶話会・散策・俳句作成・鑑賞		
対象者	つくば市とその周辺の方誰でも		
利用料	年 1,200円		
活動日時	第3火曜日 10:00～12:00		
活動場所	マジロカフェ（洞峰公園新都市記念館内）		
問合せ先	社会福祉協議会地域福祉係（879-5500）		

団体名	⑰ サロンかつらぎ	種別	サロン
活動内容	茶話会・健康体操・ポッチャ・手工芸制作		
対象者	苅間地区内高齢者・その他（地域住民）		
利用料	1回 100円		
活動日時	第2・4木曜日 10:00～12:00		
活動場所	苅間・辻・原研修センター		
問合せ先	社会福祉協議会地域福祉係（879-5500）		

通いの場 ⑨桜圏域のサロン情報等

団体名	① サロンドG&B	種別	サロン
活動内容	雑談		
対象者	松栄自治会高齢者		
利用料	なし		
活動日時	第1日曜日 13:00～15:00		
活動場所	松栄集会所		
問合せ先	社会福祉協議会地域福祉係 (879-5500)		

団体名	② 二輪草	種別	サロン
活動内容	体操・小物作り・フラワーアレンジメント・ウォーキングなど		
対象者	桜ニュータウン近辺の高齢者(女性)		
利用料	実費 およそ1回300円		
活動日時	第1・3・5水曜日 10:00～12:00		
活動場所	広岡交流センター和室		
問合せ先	社会福祉協議会地域福祉係 (879-5500)		

団体名	③ シニアサロンぶらり	種別	サロン
活動内容	健康体操・茶話会・食事会など		
対象者	市内高齢者		
利用料	年1,200円又は1回100円		
活動日時	第2火曜日 12:30～16:00		
活動場所	吾妻交流センター		
問合せ先	社会福祉協議会地域福祉係 (879-5500)		

団体名	④ たのし家ふれあいサロン	種別	サロン
活動内容	健康体操・茶話会等 毎回運動後に茶話会等		
対象者	市内高齢者・その他どなたでもご自身で来られる方		
利用料	200円(材料費、実費 昼食代500円)		
活動日時	毎週月曜日 10:15～12:00 ※8月と年末年始除く		
活動場所	たのし家(下広岡)		
問合せ先	社会福祉協議会地域福祉係 (879-5500)		

団体名	⑤ ふれあいサロンさくら	種別	サロン
活動内容	茶話会・健康体操・歌唱など		
対象者	高齢者近隣住民		
利用料	なし		
活動日時	第3木曜日 10:00～12:00		
活動場所	ウエルシアつくば桜店		
問合せ先	社会福祉協議会地域福祉係 (879-5500)		

団体名	⑥ ミニかるやかクラブ	種別	サロン
活動内容	健康体操・食事会など		
対象者	市内高齢者		
利用料	1回100円		
活動日時	第2第4木曜日 10:00～11:30		
活動場所	並木交流センター		
問合せ先	社会福祉協議会地域福祉係 (879-5500)		

団体名	⑦ ふれあいサロン ひだまり	種別	サロン
活動内容	健康体操・茶話会・食事会など		
対象者	梅園地区高齢者		
利用料	1回100円		
活動日時	第4金曜日 13:30～16:00		
活動場所	梅園集会所		
問合せ先	社会福祉協議会地域福祉係 (879-5500)		

団体名	⑧ 青年のサロン	種別	サロン
活動内容	室内ゲーム・ハイキング・お花見・クリスマス会・バーベキュー・初詣など		
対象者	つくば市及びつくば市周辺青年		
利用料	1回 100円		
活動日時	第1木曜日 13:30～17:00		
活動場所	吾妻交流センター		
問合せ先	社会福祉協議会地域福祉係 (879-5500)		

団体名	⑨ カフェロマン	種別	サロン
活動内容	茶話会・勉強会・レク(笑いヨガなど)・情報交換・地域行事への参加計画など(ZOOMも可)		
対象者	つくば市内高齢者、認知症に関心のある方		
利用料	1回 100円		
活動日時	第1火曜日 14:00～16:00		
活動場所	吾妻交流センター		
問合せ先	社会福祉協議会地域福祉係 (879-5500)		

団体名	⑩ 倉掛ふれあいサロン	種別	サロン
活動内容	健康体操・茶話会・食事会など		
対象者	倉掛地区高齢者		
利用料	なし		
活動日時	第3水曜日 10:00～11:00		
活動場所	倉掛センター		
問合せ先	社会福祉協議会地域福祉係 (879-5500)		

団体名	⑪ 竹園ふれあいサロン	種別	サロン
活動内容	茶話会・歌・健康レク・サロン通信など		
対象者	竹園東中学校区高齢者・認知症の方など		
利用料	なし		
活動日時	第3金曜日 13:00～16:00		
活動場所	竹園交流センター		
問合せ先	社会福祉協議会地域福祉係 (879-5500)		

団体名	⑫ ふれあいサロン水車	種別	サロン
活動内容	健康体操など		
対象者	桜・大穂・荃崎地区高齢者		
利用料	なし		
活動日時	第3水曜日 13:00～17:00		
活動場所	桜老人福祉センター		
問合せ先	社会福祉協議会地域福祉係 (879-5500)		

団体名	⑬ さくらおたすけ会	種別	助けあい
活動内容	草取り・弁当宅配・ゴミ出し・大工仕事等の生活で困った事の支援		
対象者	桜ニュータウン内の登録メンバー(弁当宅配のみ登録メンバー以外も可)		
利用料	登録料:2,000円(終身会費)・草取り2,000円 弁当250円・ゴミ出し500円～1,500円/1か月(要相談) 支援内容により材料費徴収		
活動日時	草取り(年2回春と秋実施)・弁当宅配(年7回、6月～9月、3月は休み)		
活動場所	自宅・交流センター他		
問合せ先	地域包括支援課 (883-1111)		

団体名	⑭ パークヒル吾妻 おしゃべり会	種別	サロン
活動内容	茶話会		
対象者	桜地区内高齢者世帯・子育て世帯		
利用料	なし		
活動日時	毎月第2金曜日 13:30～15:30		
活動場所	パークヒル吾妻集会室		
問合せ先	社会福祉協議会地域福祉係 (879-5500)		

団体名	⑮ ふれあいサロンやよい	種別	サロン
活動内容	小物作り・歌・ドライフラワー・ゲストによる演奏会など		
対象者	並木梅園地区高齢者		
利用料	参加費 1 回 100 円		
活動日時	第 1 水曜日 10 : 00 ~ 12 : 00		
活動場所	並木交流センター		
問合せ先	社会福祉協議会地域福祉係 (879-5500)		

団体名	⑯ 桜レインボー	種別	サロン
活動内容	健康体操・茶話会・お花見会		
対象者	桜地区高齢者		
利用料	0円		
活動日時	第 2 水曜日 13 : 00 ~ 15 : 00		
活動場所	栗原交流センター		
問合せ先	社会福祉協議会地域福祉係 (879-5500)		

団体名	⑰ 春風台サロン	種別	サロン
活動内容	健康体操・交流会		
対象者	春風台高齢者・障害者		
利用料	年 1,200 円		
活動日時	第 2 火曜日 10 : 00 ~ 12 : 00		
活動場所	参加者個人宅		
問合せ先	社会福祉協議会地域福祉係 (879-5500)		

通いの場 ⑩ 茎崎圏域のサロン情報等

団体名	① サロン・ド・チェリー	種別	サロン
活動内容	出前講座・茶話会・ゲーム		
対象者	桜が丘地区住民高齢者		
利用料	1 回 100 円		
活動日時	第 3 水曜日 10 : 00 ~ 12 : 00		
活動場所	桜が丘公民館		
問合せ先	社会福祉協議会地域福祉係 (879-5500)		

団体名	② ふれあいサロンひまわり	種別	サロン
活動内容	体操・輪投げ・クリスマス会・折り紙・ぬり絵など		
対象者	茎崎全域高齢者		
利用料	1 回 500 円 現在コロナのため 1 回 200 円		
活動日時	第 2・4 月曜日 10 : 00 ~ 14 : 00		
活動場所	茎崎農村高齢者交流センター		
問合せ先	社会福祉協議会地域福祉係 (879-5500)		

団体名	③ 梅ヶ丘茶話会	種別	サロン
活動内容	健康体操・講演会・子どもたちとの七夕祭り		
対象者	梅ヶ丘団地在住者 高齢者・障害者・子育て世帯		
利用料	なし		
活動日時	不定期		
活動場所	梅ヶ丘集会所		
問合せ先	社会福祉協議会地域福祉係 (879-5500)		

団体名	④ 森の里ふれあいサロン	種別	サロン
活動内容	リハビリ体操・クリスマス会・もちつき大会・アートフラワーなど		
対象者	森の里地区高齢者		
利用料	1 回 300 円		
活動日時	毎週第 1・4 火曜日 13 : 00 ~ 16 : 00		
活動場所	森の里自治会公会堂		
問合せ先	社会福祉協議会地域福祉係 (879-5500)		

団体名	⑤ 城山サロン	種別	サロン
活動内容	茶話会・健康体操・民謡・楽器演奏会・もちつき大会など		
対象者	城山地区高齢者・子育て世帯		
利用料	なし		
活動日時	第2・4金曜日 11:00～15:00		
活動場所	城山公民館		
問合せ先	社会福祉協議会地域福祉係 (879-5500)		

団体名	⑥ ひまわりの会	種別	サロン
活動内容	茶話会・健康体操・食事会・新年会・お花見・交流会など		
対象者	下岩崎地区高齢者		
利用料	年1,000円		
活動日時	第1水曜日 10:00～15:00		
活動場所	下岩崎集落センター		
問合せ先	社会福祉協議会地域福祉係 (879-5500)		

団体名	⑦ つく障協ふれあいサロン	種別	サロン
活動内容	茶話会・歌・軽スポーツ(卓球バレー・ポッチャ)など		
対象者	つくば市内主に荃崎・谷田部・豊里地区障害者・高齢者・その他		
利用料	年500円		
活動日時	第1木曜日 13:00～15:00		
活動場所	荃崎老人福祉センター		
問合せ先	社会福祉協議会地域福祉係 (879-5500)		

団体名	⑧ 自由ヶ丘サロン	種別	サロン
活動内容	茶話会・食事会・クリスマス会等		
対象者	自由ヶ丘在住高齢者・障害者		
利用料	1回100円		
活動日時	第2・4土曜日 13:00～18:00		
活動場所	自由ヶ丘公民館		
問合せ先	社会福祉協議会地域福祉係 (879-5500)		

団体名	⑨ うたごえひろば	種別	サロン
活動内容	合唱・ゲーム・食事会など		
対象者	高見原3丁目近隣地区高齢者		
利用料	1回100円 + 保険料30円 = 130円		
活動日時	第1水曜日 10:00～12:00		
活動場所	高見原3丁目会館		
問合せ先	社会福祉協議会地域福祉係 (879-5500)		

団体名	⑩ ふれあいサロン あしび野	種別	サロン
活動内容	食事会・茶話会・ニュースポーツなど		
対象者	あしび野地区高齢者 傷病者		
利用料	100円～500円		
活動日時	第3木・土曜日 13:00～15:00		
活動場所	あしび野自治会館		
問合せ先	社会福祉協議会地域福祉係 (879-5500)		

団体名	⑪ 細見サロン	種別	サロン
活動内容	DVD鑑賞・情報収集・茶話会・料理作りなど		
対象者	細見地区近隣地区高齢者		
利用料	開催時ごと実費 (1回0～100円)		
活動日時	第2土曜日 12:30～16:00		
活動場所	細見公民館		
問合せ先	社会福祉協議会地域福祉係 (879-5500)		

VI
社会参加

団体名	⑫ サロンくさぎき広場	種別	サロン
活動内容	茶話会・手芸・折り紙・食事・体操・編物など		
対象者	荃崎地区高齢者		
利用料	年 500 円		
活動日時	第 4 月曜日 9 : 00 ~ 12 : 00		
活動場所	荃崎交流センター		
問合せ先	社会福祉協議会地域福祉係 (879-5500)		

団体名	⑬ サロン水曜会	種別	サロン
活動内容	健康体操・映画鑑賞・グラウンドゴルフなど		
対象者	宝陽台地区高齢者		
利用料	年 3,000 円		
活動日時	第 3 水曜日 13 : 30 ~ 15 : 00		
活動場所	宝陽台公民館		
問合せ先	社会福祉協議会地域福祉係 (879-5500)		

団体名	⑭ サロン「憩」	種別	サロン
活動内容	茶話会・健康体操・近況報告		
対象者	明神及び近隣地区高齢者		
利用料	1 回 100 円		
活動日時	毎月最終月曜日 10 : 00 ~ 12 : 00		
活動場所	明神公民館		
問合せ先	社会福祉協議会地域福祉係 (879-5500)		

団体名	⑮ 宝志会	種別	助け合い
活動内容	屋内作業 (カーテンの取付け・電球、蛍光灯の取替え・その他) 屋外作業 (家庭ごみ出し・粗大ごみの部屋からの搬出・生垣、庭木の剪定・その他) 送迎 (近隣スーパー等への買い物送迎・半径 4 キロ以内の病院、公共機関への送迎)		
対象者	65 歳以上の宝陽台住民		
利用料	なし		
活動日時	希望により調整		
活動場所	宝陽台公民館から半径 4 キロ以内		
問合せ先	地域包括支援課 (883-1111)		

団体名	⑯ 桜が丘福祉会	種別	助け合い
活動内容	庭木の剪定・草取り・網戸の張替え・不要なたんすの整理・電球等の取替え 時計などの電池交換・大工仕事・見守りなど		
対象者	桜が丘の高齢者		
利用料	二人作業 1 時間を基本で 500 円		
活動日時	希望により調整		
活動場所	自宅・桜が丘地域内		
問合せ先	地域包括支援課 (883-1111)		

団体名	⑰ おしゃべり会	種別	社会参加
活動内容	日頃疑問に感じている事や広報等の理解できないことなどを話している		
対象者	誰でも参加可		
利用料	無料		
活動日時	第 3 水曜日 10 : 00 ~ 12 : 00		
活動場所	自由ヶ丘公民館		
問合せ先	地域包括支援課 (883-1111)		

名 称		⑪高齢者憩いの広場 運営補助事業
内 容		高齢者を中心とした地域住民が気軽に通うことができ、高齢者の介護予防及び孤立化防止のため、週1回以上活動を行う団体へ補助金を交付する。
費用負担給付額等		活動費補助金 週1型高齢者憩いの広場 5万円/年 週2型高齢者憩いの広場 15万円/年 週3型高齢者憩いの広場 30万円/年 活動準備費補助金（初年度1回のみ）で活動費補助金と同額
要件	年齢	参加者はおおむね65歳以上
	住所	市内に住所を有する方
	要件等	市内に活動拠点がある団体で、介護予防活動を含む週1回以上活動を行う団体
	介護保険	不要
会 場		つくば市内各所
申請方法		高齢福祉課
問合せ先		高齢福祉課（883－1111）

名 称		⑫高齢者文化芸術鑑賞助成事業
内 容		市とつくば文化振興財団が共同で市内の文化施設で主催する事業のチケットを購入する際の一部助成する。
費用負担給付額等		1公演につきチケットの販売額から1,000円を上限に割引をする。
要件	年齢	70歳以上
	住所	市内に住所を有する方
	要件等	年度内に対象年齢を迎える方
	介護保険	不要
会 場		
申請方法		チケット購入時に、ノバホール・つくばカピオ窓口にて申込書を記入し提出
問合せ先		高齢福祉課（883－1111）

名 称		⑬老人福祉センターでの行事・サークル
内 容		高齢者がいつまでも若々しさを保つとともに、お年寄り同士の教養、娯楽、健康増進のための施設 ①谷田部老人福祉センター（台町一丁目2-2）（837－1188） ②桜老人福祉センター（栗原2470）（857－6328） ③荃崎老人福祉センター（下岩崎2068）（876－1181） ④老人福祉センターとよさと（社会福祉協議会）（遠東639）（847－0231）
費用負担給付額等		①～③：市内に住所を有する60歳以上の方は無料
要件	年齢	①～③：60歳以上の方
	住所	①～③：市内に住所を有する方
	要件等	①～③：市が認めたときは、上記以外の方も使用可
	介護保険	不要
会 場		
申請方法		
問合せ先		各老人福祉センター

名 称	⑭つくば市介護支援ボランティア制度 (げんき応援ポイント)	
内 容	地域貢献や社会参加活動を通じて、高齢者の生きがいづくりを促進し、自身の健康増進や介護予防につなげることを目的としている。ボランティア活動で得たスタンプをポイントに換え、交付金申請をすることでポイントに応じた交付金が受け取れる。(年間最大1万円)	
費用負担給付額等	1時間程度の活動で1スタンプ。1日の上限は2スタンプ。 10～19スタンプ → 1,000ポイント → 1,000円 20～29スタンプ → 2,000ポイント → 2,000円 30～39スタンプ → 3,000ポイント → 3,000円 40～49スタンプ → 4,000ポイント → 4,000円 50～59スタンプ → 5,000ポイント → 5,000円 60～69スタンプ → 6,000ポイント → 6,000円 70～79スタンプ → 7,000ポイント → 7,000円 80～89スタンプ → 8,000ポイント → 8,000円 90～99スタンプ → 9,000ポイント → 9,000円 100スタンプ以上 → 10,000ポイント → 10,000円	
要件	年齢	65歳以上
	住所	つくば市内に住所を有する方
会 場	市内の指定施設(介護老人福祉施設、介護老人保健施設、グループホーム、デイサービス、デイケア、小規模多機能型居宅介護施設)他	
申請方法	介護保険被保険者証を持参し、社会福祉協議会各窓口において介護支援ボランティア登録申請を行う。	
問合せ先	社会福祉協議会(つくばボランティアセンター)(879-5898)	

名 称	⑮傾聴ボランティア事業 ～おうち de 交流～	
内 容	独り暮らしの高齢者や閉じこもりがちな高齢者などへの社会交流の場の提供として、市の養成講座を受けた傾聴ボランティアが希望者のご自宅にうかがう。(月2回まで。オンラインも可。)	
費用負担給付額等	なし	
要件	年齢	65歳以上
	住所	つくば市内に住所を有する方
	要件等	希望者と面接を実施し、訪問の可否を決定する
	介護保険	不要
会 場	希望者の自宅	
申請方法	ケアマネジャーまたは民生委員を通して、地域包括支援課に申請	
問合せ先	地域包括支援課(883-1111)	

名 称	⑯高齢者・障害者のためのパソコン相談(無料)	
内 容	パソコンを使う時の「困り事」を解決するため、パソコンボランティアが相談に応じる。 ①相談コーナー Word、Excel、インターネット、デジカメ写真の取り込み等の相談に応じる。 ②訪問サポート 自宅に伺って悩み事を解決する手伝いをする。	
費用負担給付額等	①無料 ②交通費として500円	
要件	年齢	高齢者・障害者
	住所	市内に住所を有する方
	要件等	高齢者・障害者
	介護保険	不要
会 場	①大穂庁舎2階 つくばボランティアセンター。毎月第1、第3土曜日(1月は第3土曜日のみ) 10:00～12:00、13:00～15:00 ②自宅への訪問。	
問合せ先	社会福祉協議会(つくばボランティアセンター)(879-5898)	

名 称	⑰つくば市出前講座	
内 容	<p>出前講座は市政への理解を深めていただくとともに、皆さんの学習機会の充実を図ることを目的としています。暮らしに役立つ内容も御用意していますので、お気軽に御利用ください。</p> <p>【講座例】 みんなのあんしん介護保険 認知症サポーター養成講座 成年後見制度活用講座 どうやって支える？高齢者の生活と介護 など ※詳しくは市のホームページを参照（つくば市HP内の検索機能で「出前講座」と検索）</p>	
費用負担給付額等	講師料は無料 講師料以外にかかる費用（会場使用料など）は主催者側の負担	
要 件	年齢	制限なし
	住所	市内在住、在勤、在学
	要件等	10人以上で構成された団体等を対象とする
	介護保険	不要
会 場	会場は原則として市内の地域交流センター、集会所、企業等とし、主催者側で手配する。	
申請方法	メニュー一覧から希望する講座を選択し、「申込書」に記入の上、開催希望日の20日前までに、生涯学習推進課へ持参・郵送・ファックス又はメールのいずれかにより提出する。	
問合せ先	生涯学習推進課（883-1111）	

名 称	⑱つくば市シルバークラブ連合会	
内 容	<p>シルバークラブは、スポーツ活動や趣味活動等、生きがいづくりや仲間づくりを目的に、各地区で活動している。</p> <p>①大穂・筑波 社協本部（879-5500） ②豊里・桜・谷田部 社協中央支所（847-0231） ③荃崎 社協南支所（876-4552）</p>	
費用負担給付額等	なし	
要 件	年齢	60歳以上
	住所	市内に住所を有する方
	要件等	
	介護保険	不要
会 場		
申請方法	社会福祉協議会地域福祉係又は社協各支所	
問合せ先	社会福祉協議会地域福祉係（879-5500）又は社協各支所	

名 称	⑲つくば市シルバークラブ連合会の事業	
内 容	<p>①いばらきねんりんスポーツ大会への参加 ②シルバークラブ大会への参加 ③先進地研修を始めとした研修会 ④地区別交流事業等への参加</p>	
費用負担給付額等	なし	
要 件	年齢	60歳以上
	住所	市内に住所を有する方
	要件等	シルバークラブ会員
	介護保険	不要
会 場		
申請方法	各地区シルバークラブ連合会を通じて申込み	
問合せ先	社会福祉協議会地域福祉係（879-5500）又は社協各支所	

名 称		①健康体操教室
内 容		1 団体最大12回まで。6種類のメニューを自由に組み合わせることができます。 ①運動のインストラクターによる単体操②リハビリ職のこれだけはやってほしいおすすめ体操③スクエアステップエクササイズ④カラオケ体操（動画によるストレッチ・体操など）⑤運動普及推進員によるウォーキング講座⑥体力測定、体組成測定
費用負担給付額等		無料
要件	年齢	なし
	住所	市内に住所を有する方
	要件等	希望の団体（5名以上）、動きやすい服装・水分補給のための飲み物を持参する ※未成年者のみの団体は不可
	介護保険	不要
会 場		希望により地域の研修センター・公民館等に出向き、講話・実技指導を行う
申請方法		希望の団体（5名以上）がいきいきプラザに申込みをする
問合せ先		いきいきプラザ（864-5073）（健康体操教室専用）

名 称		②シルバーリハビリ出前体操教室
内 容		①1団体最大24回まで利用可能 ②内容 いきいきヘルス体操・いきいきヘルスいっぱい体操 ③シルバーリハビリ体操指導士が担当する
費用負担給付額等		無料
要件	年齢	概ね65歳以上の方
	住所	市内に住所を有する方
	要件等	希望の団体（5名以上）、動きやすい服装・水分補給のための飲み物を持参する
	介護保険	不要
会 場		希望により地域の研修センター・公民館に出向き、実技指導を行う
申請方法		希望団体（5名以上）がつくば市シルバーリハビリ体操指導士会又はいきいきプラザに申込みをする
問合せ先		いきいきプラザ（864-5089） つくばシルバーリハビリ体操指導士会事務局（佐藤 090-4593-1926）

名 称	③いきいき運動教室	
内 容	①運動（健康チェック→ウォーミングアップ→有酸素運動→筋力アップ運動→クーリングダウン） ②健康相談・栄養相談 ③体力測定（年1回） ※スタッフとして看護師・管理栄養士・健康運動指導士・健康運動実践指導者等が担当する	
費用負担給付額等	全43回 3コース 月額1,000円（年間12,000円）	
要 件	年齢	65歳以上75歳未満
	住所	市内に住所を有する方
	要件等	・医師に運動を止められていない方で、健診結果通知書又は、医師からの意見書を提出できる方。 ・重篤な心臓病（狭心症、心筋梗塞等）や脳卒中などの既往のない方
	介護保険	不要
会 場	いきいきプラザ	
申請方法	いきいきプラザにお問い合わせください。随時受付しております。	
問合せ先	いきいきプラザ（864-5089）	

名 称	④元気はつらつ運動教室	
内 容	①運動（健康チェック→ウォーミングアップ→有酸素運動→筋力アップ運動→クーリングダウン） ②健康相談・栄養相談 ③体力測定（年1回） ※スタッフとして看護師・管理栄養士・健康運動指導士等が担当する	
費用負担給付額等	全43回 4コース 月額1,000円（年間12,000円）	
要 件	年齢	75歳以上の方
	住所	市内に住所を有する方
	要件等	・医師に運動を止められていない方で、健診結果通知書又は、医師からの意見書を提出できる方。 ・重篤な心臓病（狭心症、心筋梗塞等）や脳卒中などの既往のない方
	介護保険	不要
会 場	いきいきプラザ	
申請方法	いきいきプラザにお問い合わせください。随時受付しております。	
問合せ先	いきいきプラザ（864-5089）	

名 称	⑤フレイルサポート教室	
内 容	介護予防のための栄養・運動・口腔ケアなどの講話と実践を各回ごとに専門の講師が行います。	
費用負担給付額等	なし	
要 件	年齢	65 歳以上
	住所	つくば市内
	要件等	介護保険サービスを利用していない方とその家族
	介護保険	要支援1 または 要支援2、基本チェックリストによる該当者
会 場	つくば市内	
申請方法	希望者は地域包括支援課へ申込み	
問合せ先	地域包括支援課（883－1111）	

名 称	⑥地域リハビリテーション活動支援事業 ～おうち de リハ～	
内 容	リハビリ専門職および栄養士が、介護予防に資する地域活動を行う団体等または個人、介護サービス事業所等に直接お伺いし、介護予防の取り組みを総合的に支援する助言サービス。	
費用負担給付額等	なし	
要 件	年齢	65 歳以上
	住所	つくば市内
	要件等	①住民団体 ②個人 ③介護職員等
	介護保険	なし
会 場	つくば市内	
申請方法	申込書に必要事項を記入のうえ、提出	
問合せ先	地域包括支援課（883－1111）	

名 称	⑦訪問型短期集中予防サービス	
内 容	リハビリ専門職や栄養士、歯科衛生士が、身体や認知等生活機能の低下が認められる者に対し、直接お伺いし、適切な助言や指導を行う。（概ね3ヶ月間）	
費用負担給付額等	1回 300円 運動機能向上プログラム 3,600円（全12回）、 栄養・口腔機能向上プログラム 1,800円（全6回）	
要 件	年齢	65 歳以上
	住所	つくば市内
	要件等	生活機能向上の明確な意思がある者等
	介護保険	要支援1 または 要支援2、基本チェックリストによる該当者
会 場	つくば市内の居宅	
申請方法	申込書に必要事項を記入のうえ、提出	
問合せ先	地域包括支援課（883－1111）	

名 称		①特定健診・後期高齢者健診（集団健診）	
内 容		身体測定・尿検査・血圧測定・血液検査（脂質・肝機能・腎機能・血糖）を行う。40歳から74歳の方に腹囲測定。心電図・眼底・貧血・クレアチニン検査を全員に行う。	
費用負担給付額等		無料	
要 件	年齢	健診年齢 40歳～74歳	75歳以上と65歳以上の一部の障害者
	住所		
	要件等	つくば市国民健康保険加入者 医療機関健診・人間ドック・脳ドックで受診した方は対象外	後期高齢者医療保険加入者 医療機関健診・人間ドック・脳ドックで受診した方は対象外
	介護保険	不要	
会 場		保健センター等	
申請方法		指定期間内に、電話、インターネット、ハガキのいずれかの方法で申込み ※詳細は、個人案内通知またはライフプランすこやか、市広報紙、市ホームページ参照	
問合せ先		国民健康保険課・医療年金課（883-1111）	

名 称		②特定健診・後期高齢者健診（医療機関健診）	
内 容		身体測定・尿検査・血圧測定・血液検査（脂質・肝機能・腎機能・血糖）・クレアチニン検査を行う。40歳から74歳の方に腹囲測定。（心電図・貧血・眼底検査について、国民健康保険加入者は、法令の検査基準の基に医師の判断により実施。後期高齢者医療制度加入者は眼底検査について、法令の検査基準の基に医師の判断により実施。）	
費用負担給付額等		無料	
要 件	年齢	健診年齢 40歳～74歳	75歳以上と65歳以上の一部の障害者
	住所		
	要件等	つくば市国民健康保険加入者 市が実施している集団健診・人間ドック・脳ドックを受診した方は対象外	後期高齢者医療保険加入者 市が実施している集団健診・人間ドック・脳ドックを受診した方は対象外
	介護保険	不要	
会 場		茨城県医師会加入の医療機関	市指定医療機関
申請方法		「健診の御案内」に同封した健診協力医療機関に直接申込み ※特定健康診査受診券または後期高齢者健康診査受診券を必ず持参	
問合せ先		国民健康保険課・医療年金課（883-1111）	

名 称		③結核検診	
内 容		保健センターの集団健診・市内の協力医療機関で検診が受けられる。	
費用負担給付額等		無料 （ただし、65歳から69歳の方で集団健診を受ける方は、肺がん検診を同時実施するため負担あり）	
要 件	年齢	健診年齢 65歳以上の方	
	住所	市内に住所を有する方	
	要件等		
	介護保険	不要	
会 場		保健センター等・市内の協力医療機関	
申請方法		・集団健診は指定期間内に電話、インターネット、ハガキにて申込み ※詳細は個人案内通知またはライフプランすこやか、市広報紙、市ホームページ参照 ・医療機関健診はがん検診等受診券を持参	
問合せ先		健康増進課（883-1111）	

名 称		④肝炎ウイルス検診
内 容		血液検査（B型及びC型肝炎ウイルス検査）を行う。保健センター等での集団健診・市内の協力医療機関で受診できる。
費用負担給付額等		有料 但し40歳・45歳・50歳・55歳・60歳・65歳・70歳以上は無料
要件	年齢	集団健診は健診年齢40歳以上、医療機関健診は、40歳・45歳・50歳・55歳・60歳・65歳・70歳の方
	住所	市内に住所を有する方
	要件等	これまでにつくば市において肝炎ウイルス検診を受診していない方
	介護保険	不要
会 場		・市内の協力医療機関 ・保健センター等
申請方法		・集団健診は指定期間内に電話、インターネット、ハガキにて申込み ※詳細は個人案内通知またはライフプランすこやか、市広報紙、市ホームページ参照 ・医療機関健診は、がん検診等受診券を持参
問合せ先		健康増進課（883－1111）

名 称		⑤骨粗しょう症検診
内 容		問診・かかとの超音波検査
費用負担給付額等		有料 但し70歳は無料
要件	年齢	健診年齢30歳・35歳・40歳・45歳・50歳・55歳・60歳・65歳・70歳の女性
	住所	市内に住所を有する方
	要件等	詳細は個人通知または市ホームページ参照
	介護保険	不要
会 場		桜・谷田部・大穂・荳崎保健センター
申請方法		申込制（申込期間あり）※詳細は個人通知または市ホームページ参照
問合せ先		健康増進課（883－1111）

名 称		⑥がん検診
内 容		肺がん検診（胸部レントゲン検査・喀痰検査）胃がん検診（バリウム・胃内視鏡検査） 胃がんリスク検診（ピロリ菌抗体検査・ペプシノーゲン法）大腸がん検診（便潜血反応検査2日法）前立腺がん検診（PSA検査）子宮頸がん検診（頸部細胞診、 頸体部細胞診）乳がん検診（超音波検査・マンモグラフィ） ※胃がん内視鏡検診は医療機関健診のみ 肺がん検診・胃がん検診（バリウム検査）は集団健診のみ
費用負担給付額等		負担あり、70歳以上は無料（胃がん内視鏡検診は負担あり）40歳は肺がん検診・ 胃がん検診（バリウム検査）大腸がん検診は無料 詳細は個人通知または市ホームページ参照
要件	年齢	詳細は個人通知または市ホームページ参照
	住所	市内に住所を有する方
	要件等	詳細は個人通知または市ホームページ参照
	介護保険	不要
会 場		保健センター等・医療機関（子宮頸がん・乳がん・大腸がん・前立腺がん検診・ 胃がん内視鏡検診）
申請方法		・集団健診は、指定期間内に電話、インターネット、ハガキにて申込み ※詳細は個人案内通知またはライフプランすこやか、市広報紙、市ホームページ参照 ・医療機関健診は、がん検診等受診券を持参
問合せ先		健康増進課（883－1111）

名 称	⑦人間ドック等健診助成	
内 容	特定健診（詳細含む）、胸部レントゲン検査、胃がん検診、大腸がん検診、肺機能検査、眼圧測定、聴力検査、腹部超音波検査等	
費用負担給付額等	負担あり 令和5年度健診の御案内同封チラシ参照	
要件	年齢	人間ドックは30歳以上（毎年度に1回）、脳ドックは40歳以上（5年度に1回）
	要件等	つくば市国民健康保険または、つくば市で交付する茨城県後期高齢者医療保険加入の各市が実施している集団健診・医療機関健診を受診した方は対象外
	介護保険	不要
会 場	つくば市が指定する医療機関は令和5年度健診の御案内同封チラシ参照	
申請方法	事前に医療機関へ予約をし、国民健康保険課・医療年金課・保健センター（桜・谷田部・大穂）・窓口センター（筑波・豊里・荃崎）で助成券申請、国民健康保険課・医療年金課で助成決定通知発行（申込期間は2023年3月1日～2024年3月29日）、HPより申請書のダウンロードを行い郵送申請・電子申請可能	
問合せ先	国民健康保険課・医療年金課（883-1111）	

名 称	⑧インフルエンザ予防接種	
内 容	高齢者インフルエンザ予防接種の費用助成を行っている。 ①問診・予防接種 ②接種期間は2023年10月1日～2024年1月31日まで	
費用負担給付額等	負担あり 詳細は市ホームページ参照	
要件	年齢	65歳以上の方、詳細は市ホームページ参照
	住所	市内に住民登録をしている方
	要件等	詳細は市ホームページ参照
	介護保険	不要
会 場	つくば市内の協力医療機関『ライフプランすこやか』参照及び茨城県広域予防接種協力医療機関	
申請方法	なし（対象者には個人通知）	
問合せ先	桜保健センター（857-3931） 健康増進課（883-1111）	

名 称	⑨肺炎球菌予防接種	
内 容	高齢者の肺炎球菌ワクチンは肺炎球菌による肺炎を予防し、重症化を抑えることが期待できる予防接種です。 ①問診・予防接種 ②助成期間：2023年4月1日～2024年3月31日まで	
費用負担給付額等	負担あり 詳細は市ホームページ参照	
要件	年齢	令和5年度末年齢で65歳以上の5歳きざみの年齢の方
	住所	市内に住民登録をしている方
	要件等	今までに高齢者肺炎球菌ワクチン（23価）を1度も受けたことがない方
	介護保険	不要
会 場	つくば市内の協力医療機関『ライフプランすこやか』参照及び茨城県広域予防接種協力医療機関	
申請方法	なし（対象者には個人通知）	
問合せ先	桜保健センター（857-3931） 健康増進課（883-1111）	

名 称	⑩こころの健康相談	
内 容	①家族や自分のこころの健康に関すること、医療機関への受診の必要性などを精神科医等に相談できる。秘密厳守。相談無料。※治療中の方は主治医に御相談下さい。 ②年12回	
費用負担給付額等	負担なし	
要 件	年齢	制限なし
	住所	市内に住所を有する本人・家族
	要件等	日程については広報つくば・HPに掲載される
	介護保険	不要
会 場	大穂保健センター	
申請方法	大穂保健センターに申込みをする。	
問合せ先	大穂保健センター（864-7841）	

名 称	⑪家庭訪問指導事業	
内 容	①健診の事後・他機関からの連絡ケース等に対し該当者の自宅に出向き保健指導を行う。 ②スタッフは保健師・看護師・必要時他職種（精神保健福祉士・栄養士等）と同行訪問する。	
費用負担給付額等		
要 件	年齢	制限なし
	住所	市内に住所を有する方
	要件等	
	介護保険	不要
会 場	各家庭	
申請方法	なし	
問合せ先	大穂保健センター（864-7841）、谷田部保健センター（838-1100） 桜保健センター（857-3931）	

名 称	①認知症の相談窓口（相談機関）	
認知症は、早期診断・早期治療が大切です。早く治療を始めることで、進行を遅らせることができたり、場合によっては症状が改善することがあるからです。認知症の方の相談や認知症の介護の相談をお受けしています。		
相談窓口	所在地	連絡先
筑波地域包括支援センター	北条1184-1（筑波園敷地内）	029-828-5806
大穂豊里地域包括支援センター	要1187-299（筑波記念病院敷地内）	029-869-9527
谷田部東地域包括支援センター	手代木1932 （サンシャインつくばリゾート内）	029-897-3231
谷田部西地域包括支援センター	上横場2290-9（トランス田村敷地内）	029-893-3170
桜地域包括支援センター	大角豆1806-3（花室長寿館向かい）	029-886-3886
荃崎地域包括支援センター	下岩崎2068（荃崎老人福祉センター隣）	029-886-9500
つくば市地域包括支援課	研究学園1-1-1	029-883-1111

名 称	②認知症疾患医療センター		
認知症疾患に対する専門医療相談、鑑別診断、周辺症状と身体合併症の急性期対応を実施するとともに、地域の保健・医療・介護機関等との連携により認知症の人と家族を地域で支えるための体制づくりを目的とした機関です。			
医療機関名	所在地	連絡先	若年性認知症 コーディネーター
基幹型 筑波大学附属病院	つくば市天久保2-1-1	029-853-3645	
地域型 とよさと病院	つくば市田倉4725	029-847-9581	
地域型 日立梅ヶ丘病院	日立市大久保町2409-3	0294-35-2764	
地域型 志村大宮病院	常陸大宮市上町313	0295-58-8020	
地域型 栗田病院	那珂市豊喰505	029-298-1396	○
地域型 汐ヶ崎病院	水戸市大串町715	029-269-9017	
地域型 石崎病院	東茨城郡茨城町上石崎4698	029-293-7165	
地域型 鹿島病院	鹿嶋市平井1129-2	0299-82-2167	
地域型 宮本病院	稲敷市幸田1247	0299-94-3080	
地域型 豊後荘病院	石岡市部原760	0299-36-6007	
地域型 池田病院	龍ヶ崎市貝原塚町3690-2	0297-64-1152	○
地域型 三岳荘小松崎病院	筑西市中館2265	0296-24-2410	
地域型 小柳病院	古河市稲宮1001	0280-23-1042	

名 称	③認知症お困りごとメール相談	
内 容	認知症に関する相談をメールでお受けいたします。相談窓口は、とよさと病院認知症疾患医療センターです。とよさと病院のホームページにある相談フォームから相談を受け、認知症疾患医療センター内の専門職で検討後、相談者にメールで返信をします。つくば市のホームページからも相談フォームに入れます。日中の相談が難しい方は、ぜひご利用ください。（日中の相談は物忘れ相談窓口 029-847-9581 でお受けします）	
費用負担給付額等	無料	
要 件	年齢	制限なし
	住所	制限なし
	要件等	
	介護保険	不要
申請方法	随時受付	
問合せ先	とよさと病院認知症疾患医療センター（029-847-9581） （月）・（火）・（水）・（金）・（土）9：00～16：00 （木）・（日）・（祝）・年末年始はお休み 地域包括支援課（883-1111）	

名 称	④つくば市内の精神科・心療内科・神経科・神経内科・脳神経外科を標榜している医療機関		
予約制・紹介制の場合がありますので、事前に電話でお問合せ下さい。			
医療機関名	診療科目	所在地	連絡先
筑波中央病院	神経内科	北条5118	867-1211
小田内科クリニック	神経内科	小田2951-5	867-2471
福田クリニック	精神科・心療内科	要290	855-6545
いちほら病院	脳神経外科・神経内科	大曾根3681	864-0303
筑波総合クリニック	神経内科・精神科・脳神経外科	要65	877-1221
筑波記念病院	精神科・神経内科・脳神経外科・心療内科	要1187-299	864-1212
とよさと病院	精神科・心療内科	田倉4725	847-2631
筑波技術大学保健科学部附属 東西医学統合医療センター	脳神経内科・脳神経外科	春日4-12-7	858-9590
こまつ内科クリニック	神経内科	上横場1178-1	838-2400
筑波学園病院	脳神経外科・神経内科・心療内科	上横場2573-1	0570-03-1355
つくば木の花クリニック	精神科・心療内科	松野木109-1	839-4458
紫峰の森クリニック	心療内科	島名472-1	848-2348
つくば心療内科クリニック本院	心療内科	遠東1111-1	050-3186-4744
つくば心療内科クリニック分院	心療内科・精神科	研究学園5-12-4 研究学園駅前岡田ビル2F	846-2230
フォレストクリニック	心療内科・精神科	東新井26-13-105	846-3775
つくばねむりとこころのクリニック	心療内科・精神科	妻木637-1	875-3578
コミュニティクリニック・つくば	精神科・心療内科	苅間1555-1	856-7810
筑波メディカルセンター病院	脳神経外科・脳神経内科・精神科	天久保1-3-1	851-3511
筑波大学附属病院	脳神経外科・精神神経科・神経内科	天久保2-1-1	853-3900（法人専用） 患者さん専用は、 029-853-7668
ストレスケアつくばクリニック	精神科・心療内科	竹園1-4-1 南3パークビル1F	863-2888
成島クリニック	脳神経外科	館野363	839-2170
つくば双愛病院	神経内科	高崎1008	873-2511
筑波こどものこころクリニック	精神科	春日3-1-1 つくばクリニックセンタービル4F	893-3556
筑波病院（休診中）	神経内科	大角豆1761	855-0777
おがわ内科	脳神経外科（週1回）	みどりの1-31-9 みどりのメディカルモール1階	839-3770
筑波診療所	心療内科（月2回）	観音台2-1-9	838-7212
研究学園ななほしクリニック	心療内科・精神科	研究学園2-2-7	879-7740
つくば脳神経外科・頭痛クリニック	脳神経外科	苅間篠前1622-1	852-1000
つくばハートクリニック	神経内科	高見原1-7-81	893-5190

つくば市医師会HP、各医療機関HP、いばらき医療機関情報ネットより 令和5年6月現在

名 称	⑤もの忘れ外来 または外来診療が確認できた医療機関	
もの忘れが気がかりな方のための専門外来です。予約が必要だったり、情報が必ずしも最新でない可能性があるため、ご利用の際は事前にお電話でのご確認をお願いいたします。		
医療機関名	所在地	連絡先
筑波大学附属病院	つくば市天久保2-1-1	853-3900（法人専用） 患者さん専用は、 029-853-7668
医療法人社団筑波記念会筑波総合クリニック	つくば市要65	029-877-1221
成島クリニック	つくば市館野363	029-839-2170
医療法人丹誠会紫峰の森クリニック	つくば市島名472-1	029-848-2348
医療法人社団恵仁会筑波中央病院	つくば市北条5118	029-867-1211
医療法人社団双愛会 つくば双愛病院	つくば市高崎1008	029-873-2511
ストレスケアつくばクリニック	つくば市竹園1-4-1南3パークビル1F	029-863-2888
医療法人社団つくば健仁会とよさと病院	つくば市田倉4725	029-847-2631
おがわ内科	つくばしみどりの1-31-9みどりのメディカルモール1F	029-839-3770

名 称	⑥認知症サポーター養成講座	
内 容	認知症を理解し、認知症の人や家族を温かく見守り、支援する「認知症サポーター」を養成する講座です。(つくば市キャラバン・メイトが講師となる)	
費用負担給付額等	負担なし	
要 件	年齢	制限なし
	住所	つくば市在住
	要件等	
	介護保険	不要
会 場	申請者の希望された会場	
申請方法	つくば市出前講座(生涯学習推進課)または地域包括支援課(つくば市地域包括支援センター)での申し込み。	
問合せ先	地域包括支援課(つくば市地域包括支援センター)(TEL 883-1111・FAX 868-7638)	

名 称	⑦認知症サポーターステップアップ講座	
内 容	認知症サポーター養成講座を受講された「認知症サポーター」の皆様に、認知症をより理解していただき、認知症事業にボランティアとして御協力いただくことを目的とした講座です。	
費用負担給付額等	負担なし	
要 件	年齢	制限なし
	住所	市内在住、在勤、在学の方
	要件等	認知症サポーター養成講座を受講した方
	介護保険	不要
会 場	市役所他	
申請方法	地域包括支援課での申し込み。	
問合せ先	地域包括支援課(883-1111)	

名 称	⑧チームオレンジ	
内 容	認知症ステップアップ講座を受講した認知症サポーター等がチームを作り、認知症の人やその家族を支援する仕組みです。	
費用負担給付額等	負担なし	
要 件	年齢	制限なし
	住所	市内在住、在勤、在学の方
	要件等	認知症サポーターステップアップ講座を受講した個人でチームを組む、または、企業、郵便局、学校、既存のサロン等からチーム活動を行うなど。
	介護保険	不要
会 場		
チームオレンジ登録方法	地域包括支援課に申し込み。	
問合せ先	地域包括支援課(883-1111)	

名 称	⑨認知症初期集中支援チーム	
内 容	認知症またはその疑いがある方やご家族の自宅をチーム員（保健師、社会福祉士等）が訪問して、認知症サポート医と連携しながら支援を行います。認知症に関する情報の提供や医療機関の受診、介護保険サービスなどの利用に関してのご相談をお受けいたします。	
費用負担給付額等	負担なし	
要件	年齢	40歳以上
	住所	つくば市在住
	要件等	40歳以上のつくば市民の方で、自宅で生活しており、認知症が疑われる方または認知症の方で、以下に該当する方。 ①認知症の診断を受けていない方 ②継続的な医療を受けていない方 ③適切な介護サービスを利用していない方や、利用を中断している方 ④認知症の症状が強いため、対応に困っている方
	介護保険	不要
申請方法	地域包括支援課（つくば市地域包括支援センター）（883-1111）	
問合せ先	地域包括支援課（つくば市地域包括支援センター）（883-1111）	

名 称	⑩つくば市オレンジカフェ（認知症カフェ）	
内 容	認知症の人とその家族、地域の方々も気軽に参加できる交流の場です。お茶を飲みながら簡単なゲームや軽い運動などもまじえて、楽しい時間を過ごすことができます。日頃の心配事や介護のことなどの相談や認知症についてのお話もできます。	
費用負担給付額等	無料	
要件	年齢	
	住所	
	要件等	つくば市民（認知症の方本人、家族、地域の方）
	介護保険	
	申込み	事前予約制
日時	問合せ先でご確認ください	
名 称	場 所	問合せ先
オレンジカフェ in くさざき	荃崎交流センター （つくば市小荃318）	029-828-8089 （認知症の人と家族の会）
オレンジカフェ in 筑波	筑波中央病院 （つくば市北条5118）	029-867-1182 （介護老人保健施設アリエッタ）
オレンジカフェ in なごみ	とよさと病院 （つくば市田倉4725）	029-847-9581
オレンジカフェ in きすな	ストレスケアつくばクリニック （つくば市竹園1-4-1南3パークビル1F）	029-863-2888 （ストレスケアつくばクリニック）
オレンジカフェ in おおほ カフェ・フルール	大穂豊里地域包括支援センター （つくば市要1187-299）	029-869-9527
オレンジカフェ in かえで	広岡交流センター （つくば市下広岡410-167）	029-875-4571 （小規模多機能型居宅介護 楓）
オレンジカフェ in みどりの カフェ 悠	ウィングマルシェみどりの204・205 （つくばしみどりの中央11-3）	090-7906-2054

名 称	⑪つくば市認知症高齢者等 SOS ネットワーク事業	
内 容	<p>①事前登録制度 認知症で、判断力・記憶力が低下し行方不明になるおそれがある方に、事前にネットワークに登録してもらい（申請書に写真を添付して提出）、行方不明になった際に迅速に対応できるようにします。</p> <p>②おかえりマークの配付 認知症等により行方不明になるおそれがある方で、つくば市認知症高齢者等 SOS ネットワーク事業に事前登録している方に、登録番号の入った2種類（防水反射素材とアイロンシール）のおかえりマークを無料で配付します。</p> <p>③行方不明時の情報提供 行方不明になった際、「認知症支援メール」またはFAXを利用し、地域包括支援センター、居宅介護支援事業所、その他の協力機関や市民に対して、行方不明情報を配信し、警察と連携を取りながら行方不明者の早期発見・保護に繋がります。</p>	
費用負担給付額等	無料	
要 件	年齢	制限なし
	住所	市内に住所を有する方
	要件等	認知症による行方不明になるおそれがある方、ご家族の同意が必要
	介護保険	不要
申請方法	地域包括支援課窓口にて申請	
問合せ先	地域包括支援課（TEL 883-1111・FAX 868-7638）	

名 称	⑫認知症高齢者等保護支援事業（GPS貸出）	
内 容	40歳以上の認知症高齢者等を介護している家族に対して、位置情報端末機（GPS）を貸出し、位置情報等を知らせることで、行方不明になった場合の保護を支援します。	
費用負担給付額等	所得状況により利用者（家族）負担あり	
要 件	年齢	利用者の年齢制限なし
	住所	利用者の住所制限なし
	要件等	対象者（認知症高齢者等）は40歳以上で市内に住所を有し、居住している方で認知症の症状等により行方不明のおそれがある方
	介護保険	不要
申請方法	地域包括支援課窓口にて申請	
問合せ先	地域包括支援課（883-1111）	

名 称	⑬若年性認知症本人ミーティング・家族ミーティング	
内 容	認知症の本人が集い、本人同士が主になって、自らの体験や希望、必要としていることを語り合い、自分たちのこれからのよりよい暮らし、暮らしやすい地域の在り方を一緒に話し合う場です。また、家族ミーティングは、認知症の方を介護する家族が集まり、日々の暮らしのこと、日ごろの思いや悩みなどを自由に語り合う場です。	
費用負担給付額等	負担なし	
要 件	年齢	70歳までの方
	住所	市内在住、在勤、在学、近隣市の方
	要件等	若年性認知症の方とご家族
	介護保険	不要
開催日時	2～3か月に1回開催。開催日は市のホームページでお知らせします。	
開催場所	つくば市役所他 開催場所は市のホームページ等でお知らせします。	
問合せ先	地域包括支援課（883-1111）	

名 称		⑭認知症本人ミーティング
内 容		認知症の本人が集い、本人同士が主になって、自らの体験や希望、必要としていることを語り合い、自分たちのこれからのよりよい暮らし、暮らしやすい地域の在り方を一緒に話し合う場です。「集って楽しい！」に加えて、本人だからこそその気づきや意見を本人同士で語り合い、それらを地域に伝えていくための集まりです。
費用負担給付額等		負担なし
要 件	年齢	制限なし
	住所	市内在住、在勤、在学、近隣市の方
	要件等	認知症の方
	介護保険	不要
開催日時		奇数月第2土曜日に開催。
開催場所		とよさと病院
問合せ先		とよさと病院認知症疾患医療センター (029-847-9681)

名 称		⑮認知症家族ミーティング
内 容		認知症の方を介護する家族が集まり、日々の暮らしのこと、日ごろの思いや悩みなどを自由に語り合う場です。
費用負担給付額等		負担なし
要 件	年齢	制限なし
	住所	市内在住、在勤、在学、近隣市の方
	要件等	認知症の方を介護する家族、市内専門職等
	介護保険	不要
開催日時		毎月第3土曜日に開催。
開催場所		とよさと病院
問合せ先		とよさと病院認知症疾患医療センター (029-847-9681)

名 称		⑯家族の会・民間研究機関
内 容		家族の会は、認知症の方ご本人と介護家族の方々による支え合い組織です。無料の介護相談や交流会なども行っています。
名 称	所在地	連絡先
公益社団法人 認知症の人と家族の会 茨城県支部	牛久市中央3-15-1 (牛久市保健センター隣)	電話相談専用 029-828-8099 電話 029-828-8089 *『介護者のつどい』 毎月第1金曜日 13時~15時 ひたち野リフレビル4階 *『電話相談』月~金13時~16時
認知症の人を介護する家族の会 「日立市そよかぜの会」		会長 今村 温 0294-35-4556
レビー小体型認知症サポートネット ワーク茨城交流会 ・事務局(水戸) 介護老人保健施設 ナーシングホームかたくり	事務局(水戸) 水戸市河和田町4516-1	事務局(水戸) 029-255-5222
NPO法人 ともに歩む認知症の会		代表 澁谷 史子 080-9819-4829

県ホームページ「認知症の方やその家族のつどい」ページより

認知症になっても 住み慣れた地域で暮らすために

つくば市では、認知症の人の意思が尊重され、できる限り住み慣れた地域のよい環境で自分らしく暮らし続けることができる社会の実現を目指しています。そのため、行政・医療機関・介護事業所等による認知症を理解するための普及啓発や保健福祉サービス等の周知をより充実させていきます。また、市民の方々が、関係機関に早期に相談でき、早期診断・早期対応に向けた仕組みづくりを推進していきます。その上で、市民の皆様、関係機関、行政が一体となって、認知症施策を積極的に推進し、認知症の方にやさしい地域づくりを目指していきます。

認知症地域支援推進員

認知症の人が住み慣れた地域で安心して暮らし続けるためには、認知症の容態の変化に応じ、すべての期間を通じて、必要な医療・介護等が有機的に連携したネットワークを形成し、認知症の人への支援を効果的に行うことが重要です。そのためつくば市では、「認知症地域支援推進員」を各地域包括支援センターに配置し、認知症地域支援推進員を中心に医療・介護等の連携を強化し、地域における支援体制を構築し、認知症ケアの向上を図っていきます。

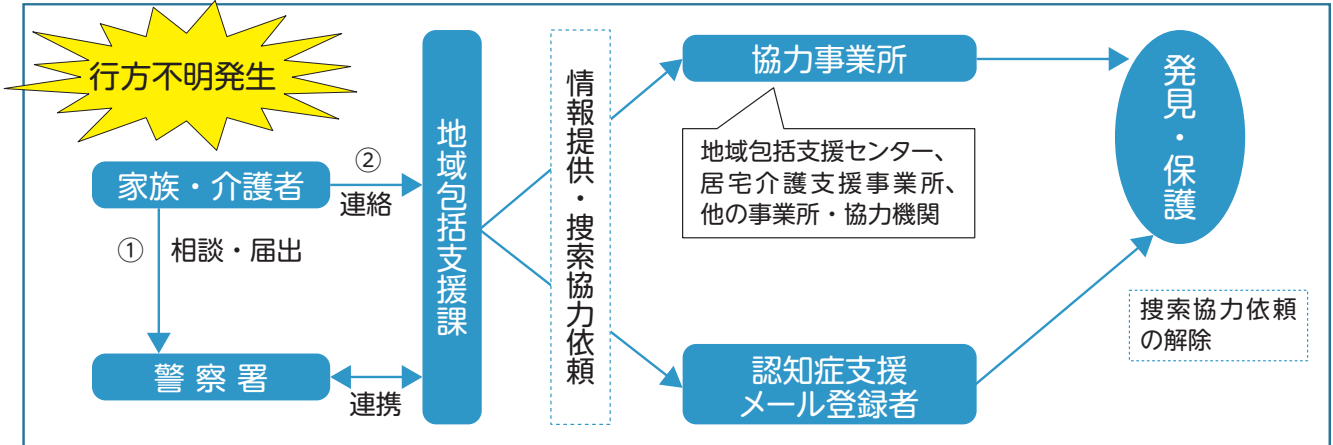
<役割>

- 認知症疾患医療センターを含む医療機関や介護サービス及び地域の支援機関の連携を図るための支援
- 地域の実情に応じて推進員が企画や調整などに携わりながら、病院や介護施設等での認知症対応能力の向上を図るための支援
- 介護保険サービスを利用しながら在宅生活を継続するため、認知症の人やその家族等への相談業務
- 認知症カフェ等の、地域と一体となった家族介護支援
- 認知症ケアに携わる多職種の協働研修などの企画

地域の連携の要役・市町村の認知症施策の推進役

認知症高齢者等SOSネットワーク事業

認知症等により行方不明になる可能性のある方が行方不明となった場合、協力者や事業所に、不明になった方の服装や身体的特徴をお知らせし、可能な範囲で搜索協力をお願いし、早期発見・保護につなげるためのシステムです。



● 行方不明になる心配がある場合はぜひ事前登録を！ ●

行方不明になる可能性のある方の情報を「事前登録」しておくことで、行方不明になった場合、協力事業所や認知症支援メールに迅速に情報提供できます。また、登録内容を茨城県警と共有することで、早期にご家族や介護者へお繋ぎすることができます。ご希望の方には、「おかえりマーク」（反射シール 20 枚、アイロンシール 10 枚）を無料で配布します。



～認知症に関する情報も配信いたします～

行方不明者情報のほかに、認知症の事業に関する情報やイベントなどの案内をお送りいたします。例えば、認知症カフェ、研修会や講演会、認知症サポーター養成講座など、ご興味のあるイベントに、是非ご参加ください！

● 「認知症支援メール」登録方法 ●

▶ パソコン・スマートフォンをご利用の方

下記の外部リンクへアクセスして、登録画面にお進みください。下記の二次元バーコード(QRコード)を読み取ることで、同サイトへアクセスできます。利用規約を確認後、受け取りを希望するメールシステムを選択してください。(複数選択可) 受信を希望するメールアドレスの記入と、お住まい(市内/市外)の選択をしてください。



パソコン用登録サイト
<https://service.sugumail.com/k-tsukuba/member/>

▶ 携帯電話（フィーチャーフォン）ご利用の方

携帯電話等でのご利用は、Eメールの送受信及びWEBサービスが可能な機種のみとなります。下記の外部リンクへアクセスして、空メールを送信してください。二次元バーコード(QRコード)対応の携帯電話をお持ちの方は、画像のQRコードを読み取ることで、同サイトへアクセスできます。空メールを送信すると仮登録通知がメールで届きますので、通知に記載されているアドレス(URL)にアクセスして、登録画面にお進みください。利用規約を確認後、受け取りを希望するメールシステムと、お住まい(市内/市外)の選択をしてください。お住まいの情報は、今後の運用の参考にさせていただきます。

仮登録のみではメールシステムは受信できませんのでご注意ください。

携帯電話の迷惑メール設定を行っている場合は登録時に設定を解除する必要がある場合があります。あらかじめご了承ください。



携帯電話用サイト
<https://service.sugumail.com/k-tsukuba/>

認知症高齢者等保護支援事業(GPSの貸出)

認知症により行方不明のおそれがある方を介護しているご家族に対し、GPS（位置情報端末機）を貸出し、位置情報等をお知らせすることで、行方不明発生時の早期発見・保護を支援します。

機種	仕様	費用
 <p>靴収納型</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・重さ 約30g (バッテリー含む) ・連続動作時間 400時間 ・厚さ 1.19cm 	<ul style="list-style-type: none"> ・基本料金 毎月2,000円+税 ・位置情報取得料 電話 1回200円+税 (ネットは基本料金に含む) <p>専用シューズが必要</p> <ul style="list-style-type: none"> ・スリッポンタイプ 3,000円(税抜) ・マジックタイプ 4,000円(税抜) ・ジッパータイプ 5,000円(税抜)

(令和5年5月1日現在)

貸出要件

本人が次の①～④をすべて満たしていること。

- ①市内在住であること
- ②40歳以上で認知症による徘徊行動が見られること
- ③在宅で介護を受けている（入院・入所中の方は対象外）こと
- ④ペースメーカーを装着していないこと

申請から貸出しまで、1か月程度かかります。

名 称	①日常生活自立支援事業	
内容	利用者との契約に基づき、認知症のある高齢者や知的障害のある方、精神障害のある方など日常生活を営むことに支障のある方に対し、福祉サービスの利用に関する相談や援助、日常生活に必要な金銭管理などを行います。	
費用負担給付額等	①福祉サービス利用手続きの援助や金銭管理などのサービス・1時間当たり 1,100円 ②通帳や書類などを預かる書類等預かりサービス・1ヶ月当たり 500円 (生活保護を受けている方は、①②とも利用料が免除されます。)	
要件	年齢	制限なし
	住所	つくば市在住の方
	要件等	認知症高齢者・知的障害者・精神障害者などで判断能力が不十分な方。
	介護保険	不要
問合せ先	社会福祉協議会生活支援係 (879-5511)	

名 称	②成年後見制度（法定後見・任意後見）		
○成年後見制度について			
認知症や知的障害、精神障害などにより判断能力が十分ではない方の預貯金の管理など（財産管理）や、日常生活での様々な契約など（身上保護）を支援していく制度です。			
支援する方が利用者本人に代わって契約などを行ったり（代理権）、本人のみで行った不利益な契約などの行為を取り消す（同意権・取消権）など、本人を保護し、援助を行うなどの支援を受けることができます。			
○成年後見制度の種類			
1) 判断能力が不十分になってから → 法定後見制度			
家庭裁判所によって、援助者として成年後見人等が選ばれる「法定後見制度」が利用できます。			
法定後見制度			
成年後見制度は、利用する方の判断能力に応じて、下記の3つの制度に分けられています。			
	後見	保佐	補助
対象になる人	重度の知的障害、精神障害、認知症 例：判断が全くできない、ほとんどできない	中程度の知的障害、精神障害、認知症 例：日常的な買い物→できる 不動産売買や契約締結→難しい	軽い知的障害、精神障害、認知症 例：日常的な買い物→できる 不動産売買や契約締結→援助者の支えがあった方がよい
後見人は何ができるか？ （代理権の範囲）	財産に関するすべての法律行為 例：財産の管理・処分、預貯金の管理、支払いや諸手続、介護・医療の契約の締結、費用の支払い、等	申立ての範囲内で、家庭裁判所が定める特定の法律行為 ※本人の同意が必要	申立ての範囲内で、家庭裁判所が定める特定の法律行為 ※本人の同意が必要
同意(取消)権の範囲	日常の買い物などの生活に関する行為以外の行為	民法13条1項に定める行為（借金、訴訟行為、相続の承認・放棄、新築・改築・増築などの行為） ※本人の同意が必要	民法13条1項に定める行為（借金、訴訟行為、相続の承認・放棄、新築・改築・増築などの行為）の一部 ※本人の同意が必要
○法定後見制度の利用の仕方			
本人の住所地にある家庭裁判所に申し立てを行います。			
①申し立てができる方 本人、配偶者、四親等内の親族、市区町村長（申し立てる親族等がない場合）など			
②申し立てのとき 戸籍謄本や医師の診断書など、申し立てに必要な書類を提出します。			
③申し立て窓口 ◇最寄りでは水戸家庭裁判所土浦支部 〒300-8567 土浦市中央1丁目13番12号 TEL 029-821-4349（後見係）			
④相談窓口 ◇つくば成年後見センター（つくば市社会福祉協議会内）TEL 029-879-5511			

2) 判断能力が不十分になる前 ➡ **任意後見制度**

現在判断能力のある方が、老化等で判断能力が不十分でなくなった時に備えて、本人が前もって「任意後見人」を公正証書による契約で選任し、財産管理や身上監護などの代理権を付与できる制度です。

○任意後見制度の利用の仕方

- ① 本人と任意後見を依頼された方がサポート内容を話し合います。
- ② 本人の住所地のある公正証役場で、公正証書を作成し、正式に契約を交わします。
- ③ 本人の判断能力が十分でなくなった時に、家庭裁判所に任意後見監督人選定の申し立てをします。
- ④ 家庭裁判所で任意後見監督人を選任し、任意後見受任者は正式に任意後見人となり、任意後見監督人の下で契約内容に従って本人を支援します。

○窓口

最寄りでは、土浦公正証場
〒300-0813 土浦市富士崎1丁目7番21号 和光ビル4階
TEL 029-821-6754

成年後見制度について相談できる団体や窓口

① **つくば成年後見センター**

社会福祉法人 つくば市社会福祉協議会
〒300-3257 つくば市筑穂1丁目10-4
TEL 029-879-5511

② **司法書士が組織する団体**

公益社団法人 成年後見センター・リーガルサポート茨城支部
〒310-0063 茨城県水戸市五軒町1丁目3-16
TEL 029-302-3166 (事務局)

③ **一般社団法人 茨城県社会福祉士会**

茨城県権利擁護・成年後見センター「ばあとなあいばらき」
〒310-0851 茨城県水戸市千波町1918番地 セキショウ・ウェルビーイング福祉会館5F
TEL 029-244-9030 (事務局)

④ **行政書士が中心となって組織する団体**

一般社団法人 コスモス成年後見サポートセンター コスモスいばらき
〒310-0852 茨城県水戸市笠原町978-25 茨城県行政書士会内
TEL 029-244-9001

⑤ **茨城県弁護士会**

〒310-0062 茨城県水戸市大町2-2-75
TEL 029-221-3501 (事務局)
土浦相談センター(029-875-3349) ※予約制 (webまたは電話での予約)
※有料相談 (電話での相談は行っていない)

受付	月～金	9時～16時	予約先着順				
相談	木のみ	10時～12時	13時～16時	18時～20時			
場所	茨城県弁護士会土浦支部 (土浦市中央1-13-3 大國亀城公園ハイツ304)						
相談料金は、5,500円(税込)(30分以内)							

名 称		あんしん生活支援サービス
内 容		<p>お元気なうちに、認知症等のため判断能力が低下して生活に支障が生じた場合に備え、定期訪問や個別サービスを行う「見守り契約、財産管理契約」、亡くなった後のご本人の希望を実現する「死後事務委任契約」について、判断能力が低下した時に支援する「任意後見契約」とパッケージで提供いたします。</p> <p>つくば市社会福祉協議会との委任契約（見守り、財産管理、死後事務）による有償サービスです。</p>
費用負担給付額等		<p>契約手続き支援料 30,000 円 基本料月額 3,000 円</p> <p>個別サービス利用料 1 時間 1,500 円 以降 30 分ごとに 750 円追加</p>
要 件	年齢	
	住所	市内に住所を有する方
	要件等	<p>判断能力のあるひとり暮らしの高齢者もしくは高齢者夫婦世帯、または障害のある方で次の要件をすべて満たす方</p> <p>①紛争性がないこと②身上保護と日常的な金銭管理が中心であること③他に適切な支援者がいない方</p>
	介護保険	
会 場		
申請方法		社会福祉協議会生活支援係
問合せ先		社会福祉協議会生活支援係（879-5511）

各 種 相 談

※つくば市女性のための相談室

1.電話相談	029-856-5630	毎月第1・2・3・4月曜日 10時～16時（1回50分程度）
2.一般相談	} 029-854-8515（予約）	毎月第1・2・3・4火・金曜日 10時～16時（1回50分）
3.心と生き方相談		毎月第1・2・3・4水曜日 10時～16時（1回50分）
4.法律相談		毎月第2・4木曜日 13時30分～15時30分（1回30分）

※つくば市男性のための電話相談

電話相談	029-883-1188	奇数月第2木曜日 18時～20時30分
------	--------------	---------------------

※社会福祉相談

1. 弁護士による法律相談	} 029-879-5500(予約)	毎月第2・3・4木曜日 14時～16時
2. 司法書士による相談		毎月第3水曜日 14時～16時
3. 高齢者・障害者のためのパソコン相談	029-879-5898	毎月第1・3土曜日 10時～12時、13時～15時

※消費生活相談

つくば市消費生活センター	029-861-1333	月～金曜日 9時～12時、13時～16時 （多重債務相談、消費者教育出前講座を実施）
--------------	--------------	---

※こころの相談・精神障害に関する相談（※はこころの相談のみ）

1.こころの健康相談（大穂保健センター）	029-864-7841（予約）
2.いばらきこころのホットライン※	029-244-0556 9時～12時、13時～16時 ※土日フリーダイヤル 0120-236-556
3.茨城いのちの電話※	029-855-1000 24時間365日 ※毎月10日のみ 8時～翌日8時 0120-783-556
4.茨城県精神保健福祉センター（アルコール、薬物、精神疾患等）	029-243-2870（予約） 月～金 8:30～17:15
5.つくば保健所	029-851-9287（予約）
6.公益社団法人 全国精神保健福祉会 みんなねっと （水：10時～15時 ※12時～13時は休み）	03-5941-6346

※認知症に関する相談

1.地域包括支援センター	裏表紙参照
2.つくば保健所	029-851-9287（予約）
3.公益社団法人 認知症の人と家族の会茨城県支部 （認知症介護に関する相談、家族間の交流や情報交換等を実施） （電話相談：月～金曜日 13時～16時） ※専用回線 029-828-8099 （介護者のつどい：毎月第1金曜日13時～15時 ひたち野リフレビル4階） （電話相談(全国版)：月～金曜日 10時～15時） 0120-294-456 携帯・スマートフォンからは 050-5358-6578	029-828-8089
4.若年性認知症コールセンター （月～土曜日 10時～15時 ※水曜日のみ10時～19時）	0800-100-2707

※高齢者虐待等に関する相談

1.つくば市地域包括支援課（養護者による高齢者虐待）	029-883-1111
2.つくば市高齢福祉課（養介護施設従事者等による高齢者虐待）	029-883-1111

※日常生活自立支援事業

- 1.つくば成年後見センター（つくば市社会福祉協議会） 029-879-5511
2.茨城県日常生活自立支援センター（茨城県社会福祉協議会） 029-241-1134

※成年後見制度等の相談

- 1.つくば成年後見センター（つくば市社会福祉協議会） 029-879-5511
2.つくば市地域包括支援課 029-883-1111
3.公益社団法人 成年後見センター・リーガルサポート 茨城支部
（平日9時～12時、13時～17時） 029-302-3166
4.権利擁護・成年後見センター「ばあとなあいばらき」 029-244-9030
5.水戸家庭裁判所 土浦支部 029-821-4349

※法律相談

- 1.茨城県弁護士会 土浦相談センター 029-875-3349（予約）
30分間 5,500円（税込）面接相談 受付時間 月～金 10時～16時
相談対応日時 木曜日 10時～12時、13時～16時、18時～20時
（不動産・家庭の問題、相続・消費者問題、交通事故、民事介入暴力、金銭消費貸借、刑事事件等）
2.法テラス茨城（月～金曜日（祝祭日及び年末年始を除く）：9時～17時） 0570-078317

※暴力団被害に関する相談（責任者講習等）

- 公益財団法人茨城県暴力追放推進センター 029-228-0893
月～金曜日9時～17時（祝祭日を除く）

※介護事業者を含む介護分野全般に関する支援事業

- 公益社団法人 介護労働安定センター 茨城支部 029-227-1215

※障害者相談支援事業

- 1.つくばライフサポートセンターみどりの 029-836-7200
2.筑峯学園 029-867-5881
3.社会福祉協議会 029-896-3352
4.サポートプラザつくば 029-867-7170

※難病相談

- 茨城難病相談支援センター（茨城県立医療大学付属病院内） 029-840-2838（予約）
（月～金曜日：9時～12時、13時～16時）土日祝日を除く
つくば保健所 029-851-9287

※外国人のための相談室

- 1.つくば市国際都市推進課（つくば市外国人相談窓口） 029-883-1313
電話または面談で生活についての相談
無料
2.茨城県国際交流協会（外国人相談センター） 029-244-3811
生活についての相談
月に2回弁護士に相談できる
予約が必要 無料

※がん相談ホットライン（無料電話相談）

- 03-3541-7830
日本対がん協会 毎日（年末年始を除く）10時～13時、15時～18時

※休日診療を担当している病院・医院

- ・広報つくば・つくば市ホームページに掲載。
- ・検索サイト「茨城県救急医療情報システム」インターネットや携帯電話で検索できます。

※つくば市内警察署

つくば警察署

	851-0110
谷田部地区交番	837-0110
赤塚交番	855-0110
荃崎交番	876-0110
研究学園交番	850-0110
つくば駅前交番	856-0110
並木交番	858-0110
松代交番	854-0110
柴崎駐在所	863-0110
豊里駐在所	847-2023
万博記念公園駅前駐在所	839-0110
つくば北警察センター	867-1191
筑穂交番	879-0110
小田駐在所	867-1094
上大島駐在所	866-0440
菅間駐在所	867-2694
筑波山駐在所	866-0110
作谷駐在所	869-0008
吉沼駐在所	865-0517

施設のいろいろ

※窓口センター

①谷田部窓口センター	市民ホールやたべ1階	883-1401
②桜窓口センター	桜歴史民俗資料館内	883-1404
③大穂窓口センター	大穂庁舎1階	883-1402
④豊里窓口センター	旧豊里保健センター内	883-1403
⑤筑波窓口センター	市民ホールつくばね1階	883-1405
⑥荃崎窓口センター	荃崎保健センター内	883-1406

※老人福祉センター

①桜老人福祉センター	栗原2470	857-6328
②谷田部老人福祉センター	台町1-2-2	837-1188
③老人福祉センターとよさと	遠東639	847-0231
④荃崎老人福祉センター	下岩崎2068	876-1181

※保健施設

①大穂保健センター	筑穂1-10-4	864-7841
②谷田部保健センター	谷田部4774-18	838-1100
③桜保健センター	流星台61-1	857-3931
④健康増進施設いきいきプラザ	大曾根4067-1	864-5089

※地域交流センター

①筑波交流センター	北条5060	867-3135
②吉沼交流センター	吉沼790	865-0503
③大穂交流センター	筑穂1-10-4	864-3111
④栗原交流センター	栗原5386-2	857-2684
⑤豊里交流センター	高野1197-20	847-8444
⑥桜交流センター	松塚1036-2	857-3311
⑦春日交流センター	春日2-36-1	852-5422
⑧吾妻交流センター	吾妻1-10-1	852-5892
⑨竹園交流センター	竹園3-19-2	851-3085
⑩松代交流センター	松代4-16-3	852-3203
⑪二の宮交流センター	二の宮4-6-2	852-5488
⑫並木交流センター	並木4-2-1	851-3084
⑬広岡交流センター	下広岡410-167	857-3678
⑭小野川交流センター	館野477-1	838-0501
⑮島名交流センター	島名784-30	847-6061
⑯谷田部交流センター	谷田部4774-18	836-0139
⑰荃崎交流センター	小荃318	876-3311

※社会福祉協議会

①本部事務局	筑穂1-10-4 大穂庁舎内	879-5500 (代表)
②中央支所	遠東639	847-0231
③南支所	下岩崎2068	876-4552

※文化施設など

①ふれあいプラザ	下岩崎2164-1	876-2311
②市民研修センター	北条1477-1	867-1153

※その他の施設

①つくばウェルネスパーク	山木1562	867-5210
--------------	--------	----------

つくば市近辺のケアハウス

ケアハウスとは、老人福祉法第20条の6において「高齢等のため独立して生活するには不安が認められる者等に対し、低額な料金で入所させ給食その他日常生活上の便宜を供与する施設」と定義されています。

(令和5年6月1日確認・茨城県ホームページ軽費老人ホーム利用情報より)

保 福 社 健 園	NO	施 設 名	住 所	電 話
つくば	1	くきの里	つくば市上岩崎1845-27	029-840-1131
	2	つくばの杜	つくば市吉瀬1017-1	029-857-8666
	3	よしの荘	常総市上蛇町1888-1	0297-22-7876
	4	さくら館	常総市馬場2245	0297-43-8611
	5	筑波キングス・ガーデンケアハウス	常総市大生郷町1818-1	0297-24-7435
土浦	6	ポプラ館	土浦市東若松町3379	029-826-8888
	7	もりの家	土浦市北荒川沖町8-1	029-841-8885
	8	ハートピア石岡	石岡市根当10888-3	0299-23-5211
	9	アメニティ	石岡市東大橋2757	0299-27-1233
	10	やさと	石岡市小倉442-1	0299-43-0811
	11	ピソ天神	かすみがうら市宍倉5696-3	029-833-0298
取手 龍ヶ崎	12	ケアハウス・ゼーレ	石岡市石岡2748-1	0299-23-7343
	13	阿見翔裕園	阿見町阿見5137	029-840-2881
	14	牛久さくら園	牛久市上柏田1-18-4	029-878-0711
筑西 下妻	15	やまなみ園	利根町立木909	0297-61-7000
	16	サンライフ川島	筑西市小川前原1846	0296-28-8866
古河 坂東	17	紫穂苑	筑西市木戸388	0296-37-2070
	18	みどりの里	古河市東山田4796-2	0280-78-1000
	19	ファミリー境	境町塚崎4864	0280-87-7111
	20	ハートフル広命	坂東市小山258	0297-38-1111
	21	下総プリンスクラブ	古河市小堤1796-2	0280-98-0070

茨城県内の有料老人ホーム一覧については、

- ・茨城県ホームページ高齢者福祉施設
- ・全国有料老人ホーム協会入居相談室 (TEL03-3548-1077) にてご確認ください。

サービス付き高齢者向け住宅一覧、制度の詳細については、
厚生労働省ホームページ介護事業所・生活関連情報検索 にてご確認ください。



介護に関する相談は

地域包括支援センター

名称	電話番号 (029)	住所	担当区域
筑波地域 包括支援センター	828-5806	北条 1184-1 (筑波園敷地内)	筑波圏域
大穂豊里地域 包括支援センター	869-9527	要 1187-299 (筑波記念病院敷地内)	大穂豊里圏域
谷田部東地域 包括支援センター	897-3231	手代木 1932 (サンシャインつくばリゾート内)	谷田部東圏域
谷田部西地域 包括支援センター	893-3170	上横場 2290-9 (トレランス田村敷地内)	谷田部西圏域
桜地域 包括支援センター	886-3886	大角豆 1806-3 (花室長寿館向かい)	桜圏域
荃崎地域 包括支援センター	886-9500	下岩崎 2068 (荃崎老人福祉センター隣)	荃崎圏域
つくば市地域 包括支援センター	883-1111	研究学園一丁目 1 番地 1 (つくば市役所 1 階)	各センターの統括

※詳しい地区はつくば市ホームページをご覧になるかお問い合わせ下さい。

(令和5年8月現在)