

●●● 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 2025

市内の保健福祉サービス民間関連サービスの概要



令和7年9月

つくば市地域包括支援センター

目 次

新規・追加情報 **NEW**

医療と介護のありたい姿 ロードマップ	4
--------------------------	---

統計からみる地域の実態	6
-------------------	---

つくば市内介護保険サービス事業所ガイドブック	7
------------------------------	---

主な介護保険サービスの解説	8
---------------------	---

①筑波圏域 NEW	9
------------------------	---

②大穂豊里圏域（大穂） NEW	10
------------------------------	----

③大穂豊里圏域（豊里） NEW	11
------------------------------	----

④谷田部東圏域 NEW	12
--------------------------	----

⑤谷田部西圏域 NEW	13
--------------------------	----

⑥桜圏域 NEW	14
-----------------------	----

⑦茎崎圏域 NEW	15
------------------------	----

多職種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	17
---	----

②退院前情報共有チェックシート	18
-----------------------	----

③訪問歯科診療のできる医療機関 NEW	19
----------------------------------	----

④訪問対応のできる薬局 NEW	20
------------------------------	----

⑤茨城県内精神科病院等一覧	21
---------------------	----

⑥病院のソーシャルワーカー等専門職窓口一覧 （つくば市・牛久市医療相談室一覧） NEW	22
---	----

⑦つくば連携タイム一覧（在宅医療を実施しているクリニック） NEW	24
--	----

⑧訪問看護ステーションの特徴 NEW	32
---------------------------------	----

⑨介護老人福祉施設の特徴 NEW	33
-------------------------------	----

⑩グループホームの特徴 NEW	34
------------------------------	----

⑪介護老人保健施設の特徴 NEW	35
-------------------------------	----

⑫主な高齢者施設の特徴 NEW	36
------------------------------	----

⑬つくば市近辺のケアハウス	38
---------------------	----

保健・福祉並びに民間関連サービスの概要	39
---------------------------	----

I 生活支援	40
--------------	----

①民間事業所の食事・食材宅配システム	40
--------------------------	----

②民間事業所の外出介助・家事援助サービス	40
----------------------------	----

③高齢者等ごみ出し支援事業 NEW	41
--------------------------------	----

④つくば市シルバー人材センターのサービス	41
----------------------------	----

⑤さわやかサービス事業（住民参加型在宅福祉サービス）	41
----------------------------------	----

⑥高齢者補聴器購入費補助事業	42
----------------------	----

⑦すけっとくん（高齢者日常生活支援事業）	42
----------------------------	----

⑧あん摩・マッサージ・指圧・はり及びきゅう施術費助成事業	42
------------------------------------	----

⑨つくば市民間賃貸住宅情報提供事業	43
-------------------------	----

⑩空家等対策事業 NEW	43
---------------------------	----

⑪茨城県生活福祉資金貸付・小口貸付資金	43
---------------------------	----

⑫つくば市生活困窮者自立相談支援事業	44
--------------------------	----

⑬生活支援体制整備事業	44
-------------------	----

⑭いばらき高齢者優待制度（いばらきシニアカード）	44
--------------------------------	----

⑮介護マーク（配布）	44
------------------	----

II	安否確認	45
	① 愛の定期便事業	45
	② 宅配食事サービス事業	45
	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	46
	⑤ 地域見守りネットワーク事業	46
	⑥ 「避難行動要支援者名簿」への掲載と名簿情報	47
III	身体介護	48
	① 在宅要介護高齢者等紙おむつ購入費助成事業	48
	② ねたきり高齢者理美容料助成事業	48
	③ 在宅高齢者布団丸洗い乾燥事業	48
	④ 福祉用具貸与事業（自費）	49
	⑤ 車いす貸出し事業	49
	⑥ 福祉用具貸与（介護保険）	50
	⑦ 特定福祉用具購入（介護保険）	50
IV	長寿	51
	① 敬老祝金給付事業	51
	② 長寿をたたえる事業	51
	③ 敬老祝写真贈呈事業	51
V	移動・交通	52
	① 介護輸送サービス（民間事業所） NEW	52
	② 福祉有償運送 NEW	52
	③ 高齢者運賃割引証	52
	④ コミュニティバス「つくバス」 NEW	53
	⑤ 乗り合いタクシー「つくタク」 NEW	53
	⑥ 筑波地区支線型バス「つくばね号」	54
	⑦ いばらき身障者等用駐車場利用証制度	54
	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	55
	⑩ 高齢者電動アシスト自転車等購入費補助事業 NEW	55
VI	社会参加	56
	① 高齢者いきいきサロン	56
	② 高齢者いきいきサロン出前講座	56
	③ ふれあいサロン	56
	④ 高齢者憩いの広場 運営補助事業	57
	⑤ 空家等を活用した地域交流拠点づくり支援補助事業 NEW	57
	⑥ 高齢者文化芸術鑑賞助成事業 NEW	57
	⑦ 老人福祉センターでの行事・サークル	58
	⑧ 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）	58
	⑨ 傾聴ボランティア事業～おうち de 交流～	59
	⑩ みんなの食堂	59
	⑪ つくば市シルバークラブ連合会	59
	⑫ つくばボランティアセンター	60
	⑬ 高齢者・障害者のためのパソコン相談（無料）	60
VII	介護予防	61
	① 健康体操教室	61
	② シルバーリハビリ出前体操教室	61
	③ いきいき運動教室	61

④元気はつらつ運動教室	62
⑤フレイルサポート教室	62
⑥もっと知ろう!介護のこと	62
⑦つくば市出前講座	63
⑧地域リハビリテーション活動支援事業～おうち de リハ～	63
⑨訪問型短期集中予防サービス	63

VIII 健康づくり 64

①特定健診・後期高齢者健診（集団健診）	64
②特定健診・後期高齢者健診（医療機関健診）	64
③結核検診	64
④肝炎ウイルス検診	65
⑤骨粗しょう症検診	65
⑥がん検診	65
⑦人間ドック等健診助成	66
⑧肺炎球菌予防接種 NEW	66
⑨带状疱疹予防接種 NEW	67
⑩インフルエンザ予防接種 NEW	67
⑪新型コロナ予防接種 NEW	67
⑫こころの健康相談	68
⑬家庭訪問指導事業	68

IX 認知症..... 69

①認知症の相談窓口（相談機関）	69
②認知症疾患医療センター	69
③認知症お困りごとメール相談	69
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	70
⑤もの忘れ外来または外来診療が確認できた医療機関	71
⑥筑波大学附属病院 認知力アップデイケア	71
⑦とよさと病院デイケア 「いきいき認知力アップ教室」	71
⑧認知症サポーター養成講座	72
⑨認知症サポーター向け講座 NEW	72
⑩認知症サポーターステップアップ講座	72
⑪チームオレンジ	73
⑫つくば市もの忘れサポートチーム（認知症初期集中支援チーム）	73
⑬つくば市オレンジカフェ（認知症カフェ）	74
⑭つくば市認知症本人・家族交流会	74
⑮つくば市認知症高齢者 SOS 等ネットワーク事業 NEW	75
⑯とよさと病院 認知症本人ミーティング	75
⑰とよさと病院 家族懇談会	76
⑱家族の会・民間研究機関	76

X 権利擁護..... 77

①日常生活自立支援事業	77
②あんしん生活支援サービス（任意後見契約）	77
③成年後見制度（法定後見・任意後見）	78
・法定後見制度	78
・任意後見制度	78
・成年後見制度について相談できる団体や窓口	79

XI 参考資料..... 80

各種相談 NEW	80
主な市内公共施設 NEW	83

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、生活支援がいきなり、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が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る。	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。

統計からみる地域の実態

高齢福祉課「高齢者統計データ」より

生活圏域の人口・年齢構成別・高齢化率・65歳以上世帯類型（R7.4.1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
筑波	16,274	5,316	6,317	38.82%	7,275	1,404	1,192	1,064
大穂	20,339	7,062	4,437	21.82%	9,771	1,073	772	714
豊里	16,256	5,774	4,115	25.31%	6,950	902	706	660
谷田部東	68,061	24,528	8,786	12.91%	32,633	2,262	1,833	1,789
谷田部西	53,516	16,422	8,176	15.28%	23,224	1,990	1,520	1,439
桜	61,752	21,422	9,583	15.52%	29,247	2,211	2,074	1,995
荃崎	22,753	7,465	8,620	37.89%	11,100	2,015	1,934	1,862
合計	258,951	87,989	50,034	19.32%	120,200	11,857	10,031	9,523

生活圏域別 要支援・要介護認定者数（R7.3.31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
筑 波	16,274	6,317	1,184	18.74%	136	154	264	254	151	156	69
大 穂	20,339	4,437	767	17.29%	80	79	178	172	122	91	45
豊 里	16,256	4,115	723	17.57%	72	67	189	156	101	88	50
谷田部東	68,061	8,786	1,246	14.18%	185	139	302	235	172	136	77
谷田部西	53,516	8,176	1,370	16.76%	178	161	304	291	180	157	99
桜	61,752	9,583	1,419	14.81%	184	164	321	287	190	161	112
荃 崎	22,753	8,620	1,393	16.16%	249	184	326	225	158	145	106
住所外等			128		8	8	21	23	21	24	23
合計	258,951	50,034	8,230	16.45%	1,092	956	1,905	1,643	1,095	958	581

つくば市内介護保険サービス事業所ガイドブック

〈注意点〉

○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ください。

*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い。

○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。

*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」の機関は掲載していません。

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人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。

筑波圏域

(令和7年9月1日現在)

筑波圏域

		総合事業	事業所番号	事業所名	電話番号	所在地
地域包括支援センター	1		0802000034	筑波地域包括支援センター	828-5806	北条1184-1
居宅介護支援	2		0872000047	居宅介護支援事業所アリエッタ	867-1182	北条1174
	3		0872000138	ケアサポートセンター筑波園 居宅介護支援事業所	867-5011	北条1180-2
	4		0872001052	居宅介護支援事業所なでしこ ※介護予防支援あり	864-6565	水守2228-2
	5		0872001516	居宅介護支援事業所 幸寿苑	867-7651	磯部15
	6		0872001839	居宅介護支援事業所 なかよし	867-6677	北条4326-2
	7		0872002084	ケアマネジメントセンターまどか	867-5233	北条196
	8		0872002100	居宅介護支援事業所飯田医院つくばの里	866-2480	沼田101
	9		0872002563	居宅介護支援事業所 ひまわり	867-0127	北条85
	10		0872002597	居宅介護支援事業所 シニアガーデンアネックス	867-7800	水守1189-5
	11	○	0872001813	訪問介護 なかよし	867-6677	北条4326-2
訪問介護	12		0872002027	訪問介護事業所株式会社ひまわり	865-0514	安食2530-62
訪問看護	13		0862090446	訪問看護 なかよし	080-9583-7172	北条4326-2
訪問 リハビリテーション	14		0852080019	介護老人保健施設 アリエッタ	867-1182	北条1174
	15		0852080043	医療法人社団 桜水会 介護老人保健施設 豊浦	850-7111	神郡2013-1
	16		0852080068	介護老人保健施設なでしこ	864-6565	水守2228-2
通所介護	17	○	0872001656	指定通所介護事業所 シニアガーデンアネックス	867-7800	水守1189-5
	18	○	0872002324	デイサービス なかよし	867-6877	北条4408-3
	19	○	0872003082	グッド・デイサービス	846-2985	大貫235
	20	○	0872003512	デイサービス ご縁	879-9362	北条1646-7
通所 リハビリテーション	21		0852080019	介護老人保健施設 アリエッタ	867-1182	北条1174
	22		0852080043	医療法人社団 桜水会 介護老人保健施設 豊浦	850-7111	神郡2013-1
	23		0852080068	介護老人保健施設なでしこ	864-6565	水守2228-2
短期入所生活介護	24		0872000336	ショートステイセンター筑波園 短期入所生活介護事業所	867-1161	北条1180
	25		0872002605	ショートステイセンター 筑波園 短期入所生活介護事業所(ユニット型)	867-1161	北条1180
	26		0872001649	指定短期入所生活介護事業所 シニアガーデンアネックス	867-7800	水守1189-5
短期入所療養介護	27		0852080019	介護老人保健施設 アリエッタ	867-1182	北条1174
	28		0852080043	医療法人社団 桜水会 介護老人保健施設 豊浦	850-7111	神郡2013-1
	29		0852080068	介護老人保健施設なでしこ	864-6565	水守2228-2
福祉用具貸与	30		0872002209	有限会社 つくばセントラルサービス	867-4976	小泉5-1
特定福祉用具販売	31		0872002209	有限会社 つくばセントラルサービス	867-4976	小泉5-1
地域密着型通所介護	32	○	0892000381	デイサービスセンター筑波園 通所介護事業所	867-1143	北条1180-2
	33	○	0892000365	デイケアホーム飯田医院つくばの里	850-8330	沼田101
認知症対応型共同生活介護	34		0872001086	医療法人恵仁会 グループホーム デルフィ	867-1672	北条1175
	35		0872001201	グループホーム 幸寿苑	867-7651	磯部15
	36		0872001284	グループホームいちさと筑波	867-2222	小和田145
看護小規模多機能型 居宅介護	37		0892000175	看護小規模多機能型 なかよし	867-0177	北条4326-2
地域密着型 介護老人福祉施設入 所者生活介護	38		0892000084	特別養護老人ホーム シニアガーデンアネックス	867-7800	水守1189-5
介護老人福祉施設	39		0872000187	特別養護老人ホーム筑波園	867-1161	北条1180
	40		0872090006	特別養護老人ホーム筑波園(ユニット型)	867-1161	北条1180
介護老人保健施設	41		0852080019	介護老人保健施設 アリエッタ	867-1182	北条1174
	42		0852080043	医療法人社団 桜水会 介護老人保健施設 豊浦	850-7111	神郡2013-1
	43		0852080068	介護老人保健施設なでしこ	864-6565	水守2228-2

大穂豊里圏域（大穂）

（令和7年9月1日現在）

		総合 事業	事業所番号	事業所名	電話番号	所在地
地域包括支援センター	1		0802000067	大穂豊里地域包括支援センター	869-9527	要1187-299
居宅介護支援	2		0872000021	社会福祉法人 つくば市社会福祉協議会	879-5923	筑穂1-10-4
	3		0872000054	いちほら病院介護支援センター	864-7336	大曽根3681
	4		0872000146	医療法人社団筑波記念会指定居宅介護支援事業所	864-1212	要1187-299
	5		0872001680	あんじゅ	879-0092	花畑1-14-6 プロスパー102号
	6		0872002191	居宅介護支援センターつくばらいふ	869-8077	花畑1-17-4
	7		0872002571	あいりレー介護ステーションつくば	877-3322	要273-1
	8		0872002662	アドニスケアプラン	893-3263	筑穂3-5-3
訪問介護	9	○	0872000021	社会福祉法人 つくば市社会福祉協議会	879-5923	筑穂1-10-4
	10	○	0872001680	あんじゅ	879-1193	花畑1-14-6 プロスパー102号
	11	○	0872003033	訪問介護 アドニス	895-3756	筑穂3-5-3
訪問看護	12		0862090016	つくば訪問看護ステーション	864-1212	要1187-299 S棟1階
	13		0862090057	いちほら訪問看護ステーション	864-8488	大曽根3681
	14		0862090214	訪問看護ステーションあやめつくば北	877-1151	筑穂2-21-4 アネシス・スピティB101号
訪問 リハビリテーション	15		0852080035	介護老人保健施設つくばリハビリテーションセンター	864-8300	大曽根3681
	16		0872001268	つくばケアセンター 訪問リハビリテーション	877-1313	要76
通所介護	17	○	0872001870	ツクイ花畑	877-6287	花畑3-21-3
	18	○	0872001987	つくばフィジカルフィットネススタジオ	864-8155	大曽根3721-9
	19	○	0872002019	デイサービスひなた	879-7626	花畑3-4-5
	20	○	0872002720	通所介護事業所 つくばらいふ	864-7717	花畑1-16-5
通所 リハビリテーション	21		0852080035	介護老人保健施設つくばリハビリテーションセンター	864-0568	大曽根3681
	22		0852080050	介護老人保健施設 つくばケアセンター	877-1313	要76
短期入所生活介護	23		0872000625	短期入所生活介護事業所 シニアガーデン	877-0203	大曽根3690
	24		0872001342	短期入所生活介護事業所 らいふつくば花畑	864-7677	花畑1-17-4
	25		0872003488	ショートステイ「あいりレーつくば」	877-3355	要273-1
	26		0872003272	特別養護老人ホーム シニアガーデン別館	877-0203	大曽根3699-3
	27		0872003421	ショートステイ まごころの杜つくば	886-8710	大砂185-2
短期入所療養介護	28		0852080035	介護老人保健施設つくばリハビリテーションセンター	864-8300	大曽根3681
	29		0852080050	介護老人保健施設 つくばケアセンター	877-1313	要76
特定施設入居者 生活介護	30		0872001334	有料老人ホーム らいふつくば花畑	864-7677	花畑1-17-4
	31		0872001979	つくばメディケアレジデンス	864-8011	大曽根3721-9
福祉用具貸与	32		0872003280	福祉用具 アドニス	895-3756	筑穂3-5-3
特定福祉用具販売	33		0872003280	福祉用具 アドニス	895-3756	筑穂3-5-3
認知症対応型 共同生活介護	34		0872000500	グループホーム ファミージュ	864-7555	大曽根3681
	35		0872000997	グループホーム つくしの森	877-2940	西高野842-4
	36		0892000118	グループホーム みどりの森	877-2458	西高野842-8
小規模多機能型居宅 介護	37		0892000407	あいりレー・ケアホームつくば	896-3155	要275-1
地域密着型 介護老人福祉施設入 所者生活介護	38		0892000167	特別養護老人ホーム シニアガーデン別館	877-0203	大曽根3699-3
介護老人福祉施設	39		0872000617	特別養護老人ホーム シニアガーデン	877-0203	大曽根3690
	40		0872090022	特別養護老人ホーム まごころの杜つくば	886-8710	大砂185-2
介護老人保健施設	41		0852080035	介護老人保健施設つくばリハビリテーションセンター	864-8300	大曽根3681
	42		0852080050	介護老人保健施設 つくばケアセンター	877-1313	要76

大穂豊里圏域（豊里）

（令和7年9月1日現在）

	総合事業	事業所番号	事業所名	電話番号	所在地
地域包括支援センター	1	0802000067	大穂豊里地域包括支援センター	869-9527	要1187-299
居宅介護支援	2	0872000062	美健荘居宅介護支援事業所	847-4194	上郷1438-3
	3	0872000450	ウエルシア介護サービスつくば	848-2008	豊里の杜2-1-1
	4	0872003181	介護支援センター つくば	846-2808	高野439
訪問介護	5	○ 0872000450	ウエルシア介護サービスつくば	848-2008	豊里の杜2-1-1
	6	○ 0872001110	ヘルパーステーション ぼりりす	893-2747	上郷3621-4
	7	0872002464	マリア・カサブランカ	896-8241	高野1213-18
	8	○ 0872003157	あいヘルパーステーション	848-1050	上郷1600-1
	9	0872003298	アタラシア ※通院等乗降介助の届出あり	886-3885	東光台2-23-1 セジュール東光台B棟103
訪問入浴介護	10	0872000450	ウエルシア介護サービスつくば	848-2008	豊里の杜2-1-1
訪問看護	11	0862090107	訪問看護ステーション TERMS	869-6001	上郷1368-3
	12	0862090396	けやき訪問看護ステーション	886-4336	上郷3623
通所介護	13	○ 0872002589	デイサービス なごみ	886-8671	今鹿島5011
	14	○ 0872002670	デイサービスセンター きらめき	847-8480	上郷1428-7
	15	○ 0872003074	アドニスケアセンター	828-8351	上郷8105-71
	16	○ 0872003165	あいデイサービス	848-1050	上郷1600-1
	17	○ 0872003462	グッド・デイサービス つくば高野	893-2610	高野1155-2
短期入所生活介護	18	0872000195	特別養護老人ホーム 美健荘	847-4194	上郷1438-3
	19	0872002944	ショートステイ フロンティア	893-5531	上郷1600-3
	20	0872003447	ショートステイつくばなごみ	828-8830	今鹿島5014-1
福祉用具貸与	21	0870600145	株式会社つかだアドバンス	847-1313	高野439
	22	0872000450	ウエルシア介護サービスつくば	848-2008	豊里の杜2-1-1
	23	0872001615	パナソニック エイジフリーショップつくば	828-8500	東光台4-19-7
特定福祉用具販売	24	0870600145	株式会社つかだアドバンス	847-1313	高野439
	25	0872000450	ウエルシア介護サービスつくば	848-2008	豊里の杜2-1-1
	26	0872001615	パナソニック エイジフリーショップつくば	828-8500	東光台4-19-7
認知症対応型 共同生活介護	27	0892000159	グループホーム あいりレーとよさと	847-0168	今鹿島2535-2
小規模多機能型 居宅介護	28	0892000035	小規模多機能型居宅介護 豊里長寿館	848-0577	高野1197-64
地域密着型 介護老人福祉施設 入所者生活介護	29	0892000233	地域密着型特別養護老人ホームフロンティア	893-5531	上郷1600-3
介護老人福祉施設	30	0872000195	特別養護老人ホーム 美健荘	847-4194	上郷1438-3

大穂豊里圏域（豊里）

谷田部東圏域

(令和7年9月1日現在)

		総合事業	事業所番号	事業所名	電話番号	所在地
地域包括支援センター	1		0802000083	谷田部東地域包括支援センター	897-3231	手代木1932
居宅介護支援	2		0870800778	居宅介護支援事業所 いっしんつくば	875-9571	上原23
	3		0871100301	セントケアつくば南	839-5561	高野台2-11-6 ソレアードTSUKUBA104
	4		0872000112	新つくばホーム指定居宅介護支援事業所	856-4472	学園の森3-29-2
	5		0872000955	ケアパートナーつくば	839-0311	高野台3-5-1
	6		0872001458	つくば介護サービスこころ	860-3501	松代1-16-13 シャンデバステークB-101号室
	7		0872002365	松代ケアセンター そよ風	850-3715	松代4-8-2
	8		0872002472	ケアプランセンター はなみずき	896-6010	下原525-1
	9		0872002902	医療法人善心会 居宅介護支援ステーション つくば	836-0062	手代木302-2 2階
	10		0872002910	居宅介護支援事業所 糸車	845-3421	館野363-2
	11		0872002936	居宅プランセンター 煌	879-9266	二の宮2-7-2 サンシティ色川101号室
	12		0872003025	ふきのとう つくば	846-6399	二の宮3-10-3 セイント・ピュア103
	13		0872003322	おはなりハケアマネステーション ※介護予防支援あり	879-8828	春日2-18-8 永大ビルB
訪問介護	14		0871100301	セントケアつくば南	839-5561	高野台2-11-6 ソレアードTSUKUBA104
	15	○	0872000930	つくば介護サービス こころ ※通院等乗降介助の届出あり	860-3501	松代1-16-13 シャンデバステークB-101号室
	16	○	0872001763	つくば介護サービス	836-1907	中内56-8
	17	○	0872002886	医療法人善心会 訪問介護ステーション つくば	836-6553	手代木302-2 2階
	18	○	0872003025	ふきのとう つくば	846-6309	二の宮3-10-3 セイント・ピュア103
	19	○	0872003124	指定訪問介護事業所 アイランド	828-7401	東新井14-8 東新井吉田ビルⅡ201
	20	○	0872003355	医心館 訪問介護ステーション つくば	828-7321	学園の森3-12-9
	21	○	0872003413	医心館 訪問介護ステーション つくばⅡ	886-8525	二の宮1-12-1
訪問入浴介護	22		0872002894	医療法人善心会 訪問入浴サービスステーション つくば	836-6557	手代木302-2 2階
訪問看護	23		0862090172	訪問看護ステーションあやめつくば	839-3650	高野台2-13-75
	24		0862090198	ルイダ訪問看護ステーション	859-8801	二の宮3-3-2 ウェストアール101
	25		0862090263	WADEWADE訪問看護ステーションつくば	897-3090	松代5-2-29 つくばアイビススクエア201
	26		0862090289	医心館 訪問看護ステーション つくば	828-7321	学園の森3-12-9
	27		0862090313	医心館 訪問看護ステーションつくばⅡ	886-8525	二の宮1-12-1
	28		0862090339	訪問看護ステーション ハイク	883-0063	二の宮2-5-1 吉春ビルⅢ301
	29		0862090347	HIM訪問看護ステーション	875-8880	研究学園5-15-15
	30		0862090420	訪問看護ステーション イノベル茨城	875-7673	東新井20-5 グローバル5 102号
	31		0862090453	ひなた訪問看護ステーション	886-8916	稲荷前30-11
	32	○	0872000369	新つくばホームデイサービスセンター	856-4472	学園の森3-29-2
通所介護	33	○	0872000955	ケアパートナーつくば	839-0311	高野台3-5-1
	34	○	0872001102	新つくばホームデイサービスセンター 新館	856-4477	学園の森3-29-2
	35		0872002159	ケアステーションあさひつくば	848-5170	研究学園4-4-13
	36	○	0872002365	松代ケアセンター そよ風	850-3715	松代4-8-2
	37	○	0872002381	デイサービスセンターさとのこハウス学園中央	850-3878	東新井25-2
	38	○	0872002878	デイサービス 糸車	845-3421	館野363-2
	39	○	0872003470	燈杜リハビリセンター	863-6886	西平塚318-1
短期入所生活介護	40		0872000203	特別養護老人ホーム 新つくばホーム	856-4477	学園の森3-29-2
	41		0872090014	特別養護老人ホーム 新つくばホーム新館(ユニット型)	856-4477	学園の森3-29-2
	42		0872002365	松代ケアセンター そよ風	850-3715	松代4-8-2
	43		0872002415	ショートステイ はなみずき	896-3022	下原525-1
特定施設入居者生活介護	44		0872003264	介護付有料老人ホーム サンシャインつくばリゾート	893-5551	手代木1932
福祉用具貸与	45		0872003348	株式会社フロンティアつくば営業所	850-0885	東新井20-10
特定福祉用具販売	46		0872003348	株式会社フロンティアつくば営業所	850-0885	東新井20-10
地域密着型通所介護	47	○	0872002522	デイサービスゆとりえ春日	879-7333	春日2-32-11
	48		0892000373	地域密着型デイサービスセンターはなみずき	896-3022	下原525-1
認知症対応型通所介護	49		0892000043	デイサービス美桜	855-9595	小野川110-12
認知症対応型 共同生活介護	50		0872000807	グループホーム 美桜	861-8661	小野川110-12
	51		0892000019	グループホームいっしん館つくば	839-5025	上原23
地域密着型介護老人福祉施設入所者生活介護	52		0892000282	地域密着型特別養護老人ホーム はなみずきサテライト	846-6071	下原338-1
介護老人福祉施設	53		0872000203	特別養護老人ホーム 新つくばホーム	856-4477	学園の森3-29-2
	54		0872002407	特別養護老人ホーム はなみずき	896-3022	下原525-1
	55		0872090014	特別養護老人ホーム 新つくばホーム新館	856-4477	学園の森3-29-2

谷田部西圏域

(令和7年9月1日現在)

	総合事業	事業所番号	事業所名	電話番号	所在地
地域包括支援センター	1	0802000059	谷田部西地域包括支援センター	893-3170	上横場2290-9
居宅介護支援	2	0872000013	指定居宅介護支援事業 もみじ	847-7807	下河原崎729-1
	3	0872000120	指定居宅介護支援事業所 そよかぜ	836-7991	上横場2573-1
	4	0872000922	居宅介護支援事業所 アイリスコート	839-3131	上横場429-1
	5	0872001433	みなみつくば会居宅介護支援事業所	836-6617	谷田部6107-1
	6	0872001532	居宅介護支援センターみどりの	836-3635	台町2-4-1
	7	0872001904	居宅介護支援事業所 ケアサポートやたべ	836-8809	境田148-24
	8	0872002175	けあぶらん 木の花さくや	828-7120	鬼ヶ窪1212-11
	9	0872003397	居宅介護支援事業所ゆう ※介護予防支援あり	828-4283	みどりの1-14 グランドパレスNS-10 307号室
	10	0872003454	アサヒサンククリーン ケアプランセンターつくば	050-3827-1880	島名2298(諏訪C12-9)X-STAGE001号室
	11	○ 0872001300	ケアサポートやたべ	836-7668	境田148-24
訪問介護	12	0872001524	訪問介護ステーションみどりの	836-3635	台町2-4-1
	13	○ 0872002530	コンフォートつくば訪問介護事業所	875-5656	台町2-3-10
	14	○ 0872002712	訪問介護いっしんつくば	869-9751	台町2-5-2
	15	0872003215	ニチケアセンターつくばみどりの	839-2106	みどりの2丁目31番地7 トルビヨン店舗
訪問入浴介護	16	0872002043	アースサポートつくば	839-9500	みどりの1-31-7
	17	0872002951	アサヒサンククリーン在宅介護センターつくば	050-3317-6976	島名2298(諏訪C12-9)X-STAGE001号室
訪問看護	18	0862090040	訪問看護ステーション そよかぜ	836-1932	上横場2573-1
	19	0862090164	在宅看護センターゆう	828-4283	みどりの1-14 グランドパレスNS-10 307号室
	20	0862090305	訪問看護・リハビリステーション ヘルスコア	886-9077	諏訪C21-3
	21	0862090321	みんなのかかりつけ訪問看護ステーションつくば	846-6848	みどりの1-14 グランドパレスNS-10 407号室
	22	0862090370	訪問看護ステーションかがやき	837-2873	真瀬2522-11
	23	0862090479	訪問看護ステーション デューンつくば	897-3780	みどりの中央49-14 みどりのテラス1階B号室
訪問 リハビリテーション	24	0872001706	一般財団法人筑波麗仁会 筑波学園病院訪問リハビリテーション	836-7992	上横場2573-1
	25	0852080076	介護老人保健施設 プレミエール元気館	838-1919	谷田部6107-1
通所介護	26	○ 0872000310	指定居宅サービス事業所 もみじ	847-4081	下河原崎729-1
	27	○ 0872002076	はっぴーデイサービスセンター	837-1137	谷田部4377-2
	28	○ 0872002225	デイサービス ここいち谷田部	869-9751	台町2-5-2
	29	○ 0872002555	コンフォートつくばデイサービス	875-5656	台町2-3-10
	30	○ 0872002969	デイサービスセンター アイリスコート	839-3131	上横場429-1
通所 リハビリテーション	31	0852080027	介護老人保健施設 そよかぜ	836-0517	上横場2573-1
	32	0852080076	介護老人保健施設 プレミエール元気館	838-1919	谷田部6107-1
短期入所生活介護	33	0872000864	ショートステイ アイリスコート	839-3131	上横場429-1
	34	0872001409	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)	848-3317	下河原崎729-1
	35	0872001797	ショートステイ 木の花さくや	828-7061	鬼ヶ窪1212-11
	36	0872002688	トレランス田村ショートステイ	893-3126	上横場2290-9
短期入所療養介護	37	0852080027	介護老人保健施設 そよかぜ	836-0517	上横場2573-1
	38	0852080076	介護老人保健施設 プレミエール元気館	838-1919	谷田部6107-1
特定施設入居者生活介護	39	0872001862	サンシャイン・ヴィアつくば倶楽夢	875-5151	谷田部6107-2
福祉用具貸与	40	0872000443	株式会社 幸和義肢研究所	875-7627	大白碕341-1
特定福祉用具販売	41	0872000443	株式会社 幸和義肢研究所	875-7627	大白碕341-1
地域密着型通所介護	42	○ 0892000324	リハビリ特化型デイサービス ヘルスコア	886-9077	諏訪C21-3
	43	○ 0872001755	サンシャインデイサービスセンター	838-5900	谷田部6107-14
	44	○ 0872002456	デイサービスセンター V I V I Dつくば	895-2140	島名808-1
	45	○ 0872002704	トレランス田村デイサービスセンター	893-3126	上横場2290-9
	46	○ 0872002837	でいさ〜びす 木の花さくや	828-7062	鬼ヶ窪1212-11
認知症対応型 共同生活介護	47	0872000948	グループホーム たんぽぽ	839-5200	谷田部3393-1
	48	0872001177	グループホーム 自然の家	839-4165	観音台1-11-1
	49	0872005012	グループホーム筑水苑	839-5558	谷田部6107-1
	50	0892000399	グループホームあいりレーつくば	836-2000	柳橋122-8
小規模多機能型居宅介護	51	0892000100	ケアサポート 田村	839-1510	上横場2290-6
地域密着型介護老人福祉施設 入所者生活介護	52	0892000191	トレランス田村	893-3126	上横場2290-9
介護老人福祉施設	53	0872000856	特別養護老人ホーム アイリスコート	839-3131	上横場429-1
	54	0872001789	特別養護老人ホーム 木の花さくや	828-7061	鬼ヶ窪1212-11
介護老人保健施設	55	0852080027	介護老人保健施設 そよかぜ	836-0517	上横場2573-1
	56	0852080076	介護老人保健施設 プレミエール元気館	838-1919	谷田部6107-1

桜圏域

(令和7年9月1日現在)

		総合事業	事業所番号	事業所名	電話番号	所在地
地域包括支援センター	1		0802000075	桜地域包括支援センター	886-3886	大角豆1806-3
居宅介護支援	2		0872000039	筑波メディカルセンター 居宅介護支援事業所	855-6505	天久保1-1-1
	3		0872000104	つくばの杜指定居宅介護支援事業所	857-8666	吉瀬1017-1
	4		0872000518	アイシーネット介護センター	896-5300	柴崎1055
	5		0872000591	ケアプランセンター長寿館	855-0184	大角豆1807-1
	6		0872001250	指定居宅介護支援事業所 ほほえみ	850-6137	横町498-1
	7		0872002795	市民の森つくば居宅介護支援事業所	886-7787	吾妻3-7-17 サテライトハウス筑波学園204
	8		0872003199	居宅介護支援事業所 桜華	886-9700	柴崎79-2
	9		0872003496	医療法人社団せせらぎ 居宅介護支援センターせせらぎ	886-6284	大角豆2012-72
	10		0872000179	ニチイケアセンターつくば	861-7751	千現1-17-28 千現ビル0102号室
訪問介護	11	○	0872000245	ホームヘルプサービスうちね	857-7399	上ノ室2439
	12	○	0872000518	アイシーネット介護センター	896-5300	柴崎1055
	13	○	0872003066	ユーミット訪問介護事業所	846-3570	梅園2-5-3 梅園スクエアA棟101
	14	○	0872003439	アグリケアサービス 藍衣	869-4122	吾妻1-10-1つくばセンタービル1階
	15	○	0872003504	訪問介護事業所 CRidge	846-0393	吾妻2-8-8 つくばシティアビル2階
訪問看護	16		0862090024	筑波メディカルセンター 訪問看護ふれあい	855-9708	天久保1-1-1
	17		0862090032	医療法人社団 桜水会訪問看護ステーション	856-0777	大角豆1745-5
	18		0862090081	ビーンズ訪問看護ステーション	850-3913	大角豆2012-247
	19		0862090206	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	896-6633	大角豆2012-72
	20		0862090222	う・た・し	828-4406	梅園2-33-25
	21		0862090255	ロンフィール訪問看護リハビリステーション	828-4625	梅園2-2-18 アーバンクレストM102
	22		0862090297	訪問看護ステーション あやめつくば東	893-5775	上ノ室897-1 上ノ室テナント101号室
	23		0862090362	ツクイつくば訪問看護ステーション	850-3151	天久保1-16-10 大樹生命つくば学園ビル2階
	24		0862090388	やさしい株式会社 おまんじゅう訪問看護ステーション	898-9044	流星台17-4 メゾン・ド・TKHM H-1
	25		0862090404	TIBC訪問看護リハビリステーション	856-0819	吾妻2-8-8 つくばシティアビル2階
	26		0862090412	訪問看護ステーションQUOLI クオリ	879-7273	さくらの森3-7
	27		0872002613	市民の森訪問看護ステーションつくば	893-3607	吾妻3-7-17 サテライトハウス筑波学園2階204
通所介護	28	○	0872000476	デイサービス花室長寿館	854-8228	大角豆1807-1
	29	○	0872001847	アイシーネット さくらデイサービスセンター	896-5300	柴崎1055
	30	○	0872001995	デイサービス ビーンズリハビリセンター	850-3914	大角豆2012-247
	31		0872003108	デイサービスさくら	828-7316	春風台40-6
	32	○	0872003116	デイサービスセンター オアシス	896-3776	上ノ室1583
	33	○	0872003140	グッド・デイサービス つくば花室	875-5566	花室493-1
	34	○	0872003173	からだはうす あゆら	893-3155	上ノ室255-1
	35	○	0872003207	流星台ケアセンターそよ風	863-5020	流星台3-7
基準緩和型通所サービス	36	○	08A2000024	なみきジム	080-8208-5460	大角豆737-5
短期入所生活介護	37		0872000211	特別養護老人ホーム つくばの杜	857-8666	吉瀬1017-1
	38		0872003207	流星台ケアセンターそよ風	863-5020	流星台3-7
	39		0872003223	ショートステイ 桜華	886-9700	柴崎79-2
福祉用具貸与	40		0870300951	ダスキンヘルスレント茨城南ステーション	828-7773	栗原2313
	41		0872001672	株式会社さくら薬局 福祉用具センター	863-3281	大角豆1741-2
	42		0872001920	株式会社 ランド・プラン	855-5175	吾妻3-7-1
	43		0872003371	あうるケア	896-5191	栄332-1 ケイハウス101
特定福祉用具販売	44		0870300951	ダスキンヘルスレント茨城南ステーション	828-7773	栗原2313
	45		0872001672	株式会社さくら薬局 福祉用具センター	863-3281	大角豆1741-2
	46		0872001920	株式会社 ランド・プラン	855-5175	吾妻3-7-1
	47		0872003371	あうるケア	896-5191	栄332-1 ケイハウス101
地域密着型通所介護	48	○	0872001128	デイサービスうちね	857-7399	上ノ室2439
	49	○	0892000258	つくばの杜指定通所介護事業所	857-8666	吉瀬1017-1
	50	○	0892000316	ウェルネスクラブ 桜	896-5300	柴崎1054
	51	○	0892000340	レコードブックつくば竹園	893-3236	竹園2-18-4 101号
	52	○	0892000415	さわやかジム	886-3191	下広岡745-1
認知症対応型 共同生活介護	53		0872000963	グループホーム楓	857-8255	上広岡503-8
	54		0892000068	グループホームほほえみ	850-6144	横町498-1
小規模多機能型居宅介護	55		0892000134	楓	875-4571	上広岡503-11
地域密着型介護老人福祉施設 入所者生活介護	56		0892000308	地域密着型特別養護老人ホーム 桜華	886-9700	柴崎79-2
介護老人福祉施設	57		0872000211	特別養護老人ホーム つくばの杜	857-8666	吉瀬1017-1

茎崎圏域

(令和7年9月1日現在)

		総合 事業	事業所番号	事業所名	電話番号	所在地
地域包括支援センター	1		0802000042	茎崎地域包括支援センター	886-9500	下岩崎2068
居宅介護支援	2		0872000658	介護保険センター くきの里	840-1169	上岩崎1845-27
	3		0872000666	つくば双愛居宅介護支援事業所	873-2771	高崎1008
	4		0872001623	あずみ苑高見原	878-5121	高見原2-10-77
	5		0872002035	指定居宅介護支援事業所大地と大空	879-8102	稲荷原1241-1
	6		0872002480	コミュニティガーデンつくば居宅介護支援センター	896-6031	西大井1733-33
	7		0872003330	ケアプランセンター めくもり	876-3673	森の里97-1
訪問介護	8		0872003405	フクタク ※通院等乗降介助の届出あり	896-6182	森の里24-1
	9		0872003520	niko	893-6975	高見原1-1-122-2
訪問入浴介護	10		0872002274	ウィズ訪問入浴介護事業所	879-5822	大井1728-1
訪問看護	11		0862090438	結訪問看護ステーション	879-8978	樋の沢263-4
訪問 リハビリテーション	12		0852080084	介護老人保健施設 ひまわり	871-5749	高崎1008
通所介護	13	○	0872000716	デイサービスセンター くきの里	840-1131	上岩崎1845-27
	14	○	0872001623	あずみ苑高見原	878-5121	高見原2-10-77
	15	○	0872002738	コミュニティガーデンつくば	896-6031	西大井1733-33
	16	○	0872003017	デイサービス ココカラ	869-8315	高崎1797-9
基準緩和型通所サービス	17	○	08A2000016	湯田接骨院で介護予防	828-5673	高見原4-5-1
通所 リハビリテーション	18		0872000724	通所リハビリテーション 雅	871-7860	高崎1008
短期入所生活介護	19		0872000708	特別養護老人ホーム くきの里	840-1131	上岩崎1845-27
	20		0872001623	あずみ苑高見原	878-5121	高見原2-10-77
	21		0872002050	特別養護老人ホーム大地と大空	879-8101	稲荷原1241-1
短期入所療養介護	22		0852080084	介護老人保健施設 ひまわり	871-5749	高崎1008
福祉用具貸与	23		0872003363	フローラ つくば	886-7566	樋の沢200-1
特定福祉用具販売	24		0872003363	フローラ つくば	886-7566	樋の沢200-1
認知症対応型 共同生活介護	25		0872005004	グループホーム いちょうの木	840-1050	上岩崎835-6
	26		0892000225	グループホーム あおぞら六斗	876-8777	六斗1012-3
地域密着型 介護老人福祉施設入 所者生活介護	27		0892000209	ユニット型特別養護老人ホーム いちょうの木	875-6013	上岩崎834
介護老人福祉施設	28		0872000708	特別養護老人ホーム くきの里	840-1131	上岩崎1845-27
	29		0872002050	特別養護老人ホーム大地と大空	879-8101	稲荷原1241-1
介護老人保健施設	30		0852080084	介護老人保健施設 ひまわり	871-5749	高崎1008

多職種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。



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 訪問歯科診療のできる医療機関

④ 訪問対応のできる薬局

⑤ 茨城県内精神科病院等一覧

⑥ 病院のソーシャルワーカー等専門職窓口一覧（つくば市・牛久市医療相談室一覧）

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。

⑦ つくば連携タイム一覧（在宅医療を実施しているクリニック）

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。

⑧ 訪問看護ステーションの特徴

⑨ 介護老人福祉施設の特徴

⑩ グループホームの特徴

⑪ 介護老人保健施設の特徴

⑫ 主な高齢者施設の特徴

⑬ つくば市近郊のケアハウス

☞ 「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』に着目して書くとうっ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う。

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「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「つくば連携タイム一覧」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、対応しにくい場合があります。

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	3		
病室番号			

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：
- ☐ レスパイトケア
 - ・ 病院の受入れ可否（可 ・ 不可）
 - ・ 受入れまでの流れや相談窓口

③ 訪問歯科診療のできる医療機関

「入れ歯が合わない」「痛みがある」「噛めない」「飲み込みづらい」などお口のことで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	大木歯科医院	867-2811	大貫 2175	
	3	広瀬歯科医院	867-0206	北条 189	
	4	りすの森デンタルクリニック	867-6480	北条 1579	通院していた方及び通院していた方の紹介
	5	飯村医院・訪問歯科	867-6655	北条 4326-2	平日午後は訪問診療のみ行っています
大穂	6	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
	7	やまぐち歯科医院	864-8700	要 174-4	
	8	いちはら病院	864-5870	大曾根 3681	
	9	ほりかわクリニック歯科	875-8837	筑穂 2-11-1	応相談
豊里	10	東光台歯科医院	847-8148	東光台 2-1-11	
	11	さかより歯科医院	848-1888	上郷 1421-4	通院していた方及びその家族、応相談
桜	12	永田歯科医院	857-4139	金田 2018	通院していた方、応相談
	13	三代デンタルクリニック	859-0775	妻木 764-4	お気軽にご相談ください
	14	アース歯科クリニックつくば	828-6161	吾妻1-8-10BiVi つくば4階	
	15	桜ヶ丘歯科センター歯科医院	852-1518	吾妻 3-17-6	
	16	竹園セントラル歯科医院	861-1100	竹園 1-12-6	
	17	あやデンタルクリニック	858-0418	大角豆 1401-1	応相談
	18	西川歯科	863-4182	大角豆 1698	通院していた方、応相談
	19	つくばデンタルクリニック	875-9978	並木 3-10-6	応相談
	20	井上歯科医院	851-6226	梅園 2-14-14	通院していた方、事前電話連絡が必要
谷田部	21	飯泉歯科医院	837-0708	真瀬 1037	嚥下内視鏡検査による嚥下機能評価が可能
	22	高田歯科医院	875-6489	真瀬 603-1	
	23	つるみ歯科医院	847-5505	下河原崎 194-1	
	24	渡辺歯科医院	851-6141	東新井 18-10	
	25	茗仁歯科医院	856-3789	小野崎 782-7	
	26	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	患者様ひとりひとりに寄り添った診療を心がけています
	27	つるみ矯正歯科	858-5505	二の宮 1-14-41	
	28	松代歯科医院	838-0007	松野木 95-4	
	29	おのがわ歯科クリニック	836-8222	館野 428-1	
	30	池野歯科医院	838-2711	高野台 2-16-8	
	31	つくばホワイト歯科・矯正歯科	851-4182	苅間 1885-1	
	32	大木歯科医院	838-0123	谷田部 2880-1	
荃崎	33	岡田歯科医院	873-3303	高崎 2277-61	
	34	いんなみ歯科医院	871-3100	高見原 1-6-126	
	35	久松歯科医院	876-0655	六斗 1062-3	

保険医療機関・保険薬局の施設基準の届出受理状況(R6.12)、茨城県歯科医師会 在宅歯科医療連携室データを基に医療機関に調査をしたものです。

④ 訪問対応のできる薬局（居宅療養管理指導を行っています）

訪問のできる薬局の薬剤師は、医師の指示のもと、通院が困難な方のお宅へ訪問をして、お薬について、飲み方や使い方についての説明、お薬カレンダーを利用した薬の管理、薬ケースなどへの配薬、飲み合わせのチェック、副作用の早期発見、在宅栄養療法における高カロリー輸液の調製（設備の整っている薬局のみ）など「薬の専門家」として療養や治療のお手伝いをします。

薬の管理ができない、薬が余っている、飲み忘れてしまう、うまく飲めないなどのお悩みがある方は、ぜひ訪問のできる薬局にご相談ください。

地区	薬局名	電話番号	所在地（つくば市）	地区	薬局名	電話番号	所在地（つくば市）
筑波	1 ウエルシア薬局 つくば北条店	850-7638	北条亀井5209-5	谷田部	40 つくば二の宮薬局	855-2141	二の宮2-5-1
	2 アイン薬局 つくば北条店	850-7711	北条5117		41 ハニユウ薬局 松の木店	850-5100	松野木187-7
	3 あおやま薬局 田水山店	893-5102	田水山974-2		42 三島屋薬局	839-2220	館野364-1
	4 あおやま薬局	866-0379	沼田283-4		43 イオン薬局 つくば店	839-1360	稲岡66-1/イオンつくば店1階
	5 みどりの調剤薬局	886-9334	沼田1256-1		44 イオン薬局 つくばウエストコート店	839-1370	稲岡66-1/イオンモールつくば1階
大穂	6 日本調剤 つくば西大通り東薬局	877-0333	要6-2		45 高野台パーク薬局	839-1109	高野台3-13-1
	7 ウエルシア薬局 つくば大穂店	877-0478	筑穂1-12-5		46 グリー薬局	875-9990	東平塚944-1
	8 カワチ薬局 つくば大穂店	877-0747	筑穂2-3-2		47 共創未来つくば薬局	860-3700	西平塚317-1
	9 みどり薬局 大穂店	877-3288	筑穂2-4-7		48 ひかり薬局 つくば学園の森店	828-7667	学園の森2-21-4
	10 薬局セレクト	875-7691	筑穂2-9-4/UNITE SOEMO 103		49 あけぼの薬局 学園の森店	868-7720	学園の森2-39-3
	11 花畑薬局	879-0171	花畑3-28-11		50 協和調剤薬局 学園支局	896-5157	学園の森2-40-2
	12 アイン薬局 つくば篠崎店	864-8001	篠崎503-2		51 協和調剤薬局 つくば支局	897-3068	苅間1927-3
豊里	13 バンビ薬局 つくば店	829-6710	遠東1111-21		52 かりま薬局	879-9118	苅間字篠前1620-8
	14 かみごう薬局	847-5180	上郷2783-2		53 シエル薬局 つくば研究学園店	869-9570	研究学園2-2-2/ジュネス・サクラA棟テナント105号室
桜	15 アイン薬局 つくば栗原店	850-6355	栗原3565-4		54 ハニユウ薬局 研究学園店	879-9787	研究学園4-4-11
	16 いしやま薬局	846-6006	妻木636-2		55 南山堂薬局 研究学園駅前店	869-7560	研究学園5-12-4/研究学園駅前岡田ビル1階
	17 カワチ薬局 つくば桜店	863-0106	桜1-14-2		56 クオール薬局 イーアスつくば店	868-7389	研究学園5-19
	18 さくらい薬局 つくば桜店	875-7620	桜3-20-3		57 かすが薬局	863-3588	春日2-35-2
	19 アイン薬局 つくば天久保店	858-2877	天久保1-1-6		58 ウエルシア薬局 つくば春日店	854-0968	春日3-11-7
	20 あけぼの薬局 メディカル店	875-3222	天久保1-3-1		59 さくらい薬局 つくば春日店	863-3000	春日3-12-1
	21 南山堂薬局 つくば店	856-6676	天久保1-8-1/筑波第3ビル		60 大学前薬局	856-3523	春日3-12-6
	22 今川薬局 つくば桐の葉モール店	875-9270	天久保2-1-18/筑波大学附属病院アメニティモール1階		61 ハニユウ薬局 つくば西大橋店	875-6485	西大橋174-1
	23 クオール薬局 つくば桐の葉モール店	846-0189	天久保2-1-18/筑波大学附属病院アメニティモール1階		62 はあと薬局	839-4677	手代木1937-2
	24 薬局セレクト 古来店	896-5121	古来514-13		63 今川薬局 つくば手代木店	893-5711	手代木1927-8
	25 うえのむろ薬局	886-5203	上ノ室2222-6		64 さくら薬局 つくば榎戸店	837-2711	榎戸509-40
	26 ハニユウ薬局 上ノ室店	863-5005	上ノ室867-1		65 カワチ薬局 谷田部店	839-1781	上横場2384-1
	27 さくら薬局 つくば駅前店	860-2367	吾妻2-8-8/つくばシティアビル1階		66 アイン薬局 つくば学園店	839-2300	上横場2573-256
	28 ふたば薬局	863-3030	竹園1-4-1		67 アイン薬局 つくば上横場店	837-2411	上横場2573-128
	29 南山堂竹園薬局	886-4630	竹園2-8-19		68 大竹薬局	836-0068	谷田部2966
	30 漢方閣	851-5300	竹園2-14-1/グランドジュール竹園1階		69 桜並木薬局	879-7314	谷田部字藤ヶ入6107-20
	31 アイン薬局 つくば竹園店	851-4395	竹園3-18-2/竹園ショッピングセンター内		70 ウエルシア薬局 つくばみどりの店	839-5862	みどりの1-32-1
	32 とちの木薬局 竹園店	869-7401	竹園1-4-1/南3パークビル2階		71 コムファ薬局つくばみどりの店	896-9001	みどりの2-59-1
	33 中央薬局 つくば下広岡店	846-7276	下広岡1055-790		72 ミモザ薬局	875-8228	みどりの東12-26
	34 さくら薬局	855-0091	大角豆1741-2		73 ハート薬局	893-3388	面野井1004-4
	35 なの花薬局 つくば並木店	851-0439	並木4-1-3		74 みつばち薬局つくば店	828-5571	島名字八幡2610-3
谷田部	36 すばる薬局	828-5411	東新井26-13-101	荻崎	75 薬局ブルーベリー	870-3388	高崎42-4
	37 まりん薬局	879-9240	小野崎764-5		76 高崎薬局	871-8802	高崎1371-6
	38 あいず薬局つくば東店	849-2345	東2-31-6/巴ビルパートⅡ103		77 なの花薬局 つくば高見原店	870-5071	高見原1-2-33
	39 ウエルシア薬局 つくば東店	863-2358	東2-9-1		78 自由ヶ丘薬局	876-4651	自由ヶ丘165-13

つくば薬剤師会より情報提供

⑤ 茨城県内精神科病院等一覧

(令和6年4月1日現在)

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)新生会	豊後荘病院	石岡市部原760-1	0299-44-3211
	9	(医)共助会	猿島厚生病院	古河市西牛谷737	0280-98-2231
	10	(医)光風会	回春荘病院	日立市大みか町6-17-1	0294-52-3115
	11	(医)慈政会	小柳病院	古河市稲宮1001	0280-97-1110
	12	(医)碧水会	汐ヶ崎病院	水戸市大串町715	029-269-2226
	13	(医社)有朋会	栗田病院	那珂市豊喰505	029-298-0175
	14	(医)永慈会	永井ひたちの森病院	日立市小木津町966	0294-44-8800
	15	(医社)平仁会	下館病院	筑西市野殿1131	0296-22-7558
	16	(医)直志会	袋田病院	久慈郡太子町北田気76	0295-72-2371
	17	(医社)恵和会	朝田病院	稲敷郡阿見町若栗2584	029-887-0310
	18	(医)圭愛会	日立梅ヶ丘病院	日立市大久保町2409-3	0294-34-2103
	19	(医)広文会	江戸崎病院	稲敷市阿波1299	029-894-2611
	20	(医)八峰会	池田病院	龍ヶ崎市貝原塚町3690-2	0297-64-1152
	21	(医)つくば健仁会	とよさと病院	つくば市田倉4725	029-847-2631
	22	(医)中村会	常総病院	取手市下高井2371	0297-78-8707
	23	(医)仁愛会	水海道厚生病院	常総市内守谷町3770-7	0297-27-0721
	24	(医)聖和会	つくば病院	小美玉市高崎2032-6	0299-26-1271
	25	(医社)筑波東病院	筑波東病院	土浦市乙戸57-1	029-843-2121
	26	(公財)鹿島病院	鹿島病院	鹿嶋市平井1129-2	0299-82-1271
	27	(医)清風会	ホスピタル坂東	坂東市沓掛411	0297-44-2000
	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)威恵会	三岳荘小松崎病院	筑西市中館69-1	0296-24-2331
	30	(医)金山会	桜井病院	石岡市半田1886	0299-42-3922
	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)誠之会	廣橋病院	北茨城市関本町福田1871	0293-46-0630

(令和5年度版 茨城県精神保健福祉センター年報より)

⑥ 病院のソーシャルワーカー等専門職窓口一覧（つくば市・牛久市医療相談室一覧）

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 TEL 029-853-3900（代表）	医療連携患者相談センター TEL 029-853-3906（直通） FAX 029-853-3584 月～金 8:30 ～ 17:15 土日祝日休み
2	筑波記念病院	〒 300-2622 要 1187-299 TEL 029-864-1212（代表）	医療相談室 FAX 029-864-1931（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 TEL 029-851-3511（代表）	医療福祉相談課 TEL 029-852-9078（直通） FAX 029-858-5295 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 TEL 0570-03-1355（代表） FAX 029-836-1918（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 TEL 029-847-2631（代表） TEL 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 FAX 029-847-9586 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 TEL 0570-01-3303（代表）	医療福祉連携室 TEL 029-877-0170（直通） FAX 029-877-0377 月～金 8:30 ～ 17:00 土 8:30 ～ 12:00 日曜祝日休み
7	筑波病院	〒 305-0043 大角豆 1761 TEL 029-855-0777 FAX 029-855-6939	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 天寶喜 714-1 TEL 029-871-7777（代表） FAX 029-871-8111	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 TEL 029-873-2511（代表）	医事課または地域医療連携室 FAX 029-873-5268（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 TEL 029-874-3321 FAX 029-871-4549	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 TEL 029-867-1211（代表） FAX 029-867-1213（代表）	医療相談室 月～金 8:30 ～ 17:00 土 8:30 ～ 12:30 日・祝休み
12	牛久愛和総合病院	〒 300-1296 牛久市猪子町 896 TEL 029-873-3111（代表） FAX 029-874-1031	入退院支援室・医療福祉相談室 月～土 9:00 ～ 17:00
13	つくばセントラル病院	〒 300-1211 牛久市柏田町 1589-3 TEL 029-872-1771（代表） 029-874-8647（MSW 直通） FAX 029-874-4763（代表） 029-874-6636（地域連携室 直通）	地域連携室（MSW） 月～土（日・祝日以外） 窓口及び FAX 8:30 ～ 17:30

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 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 FAX 029-836-1655） 持参の場合、患者サポートセンターへ	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 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 FAX 029-836-9609） 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	文書作成（訪問看護指し 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 事務部文書担当宛て	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 ～ 17:00	医療福祉連携室 8:30 ～ 17:00	
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	
医事課 FAX 029-873-5268	病棟看護師 FAX 029-873-5268 面談を希望される場合は事前連絡をお 願います。	病棟看護師 または地域医療連携室	
医療相談係	病棟クラーク 8:30 ～ 17:30	病棟クラーク、医療相談係 8:30 ～ 17:30	
医療相談室 月～金 8:30 ～ 17:00 土 8:30 ～ 12:30 日・祝休み	病棟看護師（太田） 8:30 ～ 17:00	病棟看護師 8:30 ～ 17:00	
入院関係：入退院支援室 外来関係：医事情報部 外来文書係	入退院支援室・医療福祉相談室 月～土 9:00 ～ 17:00	入退院支援室・医療福祉相談室 月～土 9:00 ～ 17:00	
入院患者の場合 持参：地域連携室もしくは入院病棟 FAX：地域連携室 029-874-6636（直通） 文書での照会の場合 持参の場合：文書受付もしくは地域連携室 （事前に連絡の上） FAX：地域連携室（事前に連絡の上）	持参の場合：地域連携室 月～土 （日・祝以外）8:30 ～ 17:30 または入院 病棟 FAX の場合：地域連携室 月～土 （日・祝以外）8:30 ～ 17:30	持参の場合：地域連携室 月～土 （日・祝以外）8:30 ～ 17:30 また は入院病棟 FAX の場合：地域連携室 月～土 （日・祝以外）8:30 ～ 17:30	

⑦ つくば連携タイム一覧（在宅医療を実施しているクリニック）

		在宅支援診療所 （施設型）	医 療 機 関 （医師名）	連携しやすい時間帯 （下段：面接等が可能な時間帯）	休診日	連絡先（優先★）				
						所在地	電話	FAX	メールアドレス	連携支援 担当者名
1	訪問診療 主体	○	こだま在宅クリニック 児玉 智之	12:00～14:00 17:00～18:00 （ご相談させていただきます）	木 日 祝	筑穂2-7-1 ボヌール・ リュミエール I -101	★896- 3760	896- 3765	kodamazaitaku@ gmail.com	
2		●	アグリホームクリニック つくば 山形 直毅	8:30～18:00 （9:00～17:00）	火 木 土（午後）	若森字谷津 1267-2	★893- 4123	828- 8884		事務員
3		○	あいつくばクリニック 福江 眞隆	9:00～17:30 （9:00～17:30）	土 日	下広岡 1054-43	896- 7837	896- 8651	★ tsukuba.soumu@ ai-org.jp	事務 今城
4		●	せせらぎ在宅クリニック 清水 亨	9:00～18:00 （9:00～18:00）	土 日 祝	大角豆 2012-72	★886- 5959	886- 5958	info@saseragicl. com	事務 松本
5		○	青空ホームクリニック 鯨井 正規	9:00～16:00 （12:00～13:00）	土 日 祝	春日2-3-17	★875- 4804	896- 8850	info@aozora- homeclinic.com	
6		●	つくば在宅クリニック 渡辺 拓自	8:30～9:00 17:00以降 （9:00前後）	土 日 祝	西大沼637-5	★886- 6123	886- 6124	info@tsukubazaita ku.com	事務 中村・本田
7		●	ホームオン・クリニック つくば 平野 国美	15:30～17:30 （15:30～17:30）	土 日 祝	上横場423-6	★868- 6611	868- 6555	info@homeon.jp	事務
8	筑波	○	あつしクリニック 廣瀬 敦	月、火、木、金13:00～14:00 （月、火、木、金13:00～14:00）	水（午後） 土（午後） 日 祝	田水山975	★850- 7878	850- 7077	atsushi.clinic@gm ail.com	看護師 宮本
9		○	飯田 医院 柴田 佳世	月、火、木、金 9:00～12:00 月、火、木 14:00～17:30 土 9:00～14:30 （15:00～16:00）	水 金（午後） 日 祝	沼田101	★866- 0025	866- 0360		
10		●	飯村 医院 大澤 翔	9:00～17:00 （13:00～14:00）	水（午後） 日 祝	北条4326-2	★867- 0068	867- 3626	iimuraclic@gmail. com	事務 橋本 看護師 山中

在宅医療の取り組み（対応可○、対応不可×、応相談△）										サービス担当 者会議をする 際の留意点	在宅医療診療内容												特 徴
訪問診療	外来 かかりつけ 患者の往診	夜間 緊急連絡	夜間 休日の 往診	訪問看護 指示書	カン フアレ ンス 参加	退院前 カン フアレ ンス 参加	担 当 者 会 議 の 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 ー測定	終末期 医療の 対応	
○	○	○	○	○	△	△					○	○	○		○	○	○	○	○	○	○	○	
○	○	○	○	○	○	○	○				○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	看護師と一緒に訪問します
○	○	○	○	○	○	○	○		場所によらず 対応可能		○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	
○	○	○	○	○	○	○	○				○	○	○	○	○	○	○	○	○	○		○	木曜午前は外来診療を行っております
○	△	○	○	○	○	○	○				○	○	○		○		○	○	○	○		○	
○	○	○	○	○	○	○	○		開催日時・場 所等は要相 談		○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	
○	○	○	○	○	△	△	△		会議参加は 日程次第、訪 問診療時は 15分程度な ら可能		○	○	○	○	○	○	○	○	○	○		○	
○	○	○	△	○	△	△	△				○	○	○		○		○	○		○		○	
○	○	○	△	○	△	△	△				○	○			○		○			○		○	まずはお電話にてご連絡ください
○	○	○	○	○	△	○	○		応相談、30分 程度		○	○	○	○	○	○	○	○		○	○	○	金曜午後は訪問診療、金曜以外の平日午後も訪問診療可

		在宅支援診療所 （強化型）	医 療 機 関 （医師名）	連携しやすい時間帯 （下段：面接等が可能な時間帯）	休診日	連絡先 （優先★）				
						所在地	電話	FAX	メールアドレス	連携支援 担当者名
11	筑波	○	小倉 医院 小倉 正徳	10:00～11:00 16:00～18:00 (10:00～11:00、16:00～18:00)	水 土(午後) 日 祝	沼田181	★866-0108	866-2777	oguo_med_7055@yahoo.co.jp	院長 小倉 正徳
12		●	小田内科クリニック 有田 圭介	15:30～18:00 (15:30～17:30)	木 土(午後) 日 祝	小田2951-5	★867-2471	867-2470	odanaika1@flute.ocn.ne.jp	社会福祉士 古徳
13		○	木村クリニック 木村 郁夫	12:00～14:30 (12:00～14:30)	木 日 祝	作谷1125	★869-1211	869-1270		
14		○	酒 寄 医院 酒 寄 修	13:00～18:00 (13:00～13:30)	水 土(午後) 日 祝	国松855-2	866-0106	★850-8090	doctor@sakayori-medical.net	事務 森戸
15			広 瀬 医院 廣瀬 秀史	14:00～14:30 (14:00～14:30)	木 日	北条85	867-0127	★867-1195	hot0170@hirose-clinic.com	
16		○	広瀬クリニック 廣瀬 廣	月 火 木 金 13:30～14:00 (13:00～13:30)	水 土(午後) 日 祝	国松56-1	★866-0129	866-0458	acml326@yahoo.co.jp	
17	大穂	○	柴 原 医院 柴原 健	17:00～17:30 (17:00～17:30)	木(午後) 日 祝	吉沼1151	★865-0511	865-1123	siba-iin@bz03.plala.or.jp	事務 富島
18			中 川 医院 中川 晴夫	12:00～13:00 18:00～19:00 (12:00～13:00 18:00～19:00)	木 日 祝	篠崎2272-1	★864-7760	828-5600	nakagawaiin7760@yahoo.co.jp	
19		○	ほりかわクリニック 堀川 紀子	14:00～16:00 (14:00～16:00)	水 日 祝	筑穂2-11-1	★877-1002	877-1002		医師 堀川
20	桜		岡田 医院 岡田 拓郎	11:30～13:00 (11:30～13:00)	水(午前) 木 日	上ノ室1611	★857-2132	857-2132		岡田 留美子

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													特 徴
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	訪問看護指示書	カンファレンス参加	退院前参加	サ-ビス担当者会議の留意点	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				
○	○	△	△	△	△	△	当院での開催、又はWEB開催であれば可(15分以内)					○		○			○		○				
○	○	○	○	○	○	○	・当院又は患者宅で開催可能 ・zoomでの開催可能(URL発行可)	○	○	○		○	○	○	○	○	○	○	○	○	がん終末期の在宅緩和ケア、ご相談にのります		
○	○	○	○	○	△	△		○	○			○		○			○	○	○	かかりつけ患者のみ対応			
○	○	○	○	○	△	△	事前に打ち合わせが必要	○	○	○		○		○	○	○	○	○	○	訪問診療は休診日以外の午後に実施			
○	○	×	×	○	×	△	・電話、FAXで相談 ・診療所で15分以内	○						○			○		○	祝日も平日と同様に診察しています			
○	○	○	△	○	△	△	当院での開催であれば可能(15分以内)	○	○	○		○		○	○		○	○	○	まずはクリニックにお電話下さい			
○	△	○	△	○	×	△		○	○			○		○			○		○	訪問診療は火曜午後のみ実施しています			
×	○	○	○	○	○	△		○	○	○	○	○		△	○		○		○	高齢者の爪のケアを行っています			
△	△	×	×	×	×	△	当院での開催であれば可能(15分以内)										○			相談の上			
○	○	×	×	○	△	△		○						○					○				

		在宅支援診療所 (強化型●)	医療機関 (医師名)	連携しやすい時間帯 (下段:面接等が可能な時間帯)	休診日	連絡先 (優先★)				連携支援 担当者名
						所在地	電話	FAX	メールアドレス	
21	桜	○	楓クリニック 端山 幹大	12:00～14:00 (12:00～14:00)	水 日 祝	上広岡503-1	896-4575	★896-4576		
22		○	さくら内科・ 呼吸器内科クリニック 石川 昌英	11:30～12:30 (12:00～12:30)	水(午後) 土(午後) 日 祝	桜2-15-1	869-8090	★869-8091	sakura_clinic_tukuba@yahoo.co.jp	看護師 中島 事務 羽成
23			渋谷クリニック 渋谷 進	13:00～15:00 (16:00～17:00)	水 日 祝	金田2029-1	863-5252	★863-5321	shibuyaclinic@icloud.com	医師 渋谷 進
24		●	ストレスケアつくば クリニック 岡本 慎吾	15:30～16:30 (16:00～16:30)	水(外来のみ) 日 祝	竹園1-4-1 南3パークビル 1階	★863-2888	863-2700	info@s-tsukuba.com	看護師 久津那 相談員 片岡
25		●	つくば国際プレスト＆ レディースクリニック 宮本 真実	9:00～19:00 (9:00～17:00)	日 祝	吾妻2-8-8 つくばシティ ビル2階	★856-0819	846-0394	aoki@tsukuba-breast.jp	看護師 青木
26		○	並木内科クリニック 石原 恒星	15:00～17:00 (15:00～17:00)	水 日 祝	並木 4-4-2-203	★869-6969	863-2727	kosei-gorei@almond.ocn.ne.jp	
27	谷田部	○	池野 医院 池野 美恵子	火曜日 11:00～ 相談応 (15:00～15:30 事前にご連絡をお願いします)	水 土(午後) 日(午後) 祝	高野台2-16-8	★838-2700	838-0680	mieko.ikeno@ikenoi.jp	事務 佐藤 看護師 竹村
28		○	大野 医院 大野 博之	11:00～18:00 (11:00～17:00)	木 土(午後) 日 祝	島名634	848-0888	★848-1815	doctor.ohno@gmail.com	事務 根本
29			宮本内科クリニック 宮本 正俊	12:30～13:00 (12:30～13:00)	水 日 祝	原1-4	★855-6565	855-9743	miyamoto@miyamoto-naika.jp	事務 宮本
30		○	研究学園クリニック 新澤 岳	12:30～14:30 (12:30～14:30)	水 土(午後) 日 祝	研究学園 5-12-4 研究学園駅前 岡田ビル5階	★860-5355	860-5356	niizawa@ken-clin.or.jp	受付事務

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													特 徴	
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	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	サービス担当者会議をする際の留意点	褥瘡管理	カテーテル	膀胱留置	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
○	×	○	×	×	△	×			○	○	○					○			○		○	
△	△	○	△	○	△	△			○			○	○	○		○			○		○	
△	△	×	×	○	×	×																
○	△	△	△	○	×	×			○	○	○			○		○	○		○	○	○	看護師同行が多いです
○	○	○	○	○	○	○			○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	・24時間365日往診可能 ・各科の専門医による支援体制有り
○	○	○	△	○	×	△	会議は当院・訪問診療先で15分以内													○	○	
△	△	△	△	○	△	△	当院での開催であれば可能(15分以内)		○													・事前に日程調整 ・看護師と一緒に訪問します
○	○	○	○	○	○	○	当院での開催であれば可能		○	○	○			○		○			○		○	
×	△	×	×	○	×	×																
△	△	△	△	○	△	×			○	○	○			○	○	○			○		○	・要相談 ・当院かかりつけの患者さんのみ(通院していた方)

		在宅支援診療所 (移行型)●	医 療 機 関 (医師名)	連携しやすい時間帯 (下段:面接等が可能な時間帯)	休診日	連絡先 (優先★)				
						所在地	電話	FAX	メールアドレス	連携支援 担当者名
31	谷田部		紫峰の森クリニック 田中 康雄	9:00～18:00 (17:00～18:00)	水 日 祝	島名472-1	★848-2348	847-5015	sihou-no-mori@space.ocn.ne.jp	事務 古谷
32			つくば白亜クリニック 飯泉 一世	14:00～16:00 (14:00～14:30)	火(午後) 水 土(午後) 日(午後) 祝	みどりの 2-40-2	837-0208	★838-2295	iizumi-i@sepia.pla.or.jp	事務 大野
33			東 郷 医 院 東郷 利人	16:00～17:00 (16:00～16:30)	水(午後) 土(午後) 日 祝	館野636	★837-1785	838-0128	togoiinn@outlook.jp	医師 東郷 利人
34		○	成島クリニック 成島 淨	9:00～18:00 (9:00～18:00、12:30～14:30除く)	木 日 祝	館野363	839-2170	★839-2171	naru0085@mail2.accsnet.ne.jp	医師 成島 淨
35		●	みなのかクリニック 内科呼吸器科 陶山 時彦	12:30～15:30 (12:30～15:30)	日 祝	西平塚318-1	★850-4159	850-4160	minanorespiratoryclinic@gmail.com	看護師 浦山
36		○	宮川内科・胃腸科医院 宮川 健治	14:00～14:30 (14:00～14:30)	水(午後) 土(午後) 日 祝	二の宮2-2-26	★855-8777	852-5115		浅野
37		○	渡 辺 医 院 渡辺 晴彦	13:00～14:00 (13:00～14:00)	日 火 祝	小野崎476	★851-0550	851-0550	h_watanabe517@ybb.ne.jp	医師 渡辺 晴彦
38	荃崎	○	つくば双愛病院 青柳 啓之	火 金 14:00～15:30 (火 金 14:00～15:30)	土(午後) 日 祝	高崎1008	★873-2511	872-3820		地域医療 連携室

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														特 徴
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	訪問看護指示書	カンファレンス参加	退院前参加	サービス担当者会議の留意点	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			
×	△	△	△	○	×	×																
○	○	○	○	○	×	×		○	○			○					○		○	訪問診療は火曜午後に実施しています		
×	△	△	△	○	△	△																
○	△	○	○	○	○	○	事前調整が必要	○	○	○	○	○	○	○	○		○	○	○			
○	○	○	○	○	○	○		○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○			
○	○	△	△	○	×	×						○					○					
○	○	○	○	○	△	△		○	○	○			○	○	○	○			○			
○	○	○	△	○	△	△		○	○	○		○	○	○	○		○		○			

⑧ 訪問看護ステーションの特徴

事業所名	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	
	訪問看護 なかよし	つくば訪問看護ステーション	いちばら訪問看護ステーション	訪問看護ステーションあやめつくば北	訪問看護ステーション TERMS	けやき訪問看護ステーション	筑波メディカルセンター 訪問看護ふれあい	筑波メディカルセンター サテライトなの花	医療法人社団 桜水会訪問看護ステーション	ビーンズ訪問看護ステーション	せせらぎの森訪問看護ステーション	合同会社ことのは う・た・し	ロンフィール訪問看護リハビリステーション	訪問看護ステーション あやめつくば東	ツクイつくば訪問看護ステーション	おまんじゅう訪問看護ステーション	ＴＩＢＣ訪問看護リハビリステーション	訪問看護ステーションＱＵＯＬＩ クオリ	市民の森訪問看護ステーションつくば	訪問看護ステーションあやめつくば	訪問看護ステーション	ルイダ訪問看護ステーション	ＷＡＤＥＷＡＤＥ訪問看護ステーションつくば	ＨＩＭ訪問看護ステーション	訪問看護・リハビリステーション ヘルスコア	訪問看護ステーション そよかぜ	在宅看護センターゆう	みんなのかかりつけ訪問看護ステーションつくば	訪問看護ステーションかがやき	結訪問看護ステーション
住所 電話番号（029）	北条 080- 9583- 7172	要 864- 1212	大曽根 864- 8488	筑穂 877- 1151	上郷 869- 6001	上郷 886- 4336	天久保 855- 9708	田中 867- 3172	大角豆 856- 0777	大角豆 850- 3913	大角豆 896- 6633	梅園 828- 4406	梅園 828- 4625	上ノ室 893- 5775	天久保 850- 3151	流星台 898- 9044	吾妻 856- 0819	さくらの森 879- 7273	吾妻 893- 3607	高野台 839- 3650	二の宮 859- 8801	松代 897- 3090	研究学園 875- 8880	諏訪 886- 9077	上横場 836- 1932	みどりの 828- 4283	みどりの 846- 6848	真瀬 837- 2873	樋の沢 879- 8978	
リハビリ PT	×	●	×	×	×	×	●	●	●	●	●	●	●	×	×	●	●	●	●	×	●	×	●	●	●	×	△	×	×	
リハビリ OT	×	●	×	×	×	×	●	●	×	●	●	●	×	×	×	×	×	×	●	×	●	×	×	×	△	×	△	×	●	
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	●	●	●	×	×	●	●	●	●	×	●	●	●	×	●	●	●	●	●	×	●	●	●	×	●	●	●	●	●	
特別管理加算（介護）	●	●	●	×	●	×	●	●	●	●	●	●	●	×	●	●	●	●	●	×	●	●	●	×	●	●	●	●	●	
特別管理加算（医療）	●	●	●	×	●	×	●	●	●	●	●	●	●	×	●	●	●	●	●	×	●	●	●	×	●	●	●	●	●	
ターミナル加算	●	●	●	×	●	×	●	●	●	●	●	×	●	×	●	●	●	●	●	×	●	●	●	×	●	●	●	●	●	
サービス提供体制強化加算	×	●	●	△	●	×	●	●	●	●	×	×	●	×	×	×	×	×	×	×	×	△	△	×	●	×	×	×	×	
看護師数	3	7	7	4	8	4	14	9	22	4	10	5	8	5	6	4	3	3	5	4	5	5	5	4	6	7	5	4	3	
特徴・アピールポイント	在宅看取りを大切に在宅療養を支援します。	住み慣れた地域で過ごせるよう誠意を以て最善を尽くします。	地域に密着し、皆様に寄り添う看護を提供します。	精神看護に特化し、地域生活の支援を行います。	誠心誠意の対応に心がけ、お話を伺い対応いたします。	精神科特化・経験豊富な看護師が24時間対応	がん末期・在宅看取り・難病・医療的ケア児等の看護を提供します。	がん末期・在宅看取り・難病・医療的ケア児等の看護を提供します。			PT・OTが多数在籍。呼吸器疾患、難病や小児リハビリも提供。	「生活」を共に紡ぎます。	私たちライフナースは利用者さまの「生活」を共に紡ぎます。	神経難病、小児を得意としている事業所です。	療法士との連携が強みです。看護師でもリハビリします。	精神に特化した訪問看護になっています。地域支援を行っています。	土・日・祝日365日通常訪問します。丁寧なサービスをお届けします。	土・日・祝日訪問対応。訪問看護無料体験随時受付中。	その人らしく生きるを支援する、を理念に患者様に寄り添います。	精神・癌末期・看取り・リハビリ等のサービスを迅速に提供します。	在宅で自分らしく穏やかに過ごせるよう支援いたします。	介護、難病、精神まで幅広く対応しています。	小児・精神科特化型、365日定期訪問、市内交通費無料のステーションになります。	土・日の営業しております。自費サービスもあります。	従来の訪問看護にはない「予防」に特化したサービスを提供します。	訪問看護の経験豊富なスタッフが対応します。	経験豊富な看護師がこれまでの経験を活かし力強いパートナーとしてあなたやご家族を支えます。	24時間365日、全ての方へ最高のケアをご提供いたします。	利用者様からの学びを生かします。共に輝きましょう。	自分らしく、自立した生活を支援いたします。

⑨ 介護老人福祉施設の特徴

施設名 対応可能なケア	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19
	広域型												地域密着型						
	筑波園	シニアガーデン	まごころの杜つくば	美健荘	つくばの杜	新つくばホーム本館	新つくばホーム新館	はなみずき	アイリスコート	木の花さくや	くきの里	大地と大空	シニアガーデンアネックス	シニアガーデン別館	フロンティア	桜華	はなみずきサテライト	トレランス田村	いちようの木
住所 電話番号（029）	北条 867-1161	大曾根 877-0203	大砂 886-8710	上郷 847-4194	吉瀬 857-8666	学園の森 856-4477	学園の森 856-4477	下原 896-3022	上横場 839-3131	鬼ヶ窪 828-7061	上岩崎 840-1131	稲荷原 879-8101	水守 867-7800	大曾根 877-0203	上郷 893-5531	柴崎 886-9700	下原 846-6071	上横場 893-3126	上岩崎 875-6013
在宅酸素	●	●	●	×	×	●	●	△	×	●	●	●	●	●	●	△	△	△	△
夜間の痰の吸引	●	×	×	×	△	×	×	×	△	×	△	×	×	×	×	×	×	×	×
気管切開	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	△	×	×	×	×	×	×	×	×
パルーンカテーテル	●	●	●	△	△	●	●	△	△	●	●	●	●	●	△	●	△	△	●
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	△	△	△	△	△	●	●	△	●	△	△	△	●	△	△	△	△	●	△
褥瘡ケア	●	△	△	△	△	●	●	△	●	●	△	●	●	△	●	△	△	△	△
治療食の対応	●	△	●	△	△	●	●	●	●	△	●	●	△	△	△	×	●	△	●
人工呼吸器	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×
看取り	●	●	●	△	△	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	△	●	●	●
定員	110	50	70	50	50	50	35	110	90	70	50	60	29	29	29	29	29	29	29
多床室の有無	●	●		●	●	●			●		●								
特徴・アピールポイント					受入実績のあるものもありますが、まずはご相談下さい。			初詣、花見、花火など四季に応じた企画を実施しています。	ご家族、ご本人と三位一体、医療機関との連携を図っている。	職員体制上、医療の必要の方のお受入れ上限があります。	登録喀痰吸引等事業者であり認定特定行為業務従事者が在職	個別の要望に可能な限り応えられるようサポート致します。			看取りケアまで積極的に行っております。	開設5年目の新しい地域密着型特別養護老人ホームです。	ご家族様も参加できるイベントや外出レクに力を入れています。	地域密着型なので、明るく楽しい雰囲気でご過ご事ができます。	

⑩ グループホームの特徴

事業所名 対応可能なケア	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
	デルファイ	幸寿苑	いちさと筑波	ファミーユ	つくしの森	みどりの森	あいりレーとよさと	楓	ほほえみ	美桜	たんぼぼ	自然の家	筑水苑	あいりレーつくば	いちようの木	あおぞら六斗
住所 電話番号（029）	北条 867-1672	磯部 867-7651	小和田 867-2222	大曽根 864-7555	西高野 877-2940	西高野 877-2458	今鹿島 847-0168	上広岡 857-8255	横町 850-6144	小野川 861-8661	谷田部 839-5200	観音台 839-4165	谷田部 839-5558	柳橋 836-2000	上岩崎 840-1050	六斗 876-8777
看護師による健康管理	●	●	●	●	●	●	●	●	●	△	●	●	×	●	×	●
パルーンカテテル	●	●	×	●	△	△	●	●	●	×	●	×	×	△	×	●
ストーマ	×	●	×	●	●	●	×	●	●	×	△	×	×	×	×	×
胃瘻	×	×	×	×	×	×	×	×	●	×	×	×	×	×	×	×
人工透析	×	△	×	×	×	×	●	△	×	×	△	×	×	×	×	×
褥瘡ケア	×	●	△	×	●	●	●	△	●	△	●	●	×	●	×	△
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	×	△	●	●	●	●	△	△	●	●	△	△	×	●	△	△
訪問診療との連携	×	●	●	×	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	△	●
訪問看護との連携	×	●	●	×	×	×	●	●	●	●	●	●	×	●	△	●
治療食の対応	×	×	×	×	×	×	●	△	△	△	△	△	×	△	△	△
看取り	×	●	×	×	△	△	●	●	●	●	×	●	×	●	×	●
定員	18	18	9	27	18	18	18	18	9	9	27	9	9	15	18	18
特徴・アピールポイント	同じレベルの人達との生活の中で、進行を緩和させています。	看護師が常勤で在籍しており、嘱託医との連携もスムーズである。			運営法人が医療法人社団柴原医院であり、医療対応がスムーズ。	運営法人が医療法人社団柴原医院であり、医療対応がスムーズ。	看取りは、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。	利用者様、ご家族様に沿ったケアを目指しております。	最期まで安心して自分らしい生活をしていただくこと。		車椅子の方も受け入れています。	医療と訪問看護による24時間体制で対応している。それにより早期発見と予防に留意している。	個々の思いで生活でき、寄り添える施設を目指す。	介護と医療とで穏やかな日常を過ごせるよう連携を図っております。		

⑪ 介護老人保健施設の特徴

施設名 対応可能なケア	1	2	3	4	5	6	7	8
	アリエッタ	豊浦	なでしこ	つくばリハビリテーションセンター	つくばケアセンター	そよかぜ	プレミエール元気館	ひまわり
住所 電話番号（029）	北条 867-1182	神郡 850-7111	水守 864-6565	大曽根 864-8300	要 877-1313	上横場 836-0517	谷田部 838-1919	高崎 871-5749
在宅酸素	△	×	●	●	●	●	●	●
夜間の痰の吸引	●	●	●	●	●	●	●	●
気管切開	×	×	△	×	×	×	×	△
パルーンカテーテル	●	●	●	●	●	●	●	●
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	△	●	●	△	△	●	●	●
褥瘡ケア	△	●	●	●	△	●	●	●
治療食の対応	●	●	●	●	×	●	●	●
人工呼吸器	×	×	×	×	×	×	×	×
看取り	●	×	●	●	●	●	●	●
定員	100	100	100	100	100	100	100	78
特徴・アピールポイント			詳しくはご相談下さい。	病院併設で安心感のある在宅復帰強化型の老健施設です。		併設の筑波学園病院と連携を図りながら医療的ケアを提供します。	個室が多く、また認知症専門棟でのケアもできます。	つくば双愛病院の4階にあります。夜間看護、介護4名体制。

⑫ 主な高齢者施設の特徴

注）施設によって特徴には幅がありますので、あくまでの目安として取り扱いをお願いします。

施設のタイプ	介護保険施設			地域密着型サービス	
	介護老人福祉施設 (特養)	介護老人保健施設 (老健)	介護医療院	認知症共同生活介護 (グループホーム)	地域密着型介護老人福祉施設 (地域密着特養)
入居対象	要介護3～5	要介護1以上	要介護1以上	要支援2～要介護5の認知症の方	要介護3～5
特 徴	在宅介護が困難な人に対して日常生活の介護や機能訓練、レクリエーションといったサービスを提供する。 新規入所は、原則として要介護3以上の人が対象。	病状は安定しているものの退院してすぐに自宅へ戻るのは不安という場合に利用する。病院と自宅の中間的な役割で、リハビリに重点を置いた施設である。	「日常的な医学管理」や「ターミナルケア」などの医療機能と「生活施設」としての機能とを兼ね備えている。	5～9人が1つのユニットとなり、ヘルパーのケアを受けながら、家庭的な雰囲気の中で1日を通して食事と団らんを行う施設。	在宅介護が困難な人に対して日常生活の介護や機能訓練、レクリエーションといったサービスを提供する。
利用期間	・終身利用可能 ・病気で長期入院となると退所を求められる(目安2～3か月)	・入所期間は3～6か月程度	・終身利用可能	・看取り対応をしてくれる事業所もあるが、状態が変化すると利用できない事業所もある。	・終身利用可能 ・病気で長期入院となると退所を求められる(目安2～3か月)
費用・月額 (居住費+食費含) ※1割負担の場合	約5～16万円/月 +医療費+日常生活費 費用は施設の中で一番安い。	約6～15万円/月≫(薬代含) +日常生活費	約8～15万円/月 +日常生活費	約15～17万円/月 +おむつ代+医療費	約7万円～18万円/月 +医療費+日常生活費
	多床室・個室	多床室・個室	多床室・個室	個室	個室
	居住費と食費については、非課税世帯等は負担限度額制度が利用できる場合がある。	居住費と食費については、非課税世帯等は負担限度額制度が利用できる場合がある。	居住費と食費については、非課税世帯等は負担限度額制度が利用できる場合がある。	自治体によって条件付きで補助があるところがある。つくば市は、補助なし	居住費と食費については、非課税世帯等は負担限度額制度が利用できる場合がある。
おむつ代	月額費用に含まれる	月額費用に含まれる	月額費用に含まれる	おむつ代必要	月額費用に含まれる
入居一時金	0円	0円	0円	20～30万円が多い	0円
介護の体制	集団型・ユニット型	集団型・ユニット型	集団型・ユニット型	ユニット型	ユニット型
医 師	多くは嘱託医	施設長	施設の医師	在宅の医師	多くは嘱託医
受診対応	・嘱託医が対応できない病気は家族が連れていく ・施設により受診対応するところもある	・老健内の診察・薬代は月額に含まれる ・その他の科の受診は施設の了解を得て家族が連れていく	・多くは病院に併設されており、医療が必要になれば病院に入院、安定すれば施設に戻る	・基本は家族が連れていく ・施設により受診対応するところもある	・嘱託医が対応できない病気は家族が連れていく ・施設により受診対応するところもある
外 泊	出来るが送迎は家族	出来るが送迎は家族	出来るが送迎は家族	出来るが送迎は家族	出来るが送迎は家族
認知症対応	可能	認知症専門棟のある老健あり	可能	認知症専門	可能
人員基準	・医師：必要数 ・生活相談員：入所者100人につき1以上 ・介護職員又は看護師若しくは准看護師：入所者3人につき1以上 ・栄養士又は管理栄養士：1以上 ・機能訓練指導員：1以上 ・介護支援専門員：1以上	・医師：入所者100人につき1以上 ・薬剤師：適当数 ・看護師若しくは准看護師又は介護職員：入所者3人につき1以上 ・支援相談員：1以上 ・理学療法士、作業療法士又は言語聴覚士：入所者100人につき1以上 ・栄養士又は管理栄養士：1以上(定員100以上の場合) ・介護支援専門員：1以上	・医師：入所者48人につき1以上 ・薬剤師：入所者150人につき1以上 ・看護師又は准看護師：入所者6人に対して1以上 ・介護職員：入所者6人につき1以上 ・栄養士又は管理栄養士：1以上(定員100以上の場合) ・介護支援専門員：1以上 ・理学療法士、作業療法士又は言語聴覚士：適当数 ・診療放射線技師：適当数 ※Ⅰ型の人員基準	・共同生活起居ごとに利用者3人につき職員1以上	・医師：必要数 ・生活相談員：1以上 ・介護職員又は看護師若しくは准看護師：入所者3人につき1以上 ・栄養士又は管理栄養士：1以上 ・機能訓練指導員：1以上 ・介護支援専門員：1以上
ケアマネジャー	施設のケアマネと交代	施設のケアマネと交代	施設のケアマネと交代	施設のケアマネと交代	施設のケアマネと交代
備 考	・地域にもよるが、待機者が多い。 ・待機順は、申込順ではなく、要介護度、認知症の場合の日常生活自立度、介護者の状況、サービス利用率及び近住性について総合評価し、評価点に基づいて待機順番が決まる。 ・多床室型、ユニット型個室の多床室、従来型個室、ユニット型個室がある。近年、ユニット型個室タイプが多くなっている。	・病状が安定した方のリハビリに重点を置いている。 ・医療行為ができる。また、薬代なども月額費用のなかで収まるので、病院に比べてコストが安い。 ・短期間しか利用できないため、1か所で落ち着いて暮らすことができない。 ・要介護度の軽い人が申し込んでも、なかなか入居できないことがある。 ・高価な薬を処方してもらえない場合がある。	・つくば市にはない施設	・少人数のため、職員の目が届きやすく、家庭的な雰囲気の中で生活できる。 ・事業所の数が多く、比較的入所しやすい。 ・医師はもちろん、看護師も常駐しておらず、医療面のサービスは必要最低限の提供となる。 ＊ 地域密着型サービス利用条件：利用開始日において、市への住民登録後3か月を経過しているまたは市への住民登録後3か月を経過している3親等内の親族の住所に転入していること	・29名以下の定員

特定施設入居者生活介護	「在宅」として扱われるもの		
介護付き有料老人ホーム	住宅型有料老人ホーム	サービス付き高齢者向け住宅(サ高住)	ケアハウス (軽費老人ホーム)
自立～要介護5	自立～要介護5	60歳以上の高齢者	独居生活に不安がある60歳以上
老人ホームのスタッフが食事、入浴や排泄など日常生活全般の介護サービスも提供する。対象となるのは自立から要介護者まで幅広いが、65歳以上となっている場合が多い。	高齢の入居者に対し、入浴、排せつ又は食事の介護、食事の提供、洗濯、掃除等の家事の供与、健康管理の供与のうちいずれかのサービスを提供する住まい。	入居者を高齢者に限定したうえで、高齢者向けのサービスをセットにした賃貸住宅。提供されるサービス内容は事業者によって異なる。安否確認、生活相談サービスは必須。	日常の基本的なサービス(食事・入浴等)を受けることができる。 所得制限なし。 認知症や介護が重度化した場合、住み替えが必要である。
・終身利用可能 ・病気になる入院期間が長くなると相談	・終身利用可能 ・入院をしても部屋代がかかる	・入院しても部屋代がかかる。最後までここで過ごすのは難しいところが多いが、施設によっては終身利用が可能	・要介護3程度になると退居
約25～30万円/月+医療費	約18万～25万+生活支援費 ※介護・医療費は別途	約10～20万円/月 家賃・基本サービス費 ※介護・医療費は別途	約6～17万円/月 ※介護・医療費は別途
個室	個室	個室	個室
減額制度なし	減額制度なし	減額制度なし	所得により異なる
おむつ代必要	おむつ代必要	おむつ代必要	おむつ代必要
0～数千万円	一時金がかかるところが多い	入居時に敷金がかかる(敷金 家賃の2～5か月分程度)	0～30万円程度が多い
集団型	個人部屋 食堂は共有	個人部屋	個人部屋 食堂は共有
在宅の医師	在宅の医師	在宅の医師	在宅の医師
・家族が連れていく ・有料で施設により受診対応するところもある	・家族が連れていく ・有料で施設により受診対応するところもある	・家族が連れていく	・基本は自分で行く又は家族が連れていく
出来るが送迎は家族	可能	可能	可能
可能	可能 (程度は施設によって異なる)	対応は困難	軽度なら可能
・生活相談員：利用者100人につき1以上 ・看護師若しくは准看護師又は介護職員：入所者3人につき1以上 ・機能訓練指導員：1以上 ・計画作成担当者：1以上	・管理者、生活相談員、要介護者を直接処遇する職員、栄養士、調理員(サービス内容に応じて) ・夜間、緊急時に対応できる数の職員及び宿直者	・入居者数及びサービス内容に応じた、適切な数の職員(常時1人以上配置し、夜間、緊急時に対応できる数の職員を配置)	・施設長：1 ・生活相談員：入所者120人につき1以上 ・介護職員：一般入所者が30以下の場合、常勤換算1以上 ・栄養士又は管理栄養士：1以上、調理員(適当数) ・事務員：1以上
施設のケアマネと交代	在宅のケアマネ	在宅のケアマネ	在宅のケアマネ
・特別養護老人ホームなどに比べ、比較的入居しやすい。 ・高額な入居一時金が必要な施設がある。 ・入居一時金が安い施設は人気が高く、なかなか入居できない。 ・自立だと入居できない老人ホームがある。	・ホーム自らは介護サービスの提供を行わず、介護が必要な場合は、入居者が外部の介護事業者と契約をしてサービスを受ける。 ～参考～ ＊健康型有料老人ホーム 介護不要の自立生活者だけを入居対象とした老人ホームで、介護が必要となった場合には、基本的に退去となる。	・自室で料理を作るなど、自宅の延長のような暮らしが続けられるところもある。 ・全国に多くの施設があり、入居しやすい。 ・他の施設と比べ、手厚い介護を受けられないところが多い。 ・介護が必要な場合は、入居者が外部の介護事業者と契約をしてサービスを受ける。	・身の回りのことができる人の入居が基本。 ・施設費用が比較的安い。 ・介護型もあるが数は少ない。

有料老人ホームを探す



⑬ 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を供与する施設」と定義されています。

(令和 7 年 5 月 1 日現在・茨城県ホームページ軽費老人ホーム利用情報より)

	施 設 名	住 所	電話番号
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
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	かすみがうら市穴倉 5696-3	029-833-0298
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	さらの杜	取手市下高井水砂 2148-1	0297-70-2711
15	牛久さくら園	牛久市上柏田 1-18-4	029-878-0711
16	やまなみ園	利根町立木 909	0297-61-7000
17	サンライフ川島	筑西市小川前原 1846	0296-28-8866
18	紫穂苑	筑西市木戸 388	0296-37-2070
19	みどりの里	古河市東山田 4796-2	0280-78-1000
20	ファミリー境	境町塚崎 4864	0280-87-7111
21	ハートフル広侖	坂東市小山 258	0297-38-1111
22	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（TEL03-5207-2763）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。

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・こども未来センター・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		※詳しくは各ホームページ等をご確認ください。 ①セブン・イレブンのセブンミール (0120-736-313) ※登録が必要 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 ③ニチレイフーズダイレクト (0120-862-101) 糖質・塩分・脂質を控えたい方等 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 ⑤ワタミの宅食 (0120-321-510) 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 ⑦タイハイ (0120-996-181) 一般食・治療食・介護食・健康食 【食事材料の配達】 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 ②いばらきコープ コープデリコールセンター (0120-043-502) ※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が無料)・運転免許返納割引・赤ちゃん割引もある。 ③コープパルシステム (0120-53-4400) ※登録が必要 ※個人配達手数料の減免について、シルバー優遇(単身世帯で65歳以上の方、ご夫婦世帯でどちらかが65歳以上の場合、手数料を減免。運転免許返納の場合は手数料を免除) ハンズ優遇(組合員本人又は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の場合、手数料を免除) ※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)
	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 こころ(松代) 860-3501 ④(株)つくば紹介所(二の宮) 858-3150 ⑤ウエルシア介護サービス(株)つくば営業所(豊里の杜) 848-2008 ⑥おそうじ本舗(つくばみらい店) ※家事代行対応店 0800-800-1514 ⑦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 ⑧あんじゅ(花畑) 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高齢者等ごみ出し支援事業
内 容		高齢や障害などの理由で家庭系ごみをごみ集積所に出すことが困難な世帯に対し、戸別に訪問収集を行う。
費用負担給付額等		なし
要件	年 住 所 等 住 住 所 等	①～③の要件全てに該当する世帯 ①世帯の全員が市内に住所を置き、居住している者かつ以下のいずれかに該当している。 ・要介護1から要介護5までのいずれかの認定を受けている。 ・身体障害者手帳のうち視覚障害又は肢体不自由の1級又は2級(旅客運賃減額が第1種に限る。) ・精神障害者保健福祉手帳1級 ・療育手帳(A)又はA ・18歳未満 ②同一敷地内及び隣接地に要件1のいずれにも該当しない親族が居住していない世帯 ③ごみ出しについて、親族、ヘルパー等の協力を得ること及び福祉サービスを利用することができない世帯 ※敷地内にごみ集積所がある場合は事業の対象外となります。
	介護保険	要件に準じる
会 場		—
申請方法		申請は地域包括支援課、障害福祉課で随時受付。 申請には申請書、要件確認書類が必要。郵送可。
問合せ先		○対象者・申請について 地域包括支援課・障害福祉課(883-1111) ○収集するごみ・収集方法・ごみの出し方について 環境衛生課(883-1111)



名 称		④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 FAX879-5198



名 称		⑤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、疾病及びその他のほか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、住民同士の助け合いにより家事援助サービスを提供する。(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(利用会員・年会費1,000円) その他、交通費・買い物の代金等の必要経費は実費
要 件		①市内在住の方で、高齢、障害、疾病等により、生活支援が必要な方が対象 ②利用したい方、協力したい方は社会福祉協議会に登録
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		⑥高齢者補聴器購入費補助事業
内 容		要件を満たした65歳以上の方が、管理医療機器の認証を受けた補聴器を購入する際の費用の一部を補助する。補助を受けるためには購入前に手続きが必要。
費用負担給付額等		管理医療機器の認証を受けた補聴器購入費用の2分の1(補助額上限:30,000円)
要 件	年 齢	申請年度内に満65歳以上になる方
	住 所	市内に住所を有する方
	要 件 等	・両耳の聴力レベルが40デシベル以上70デシベル未満で医師から補聴器の使用が必要であると認められること ・身体障害者手帳(聴覚障害)の対象にならないこと
	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 申請には、申請書・意見書・見積書が必要
問合せ先		高齢福祉課(883-1111)



名 称		⑦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場合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・郵便可・インターネット申請
問合せ先		高齢福祉課(883-1111)



名 称		⑧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。 *一度の施術につき1枚利用可
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・インターネット申請
問合せ先		高齢福祉課(883-1111)



名 称		⑨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・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		⑩空家等対策事業
内 容		①つくば市空き家等無料相談会 空き家を所有している方、相続する予定の方、今後自宅が空き家になりそうな方など一組の相談に対して、宅地建物取引士、司法書士、建築士、市職員が対応します。 相談会は年に4回開催しており、令和7年度は「5・7・11・2月」、令和8年度は「6・9・11・2月」に開催を予定しています。 ②つくば市空家バンク制度 つくば市内の空家等の有効活用を通して、定住の促進及び地域の活性化を図ることを目的に、空家を売りたい・貸したい・買いたい・借りたいという方々の橋渡しを行います。 ※詳細については以下の URL または二次元バーコード先のページに記載しています。 https://www.city.tsukuba.lg.jp/kurashi/kankyo/akiya/index.html
会 場		①つくば市役所2階会議室(つくば市研究学園一丁目1番地1) ②特になし
申請方法		①予約票に必要事項を記入し、申込み先まで、FAX または E メールにてお申込みください。 または、先にお電話にて仮予約いただいた後、追って予約票をご提出ください。 ※障害のある方で配慮が必要な場合は、事前に住宅政策課までご相談ください。 ②随時受付、住宅政策課窓口または郵送にて必要書類を提出してください。
問合せ先		つくば市建設部住宅政策課 空き家対策係 電話 :883-1111(代表) FAX :868-7642 E メール : evm060@city.tsukuba.lg.jp



名 称		⑪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		⑫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・住居確保給付金の相談・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		⑬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		⑭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		⑮介護マーク(配布)
内 容		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き、温かく見守ってもらうことにより、介護を行う方の精神的な負担を軽くするため、「介護マーク」を配布している。
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 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：一般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回まで手渡しで配達する。 ※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、調理や買い物が困難な高齢者に、食事を希望の曜日に手渡しで配達する。 ※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い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場合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・承諾書が必要。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		生活保護世帯、市民税非課税世帯：0円 市民税課税世帯：7,560円(年額)
要件	年 齢	下記のいずれかに該当になる方
	住 所	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
	要 件 等	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場合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・誓約書(2部)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、万一の緊急時に備え、ご自宅の冷蔵庫に貼っ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		
申請方法		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(荃崎圏域) (876-4552)

名 称		⑥「避難行動要支援者名簿」への掲載と名簿情報
内 容		災害対策基本法の規定により、災害発生時の避難等に関して特に支援を要する方の名簿(避難行動要支援者名簿)の作成が市町村に義務付けられました。この名簿に掲載された方の名簿情報(※)について、平常時から民生委員・児童委員や地域の自主防災組織などの「避難支援者」に提供し、災害発生時の円滑な避難支援や安否確認に活用します。なお、名簿情報の提供については、避難行動要支援者本人から同意を得られた場合に限りです。 同意を得られた場合に、平常時から名簿情報を提供する「避難支援者」は以下のとおりです。 ①消防機関(お住まいの地域の消防団を含む) ②警察機関 ③民生委員・児童委員(お住まいの地域の委員のみ) ④つくば市社会福祉協議会 ⑤自主防災組織(お住まいの地域にある場合のみ) また、同意をいただいた「避難行動要支援者」の方には、避難行動をより実効性のあるものにするため、「個別避難計画書」の作成を併せてお願いしています。 (※)名簿情報：氏名・年齢・性別・住所・電話番号・避難支援を必要とする理由
費用負担給付額等		—
要件	年 齢 住 所 要 件 等	(避難行動要支援者名簿に掲載される方の要件) 生活の基盤が自宅にある方のうち、以下の要件に該当する方 ①要介護認定3～5を受けている方 ②身体障害者手帳1・2級(総合等級)の第1種を所持する身体障害者(心臓・じん臓機能障害のみで該当する方を除く) ③療育手帳Ⓐ・A を所持する知的障害者 ④精神障害者保健福祉手帳1級を所持する者で、単身世帯の方 ⑤その他、自ら避難することが困難と市が判断する方 ※各要件に該当する方は、本人の意思を問わず名簿に掲載されます。
	介護保険	不要
会 場		—
申請方法		要件に該当する方には、名簿に登録されたタイミングで「個別避難計画書(兼)関係機関への個人情報・個別避難計画の提供に係る同意書」の案内を送付いたしますので、必要事項を記入の上、社会福祉課まで御返送ください。(情報提供を同意しない場合にも必ず御返送ください。) なお、既に同意書や個別避難計画書を提出済みの方で内容に変更や更新がある場合や、要件に該当するものの案内が届いておらず、名簿に登録を希望する方については、個別に社会福祉課までお問い合わせください。
問合せ先		社会福祉課(883-1111)

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	
	要 件 等	つくば市の介護保険第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・インターネット申請
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		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・インターネット申請
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・インターネット申請
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		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 ・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) ※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。
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		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。
費用負担給付額等		無料
要 件		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。
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(879-5923)

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認知症老人徘徊探知機器 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。 令和6年4月から、福祉用具専門相談員または介護支援専門員が、利用者等に対しメリット及びデメリットを含めた説明を行うとともに、医師等の意見や利用者の身体状況等を踏まえた提案を行う場合には、以下の福祉用具は貸与と購入を選択できる。 ※選択対象となる福祉用具 ⑦固定用スロープ ⑧歩行器(歩行車を除く) ⑨歩行補助つえ(松葉づえを除く単点杖及び多点杖)
	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・領収書原本・商品カタログ等が必要。
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介護タクシーアドニス (筑穂3-5-3) (893-3263) ②グッドケアタクシー (篠崎2128-32) (080-2248-6864) ③大塚介護タクシー (長高野1669-2) (864-2023/090-4197-6919) ④つくばひだまり介護タクシー (長高野1669-1) (864-2063/090-4197-6919) ⑤つくばケアタクシー (上郷7031) (090-8687-1480) ⑥つくば中央ケアタクシー (遠東1003-1) (090-8870-6393) ⑦つくば介護タクシー (梅園2-5-3 梅園スクエア A 棟101) (846-3575) ⑧(株)コアラつくば (島名4436-907) (090-1614-5530) ⑨フクタク (西大井1710-332) (896-6182) ⑩介護タクシーアシストケア (牧園10-21) (080-5025-8295) ⑪ハッピーツアーズ (桜川市真壁町椎尾1161) (080-3593-2015) ⑫守谷福祉協会 (守谷市大柏1007-24) (0297-34-0294)
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
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1F) (859-0590) ※障害者手帳保持者のみ
		③医療法人社団健康尚仁会 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) ⑤一般社団法人 つくばレインボーランド (妻木222-1 井上ハイツ101) (090-2461-3247/869-4321) ⑥一般社団法人 アールイーライフ (土浦市永国1059-1 永井ビル102) (879-9490)
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・つくばね号の運賃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		TX 各駅及び市内の地域拠点や隣接自治体への結節点等を結び、11路線で運行するコミュニティバス。 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] 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] 作岡シャトル [研究学園駅～豊里の杜～寺具] 吉沼シャトル [研究学園駅～大穂窓口センター～やすらぎの里しもつま(一部とよさと病院発着)] 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] 西部シャトル [万博記念公園駅～やすらぎの里しもつま(一部とよさと病院発着)] みどりのシャトル [道の駅常総～みどりの駅(休日はみどりのプール発着)] 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(一部荃崎老人福祉センター発着)] 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] 自由ヶ丘シャトル [みどりの駅～緑が丘団地～富士見台] 荃崎シャトル [牛久駅西口～荃崎窓口センター～富士見台] ※令和7年4月時点
費用負担		【運賃】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)、小人は運賃が半額。 ※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)※南部・谷田部・西部・みどりのシャトル 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乗り合いタクシー「つくタク」
内 容		電話やウェブで予約して利用する乗り合いタクシー。利用範囲は、市内で設定された同一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、つくば警察署
費用負担		【運賃】地区内300円(現金等) 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)、小人は運賃が半額。
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、市内にお住まいの場所に限る)
	要 件 等	運行時間: 平日9時から17時(12/29～1/3を除く) 【電話予約】予約先: つくタク予約センター(050-2030-6457) 受付時間: 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 ※土・日・祝・12/29～1/3を除く。 【ウェブ予約】予約先: つくタク web(https://tsuku-taku.com) 受付時間: 24時間(メンテナンス時等を除く) ※ウェブ予約には、事前のアカウント登録が必要。 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		予約方法等の詳細は、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(050-2030-6457)



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、地域の主要な目的地等をつなぎ、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		【運賃】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)、小人は運賃が半額。 ※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昼間便で部分運休を実施することがある ※観光繁忙期：GW(4月下旬～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		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(要介護1-5認定者)、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・こども未来センター(妊産婦) 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・こども未来センター(妊産婦)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の運賃の一部を助成。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	住 所	市内に住所を有する方
	年 齢 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 ④80歳以上の方 ※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・インターネット申請
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65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・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・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65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		交通安全講習会は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 ※補助金申請方法は交通安全講習会時にお伝えします。
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、フラダンス、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	・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に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。 (サロン登録数) ①大穂8 ②豊里7 ③谷田部西13 ④谷田部東20 ⑤桜15 ⑥筑波15 ⑦荃崎15 (計93サロン) 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所
問合せ先		社会福祉協議会地域福祉係(879-5500)



名 称		④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 10万円 / 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) 週1型高齢者憩いの広場 5万円 週2型高齢者憩いの広場 15万円 週3型高齢者憩いの広場 30万円
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		⑤空家等を活用した地域交流拠点づくり支援補助事業
内 容		市内の空家等を改修して地域交流拠点(地域のたまり場、高齢者憩いの広場、みんなの食堂等)として活用する団体に対して、改修費用の一部を補助します。 https://www.city.tsukuba.lg.jp/kurashi/kankyo/akiya/1014738.html
費用負担給付額等		改修に係る費用の2分の1(上限額 50 万円)
要 件		複数要件のため、市ホームページ又は住宅政策課窓口にて確認ください。
申請方法		住宅政策課窓口または郵送にて必要書類を提出してください。 (申請期間は令和7年度は、5月7日～11月27日、令和8年度は未定)
問合せ先		つくば市建設部住宅政策課 空き家対策係 電話 :029-883-1111(代表) ファクス :029-868-7642 Eメール : evm060@city.tsukuba.lg.jp



名 称		⑥高齢者文化芸術鑑賞助成事業
内 容		市内の文化施設で主催する公演のチケット費用の一部を助成します。シニア割対象チケットを購入するには、事前に高齢福祉課に「つくばシニア割パスカード」を申請する必要があります。 「つくばシニア割パスカード」の手続き方法 ①高齢福祉課へ「つくばシニア割パスカード」を申請する。 ②高齢福祉課から「つくばシニア割パスカード」が送付される。(2週間程度要します。) ③「つくばシニア割パスカード」に記載されている番号で予約する。つくばシニア割チケット(公演チケット)を割引が適用された金額で購入する。 ④公演当日、つくばシニア割チケット(公演チケット)と「つくばシニア割パスカード」を持参して、入場の際に提示する。
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。 ※ TCF メンバーズ(つくば文化振興財団の会員組織)割引併用可。
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
申請方法		随時申請受付・申請書は高齢福祉課及び窓口センター・郵送可・インターネット申請
問合せ先		高齢福祉課(883-1111)



名 称		⑦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		⑧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(特別養護老人ホーム、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)、オレンジカフェ(認知症カフェ) 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		⑨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、地域包括支援センターを通して、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		⑩みんなの食堂
内 容		食を通じて子どもや大人が交流することができる地域の交流スペースとしての居場所を提供する。つくば市はみんなの食堂実施団体の運営を支援し新規開設を促進するため補助金を交付する。
費用負担給付額等		各みんなの食堂によって異なる。
要件	年 齢	制限なし
	住 所	主に市内に住所を有する方
	要 件 等	制限なし
	介護保険	不要
会 場		各みんなの食堂によって異なる。
申請方法		各みんなの食堂によって異なる。
問合せ先		開催内容に関すること：各みんなの食堂運営団体 補助金・みんなの食堂全般に関すること：こども未来センター(883-1111)



名 称		⑪つくば市シルバークラブ連合会
内 容		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。 ①大穂19 ②豊里28 ③谷田部25 ④桜9 ⑤筑波16 ⑥荃崎22 (計119クラブ) 【連合会の事業】 ●いばらきねんりんピックスポーツ大会への参加 ●シルバークラブ大会への参加 ●視察研修を始めとした研修会 ●地区別交流事業等への参加 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)
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
申請方法		社会福祉協議会地域福祉係又は社協各所(各地区シルバークラブ連合会)
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		⑫つくばボランティアセンター
内 容		つくばボランティアセンターでは、これからボランティアとして活動したい方など活動のきっかけの機会として活動紹介を行っています。自分の関心のあるテーマ、自分にできることから始められるとても身近な活動です。「何か始めてみたいなあ」と思った方はお気軽にご相談ください。 また、ボランティアを依頼したい団体(個人)についても、ご相談を受けていますので、お気軽にご連絡ください。 ※ボランティアセンターは、ボランティア登録している(団体)の冊子の用意もごさいます。
費用負担給付額等		なし
要 件	年 齢	なし
	住 所	なし
	要 件 等	なし
	介 護 保 険	不要
申請方法		社会福祉協議会(ボランティアセンター)
問合せ先		社会福祉協議会(ボランティアセンター)879-5898

名 称		⑬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 ・荃崎交流センター2階 研修室。毎月第1、第3水曜日 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		①健康体操教室
内 容		年間1団体最大10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簡単体操 ②リハビリ職による講話と体操 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)※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		①年間1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つ体操 ③シルバーリハビリ体操指導士が担当
費用負担給付額等		無料
要件	年 齢	おおむね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)
	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		希望の団体(5名以上)がつくば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合わせください。随時受付しています。
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→クールリングダウン) 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 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合わせください。随時受付しています。
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	市内在住
	介護保険	不要
会 場		つくば市内
申請方法		希望者は各地域包括支援センターへ申込み
問合せ先		地域包括支援課(883-1111)



名 称		⑥もっと知ろう!介護のこと
内 容		介護に関する講話と実践を、各回ごとに専門の講師が行います(基礎編4回・実践編4回)
費用負担給付額等		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	単発の参加も可能
	介護保険	不要
会 場		つくば市役所
申請方法		電話またはホームページから申込み
問合せ先		地域包括支援課(883-1111)



名 称		⑦つくば市出前講座
内 容	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。	
	【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 在宅医療と在宅介護 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)	
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)は申込者側の負担
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、申込者側で手配する。
申請方法		ガイドブックから希望する講座を選択し、開催希望日の1ヶ月前までに、各講座の担当部署へ事前相談し、相談後に「申込書」を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		⑧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		⑨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、身体機能や栄養・口腔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	40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)・心電図・貧血・眼底検査を行う。 40歳から74歳の方に腹囲測定。	
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		健康増進課(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)・心電図・貧血・眼底検査を行う。 ただし、国民健康保険加入者は心電図・貧血・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。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。 40歳から74歳の方に腹囲測定。	
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・脳ドックで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・脳ドックで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		健康増進課(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	
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		保健センター等
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7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方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7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、健康増進課・保健センター(桜・谷田部・大穂)・窓口センター(筑波・豊里・荃崎・つくば駅前)で助成券申請、健康増進課で助成決定通知発行(申込期間は2025年3月1日～2026年3月28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		健康増進課(883-1111)

名 称		⑧肺炎球菌予防接種
内 容		高齢者肺炎球菌予防接種費用の一部助成を行う。 ①問診・予防接種 ②助成期間:65歳の誕生日の前日から66歳の誕生日の前日まで
費用負担給付額等		負担あり 詳細は個人通知同封チラシまたは市ホームページ参照
要件	年 齢	・65歳の方 ・60歳以上65歳未満の方で、国が示す障害の程度に該当する方
	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、詳細は個人通知同封チラシまた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』または個人通知同封チラシまたは市ホームページ参照)及び茨城県内定期予防接種広域事業協力機関
申請方法		なし(対象者には個人通知)
問合せ先		健康増進課(883-1111)

名 称		⑨帯状疱疹予防接種
内 容		高齢者帯状疱疹予防接種費用の一部助成を行う。 ①問診・予防接種 ②助成期間：2025年4月1日～2026年3月31日
費用負担給付額等		負担あり 詳細は個人通知同封チラシまたは市ホームページ参照
要件	年 齢	①年度内に65歳を迎える方 ②60～64歳で、ヒト免疫不全ウイルス(HIV)による免疫の機能の障害があり、日常生活がほとんど不可能な方(※接種日時点の年齢) ③年度内に70、75、80、85、90、95、100歳となる方(経過措置対象) ④100歳以上の方(令和7年度のみ対象) ※③、④は定期接種化に伴う経過措置対象のため、2030年度からは①、②の方のみ助成の対象となります。
	住 所	市内に住民登録をしている方
	要 件 等	詳細は個人通知同封チラシまた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』または個人通知同封チラシまたは市ホームページ参照)及び茨城県内定期予防接種広域事業協力機関
申請方法		なし(対象者には個人通知)
問合せ先		健康増進課(883-1111)

名 称		⑩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費用の一部助成を行う。 ①問診・予防接種 ②助成期間：2025年10月1日～2026年1月31日まで
費用負担給付額等		負担あり 詳細は個人通知同封チラシまたは市ホームページ参照
要件	年 齢	・65歳以上の方 ・60歳以上65歳未満の方で、国が示す障害の程度に該当する方
	住 所	市内に住民登録をしている方
	要 件 等	詳細は個人通知同封チラシまた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』または個人通知同封チラシまたは市ホームページ参照)及び茨城県内定期予防接種広域事業協力機関
申請方法		なし(対象者には個人通知)
問合せ先		健康増進課(883-1111)

名 称		⑪新型コロナ予防接種
内 容		高齢者新型コロナ予防接種費用の一部助成を行う。 ①問診・予防接種 ②助成期間：2025年10月1日～2026年3月31日まで
費用負担給付額等		負担あり 詳細は個人通知同封チラシまたは市ホームページ参照
要件	年 齢	・65歳以上の方 ・60歳以上65歳未満の方で、国が示す障害の程度に該当する方
	住 所	市内に住民登録をしている方
	要 件 等	詳細は個人通知同封チラシまた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』または個人通知同封チラシまたは市ホームページ参照)及び茨城県内定期予防接種広域事業協力機関
申請方法		なし(対象者には個人通知)
問合せ先		健康増進課(883-1111)

名 称		⑫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ください。 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		⑬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(管理栄養士等)と同行訪問をする。
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)		
内 容	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)	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)	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)	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)	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)	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)	886-9500
	つくば市地域包括支援課	研究学園1-1-1	883-1111

名 称	②認知症疾患医療センター			
内 容	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	080-2236-0360
	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	鹿島市平井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	筑西市中舘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、ぜひご活用下さい。(日中の相談は相談窓口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
いはら病院	脳神経外科・神経内科	大曽根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	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	心療内科・精神科	遠東1111-1	875-5202
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・ 脳神経内科	天久保2-1-1	853-3900 (法人専用) 853-7668 (患者専用)
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
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1F	839-3770
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、医療情報ネットより 令和7年5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	
内 容	もの忘れ外来 または外来診療が確認できた医療機関です。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
	筑波大学附属病院	つくば市天久保2-1-1
	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
	成島クリニック	つくば市館野363
	医療法人丹誠会 紫峰の森クリニック	つくば市島名472-1
	医療法人社団恵仁会 筑波中央病院	つくば市北条5118
	医療法人社団双愛会 つくば双愛病院	つくば市高崎1008
	医療法人八千代会 ストレスケアつくばクリニック	つくば市竹園1-4-1 南パークビル1F
	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
	つくば脳神経外科・頭痛クリニック	つくば市荻間1622-1
		連絡先
		853-3570(予約センター) 853-3900(法人専用) 853-7668(患者専用)
		877-1221
		839-2170
		848-2348
		867-1211
		873-2511
		863-2888
		847-2631
		852-1000

各医療機関ホームページより 令和7年5月現在

名 称	⑥筑波大学附属病院 認知力アップデイケア	
内 容	認知症の予備軍とされる軽度認知障害(MCI)を対象として、運動、音楽、芸術、脳トレ、疾患教育などを組み合わせた専門的なプログラムを行い、認知機能障害の進行予防に努めています。詳細は下記、ホームページをご覧ください。 https://www.tsukuba-psychiatry.com/dc/	
費用負担給付額等	医療保険自己負担割合に応じる(自立支援医療適用可)	
要 件	年 齢	制限なし
	住 所	制限なし
	要 件 等	自覚的なもの忘れ～ MCI 水準の方 自己通院可能(家族の送迎含む)
	介護保険	不要(併用可)
申請方法	随時受付(まずは下記にお問い合わせください)	
問合せ先	筑波大学附属病院精神科デイケア(853-3644)	



名 称	⑦とよさと病院デイケア「いきいき認知力アップ教室」	
内 容	認知症予防や進行予防を目指し、デイケアプログラムの一環として、運動・音楽・絵画・脳トレトレーニング・疾患教育などを取り入れた専門的プログラムを複合的に行います。 https://www.kenjin.or.jp/toyosato/daycare/index.html	
費用負担給付額等	医療保険適応 430円 / 半日(1割負担の方)	
要 件	年 齢	制限なし
	住 所	制限なし
	要 件 等	軽度認知障害(MCI)や早期の認知症と診断された方、認知症予防に興味がある方。 つくば市内、近隣市にお住まいの方が対象です。 自己通院可能(家族の送迎含む)
	介護保険	不要(併用可)
申請方法	随時受付(まずは下記にお問い合わせください)	
問合せ先	いきいき認知力アップ教室 担当者まで 847-2631(代表)	

名 称		⑧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	市内在住、在勤、在学の方
	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		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		⑨認知症サポーター向け講座
内 容		認知症サポーター養成講座を受講した「認知症サポーター」の皆様に、認知症サポーターとして地域で活動していただく際に必要な知識や制度について学びを深める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		⑩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		⑪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。つくば市では、現在5チームが活動しています。 ①ふれあいサロン・千現カフェ ②オレンジカフェボランティア ③シニアサロンぶらり ④つくば市シルバー人材センター ⑤カフェロマン ⑥聴陽の会
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こと。
	介護保険	不要
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		①今井(090-4753-4103) ②・③・⑥地域包括支援課(883-1111) ④つくば市シルバー人材センター(879-5199)⑤篠原(090-9852-7706)



名 称		⑫つくば市もの忘れサポートチーム(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認知症疾患の臨床診断を受けていない方 ②持続的な医療サービスを受けていない方 ③適切な介護サービスに結び付いていない方 ④診断されたが介護サービスが中断している方
	介護保険	不要
申請方法		各地域包括支援センターにお問い合わせください
問合せ先		各地域包括支援センターにお問い合わせください



名 称		⑬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。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	事前予約不要	
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 筑波		筑波中央病院 (つくば市北条5118)	867-1182 (介護老人保健施設アリエッタ)
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)	869-9527 (大穂豊里地域包括支援センター)
オレンジカフェ in なごみ		とよさと病院 (つくば市田倉4725)	847-9581 (認知症疾患医療センター)
オレンジカフェ in おはなリハ		イーアスつくばアウトモール 美味コレクション内パーティールーム (つくば市研究学園5-19)	879-8828 (おはなリハケアマネステーション)
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 (つくば市みどりの中央11-3)	090-7906-2054 (在宅看護センター ゆう)
オレンジカフェ in きずな		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)	863-2888 (ストレスケアつくばクリニック)
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)	875-4571 (小規模多機能型居宅介護 楓)
オレンジカフェ in くきざき		荃崎交流センター (つくば市小荃318)	828-8089 (認知症の人と家族の会)



名 称		⑭つくば市認知症本人・家族交流会	
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、家族交流会は、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	不問	
	住 所	市内在住、在勤、在学、近隣市の方	
	要 件 等	認知症の方とご家族	
	介 護 保 険	不要	
開催日時		年3回程度開催。開催日は市の広報や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 開催場所は市の広報や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		⑮つくば市認知症高齢者等 SOS ネットワーク事業
内 容		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。 ②おでかけ見守りシールの配布 二次元バーコードのついた2種類のおでかけ見守りシール(耐洗シールと蓄光シール)を無料で配布します。 二次元バーコードを発見者が読み取ると保護者に通知が届き、インターネット上の伝言板で簡単なやりとりができます。 ※ SOS ネットワークの事前登録が必要です。(施設入居者は対象外) ③認知症高齢者等個人賠償責任保険 認知症やその疑いがある人が、日常生活での偶発的な事故などにより法律上の損害賠償責任を負った場合に、その賠償金を市が加入する保険で補償します。 ※ SOS ネットワークの事前登録が必要です。(施設入居者は対象外) ④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。
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または、市ホームページにて申請
問合せ先		地域包括支援課窓口(TEL 883-1111・FAX 868-7638)



名 称		⑯とよさと病院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		不定期
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(847-9581)

名 称	⑰とよさと病院家族懇談会
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2土曜日に開催。10時～11時30分
開催場所	とよさと病院
問合せ先	家族懇談会担当者(847-2631)

名 称		⑱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 029-828-8089 *『介護者のつどい』毎月第1金曜日 13～15時 ひたち野リフレビル4F *『つくばのつどい』毎月第3木曜日 10～12時 スターバックスコーヒー イーアスつくば店 *『電話相談』月～金 13～16時 電話相談専用 029-828-8099
認知症の人を介護する家族の会 「日立市そよかぜの会」			0294-35-4556 担当：今村
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・茨城			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

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(料金改定あり、10月から1,500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あんしん生活支援サービス(任意後見契約)
内 容		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ときに支援する「任意後見契約」とパッケージで提供いたします。
費用負担給付額等		契約手続き支援料 30,000円 基本料月額 3,000円 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
要件	年 齢	
	住 所	市内に住所を有する方
	要 件 等	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 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
	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)

名 称 ③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、支援を行います。

○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制度等が選ばれる「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。

類 型	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、四等親内の親族、市区町村長(申し立てる親族等がいない場合)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

◇最寄りでは水戸家裁裁判所土浦支部

〒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、土浦公証役場

〒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「ぱあとなあいばらき」
〒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 13～16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 大国亀城公園ハイツ304)		
相談料金は、	5,500円(税込)(30分以内)		

各種相談

項目		電話番号	相談日時等
つくば市女性のための相談	電話相談	029-856-5630	毎週月曜日 10時～16時 (1回 50分程度)
	一般相談	029-854-8515 (予約)	毎週火・金曜日 10時～16時 (1回 50分)
	心と生き方相談		毎週水曜日 10時～16時 (1回 50分)
	法律相談		毎月第2・4木曜日 13時30分～16時 (1回 30分)
つくば市男性のための電話相談		029-883-1188	奇数月第2木曜日 18時～20時30分
社会福祉相談	弁護士による法律相談 (特に解決が困難な法律上の問題の相談)	029-879-5500 (予約)	毎月第2・3・4木曜日 14時～16時 場所：大穂庁舎1F つくば市社会福祉協議会相談室
	司法書士による相談 (遺産相続や不動産などの財産トラブル、成年後見制度などの法律問題の相談)		毎月第3水曜日 14時～16時 場所：大穂庁舎1F つくば市社会福祉協議会相談室
つくば市消費生活センター (多重債務相談・消費者教育出前講座)		029-861-1333	月～金 9時～12時 13時～16時 場所：つくばセンタービル内コリドイオ1F
こころの相談・精神障害に関する相談	こころの健康相談	029-864-7841 (予約)	場所：大穂保健センター
	いばらきこころのホットライン (こころの相談)	029-244-0556 土日フリーダイヤル 0120-236-556	9時～12時 13時～16時
	茨城いのちの電話 (こころの相談)	029-855-1000	24時間365日(毎月29日から月末及び不定期で数日、22時～8時まで夜間の受付休止) ※毎月10日のみ 8時～翌日8時 0120-783-556
	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時30分～17時15分
	つくば保健所	029-851-9287	
	公益社団法人全国精神保健福祉会 連合会 みんなねっと	03-5941-6346	水 10時～15時 ※12時～13時は休み
認知症に関する相談	地域包括支援センター	裏表紙参照	
	つくば保健所	029-851-9287(予約)	
	公益社団法人 認知症の人と家族 の会茨城県支部	029-828-8089 ※相談専用回線 029-828-8099	月～金曜日 13時～16時
	電話相談(全国版)	0120-294-456 (携帯・スマートフォン) 050-5358-6578	月～金曜日 10時～15時
	若年性認知症コールセンター	0800-100-2707	月～土曜日 10時～15時 ※水曜日のみ10時～19時

項 目		電話番号	相談日時等
虐待	つくば市地域包括支援課	029-883-1111	養護者による高齢者虐待
	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
法律相談	茨城県弁護士会 土浦相談センター (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)	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30分～16時、 18時～20時
	法テラス茨城	0570-078317 (予約)	面接相談受付時間 月～金曜日(祝祭日及び年末年始を除く) 9時～17時 相談対応日時 火曜日13時～16時 水曜日 9時30分～11時30分 木曜日13時30分～15時30分
	行政書士無料相談 (相続、遺言、法人設立、認許可関係全般、農地転用、帰化永住・在留資格関係、権利義務・事実説明に関する事等)	090-1650-8505	予約受付時間：土・日・祝日を除く 9時～12時 場所：つくば市役所 3階 302会議室 茨城県行政書士会では、電話による無料相談(029-350-5767)を受け付けています。詳細は茨城県行政書士会のホームページをご確認ください。
難病相談	茨城難病相談支援センター	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	
外国人相談	国際都市推進課 (つくば市外国人相談窓口)	029-883-1313	相談日時：月～金曜日(祝祭日及び年末年始を除く) 8時45分～16時30分 対応言語：英語、中国語、日本語、韓国語、ポルトガル語、スペイン語、ベトナム語、タイ語、ロシア語、フランス語、フィリピン語、ネパール語、ヒンディー語、インドネシア語 ※通訳の機械を使用する場合があります。 ※電話での相談は英語・中国語・日本語のみ
	茨城県国際交流協会 (外国人相談センター)	029-244-3811 (予約)	月～金曜日(祝祭日及び年末年始を除く) 8時半～17時 生活についての相談(無料) 月に2回弁護士に相談できる
犬・猫についての相談 (つくば市環境保全課)		029-883-1111	月～金曜日(祝祭日及び年末年始を除く) 8時45分～16時30分
がん相談ホットライン		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
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 2 筑峯学園 3 つくば市社会福祉協議会 4 サポートプラザつくば	029-836-7200 029-867-5881 029-896-3352 029-867-7170
介護事業者を含む介護分野全般に関する支援事業		029-227-1215	公益社団法人 介護労働安定センター茨城支部
いばらき在宅ケアハラスメント 相談窓口		029-303-7600	電話もしくは メール(homecare@ibaraki-welfare.or.jp) 平日10時～16時(12/29～1/3を除く)
公益財団法人茨城県暴力追放推進センター (暴力団被害に関する相談・責任者講習等)		029-228-0893	月～金曜日 9時～17時 (祝祭日、年末年始を除く)

項 目		電話番号
つくば市 内警察署	つくば警察署	851-0110
	つくば北警察センター	867-1191
	小田駐在所	851-0110
	上大島駐在所	851-0110
	筑波山駐在所	851-0110
	作谷駐在所	851-0110
	筑穂交番	879-0110
	吉沼駐在所	851-0110
	豊里駐在所	851-0110
	並木交番	858-0110
	柴崎駐在所	851-0110
	谷田部地区交番	837-0110
	赤塚交番	855-0110
	研究学園交番	850-0110
	つくば駅前交番	856-0110
	万博記念公園駅前駐在所	851-0110
	松代交番	854-0110
	荃崎交番	876-0110

主な市内公共施設

	項 目	場 所・住 所	電話番号
窓口センター	筑波窓口センター	市民ホールつくばね1階	883-1111(代)
	大穂窓口センター	大穂庁舎1階	
	豊里窓口センター	旧豊里保健センター内	
	桜窓口センター	桜歴史民俗資料館内	
	谷田部窓口センター	市民ホールやたべ1階	
	荃崎窓口センター	旧荃崎保健センター内(R7.12頃までは荃崎交流センター内)	
	つくば駅前市民窓口センター	Bivi つくば2階	
老人福祉センター	老人福祉センターとよさと	遠東639	847-0231
	桜老人福祉センター	栗原2470	857-6328
	谷田部老人福祉センター	台町1-2-2	837-1188
	荃崎老人福祉センター	下岩崎2068	876-1181
保健施設	大穂保健センター	筑穂1-10-4	864-7841
	桜保健センター	流星台61-1	857-3931
	谷田部保健センター	谷田部4774-18	838-1100
	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	筑波交流センター	北条5060	867-3135
	大穂交流センター	筑穂1-10-4	864-3111
	吉沼交流センター	吉沼790	865-0503
	豊里交流センター	高野1197-20	847-8444
	栗原交流センター	栗原5386-2	857-2684
	桜交流センター	松塚1036-2	857-3311
	竹園交流センター	竹園3-19-2	851-3085
	並木交流センター	並木4-2-1	851-3084
	広岡交流センター	下広岡410-167	857-3678
	春日交流センター	春日2-36-1 (R8.8.31まで休館)	852-5422
	松代交流センター	松代4-16-3	852-3203
	二の宮交流センター	二の宮4-6-2	852-5488
	小野川交流センター	館野477-1	838-0501
	島名交流センター	島名784-30	847-6061
	谷田部交流センター	谷田部4774-18	836-0139
	荃崎交流センター	小荃318	876-3311
社会福祉協議会	本部事務局	筑穂1-10-4 大穂庁舎内	879-5500(代)
	中央支所	遠東639	847-0231
	南支所	下岩崎2068	876-4552
その他	ふれあいプラザ	下岩崎2164-1	876-2311
	つくば市民センター	吾妻1-10-1 コリドイオ内	855-1171
	市民研修センター	北条1477-1	867-1153
	つくばウェルネスパーク	山木1562	867-5210
	みどりのプール	みどりの南14-1	896-6870

[illegible]

暮らしをささえる相談窓口

地域包括支援センター

地域包括支援センターは、地域で暮らす高齢者等が住み慣れたまちで安心して生活ができるように、高齢者本人やその家族をサポートする身近な相談窓口です。

【主な内容】

- 介護や健康のこと(介護予防マネジメント)
- さまざまな相談ごと(総合相談・支援)
- 暮らしやすい地域のために(包括的・継続的ケアマネジメント支援)
- 権利を守ること(権利擁護)

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

(令和 7 年 9 月現在)

※詳しい担当区域は二次元バーコードで御確認ください。

