

令和6年度版

高齢者 便利帳



宇美町

警察	宇美交番 粕屋警察署	939-0110 (粕屋警察署代表)
消防・防災	粕屋南部消防署	935-5111
	町地域コミュニティ課危機管理係	933-5500
	防災行政無線の音声案内	0120-898-255
郵便局	宇美早見郵便局	932-2102
	宇美本町郵便局	934-0123
	粕屋南郵便局	935-1601
電気	九州電力 福岡東営業所	0120-639-457
	九州電力 福岡南営業所	0120-639-460
上下水道	町上下水道課	934-2224
ごみ	町環境課	934-2226
広報	町シティプロモーション課 文化財・まちの魅力PR係	934-2370
健康・予防接種	町健康課 健康推進係	934-2243
国民健康保険	町住民課 国保係	932-1111(役場代表)
後期高齢者医療保険	町住民課 医療年金係	932-1111(役場代表)
介護保険	町健康課 介護・高齢者支援係	934-2243
介護サービス	地域包括支援センター	934-2249
年金	東福岡年金事務所	651-7967
障がい	町福祉課 障がい者支援係	934-2278
町県民税・軽自動車 税・固定資産税	町税務課	934-2242
所得税・相続税・ 贈与税	香椎税務署	661-1031
のるーと宇美	町シティプロモーション課 ふるさと応援係	934-2370
町営住宅	町管財課	934-2268
県営住宅	福岡県住宅供給公社 県営住宅管理部 管理課	781-8029
防犯灯・街路灯	町都市整備課	934-2244
道路	町都市整備課	934-2244
公園	町環境課	934-2226
ボランティア	ボランティア・町民活動 支援センターふみらぼ	933-1110
生涯学習	町社会教育課	933-2600

宇美町の地図	1～2
宇美町公共施設一覧	3～4
各種無料相談窓口	5～9
(健康、暮らし、住まい、認知症、法律、成年後見・遺言)	

●医療

もしもの時の相談窓口・医療機関	10
救急医療情報センター、休日・夜間急患センター、医療相談窓口	10
ふくおか医療情報ネット	10
お薬手帳、とびうめネット（福岡県医師会診療情報ネットワーク）	11
町内医療機関	12～15
町内歯科診療所	16～18
高齢者の予防接種	19～20
(特定)健康診査、がん検診など	21～22
国民健康保険	23～24
後期高齢者医療制度	25～26
認知症総合支援事業	27
認知症医療センター・近隣のもの忘れ外来、認知症に関する相談窓口	28
認知症サポーター養成講座・くすみカフェ(認知症カフェ)	29
福岡都市圏認知症高齢者捜してメール	30

●介護

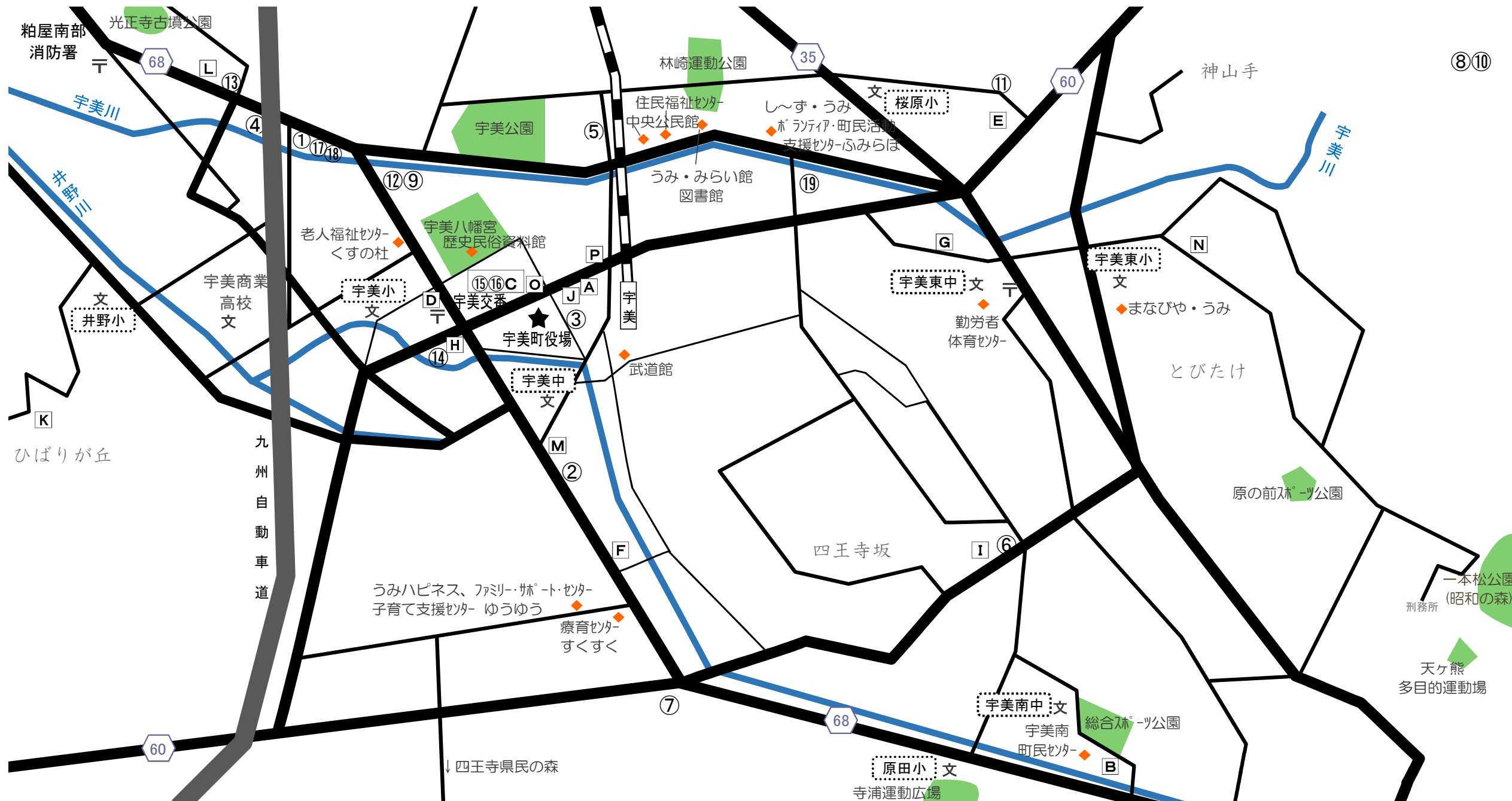
介護保険制度	31～33
--------	-------

●介護予防（社会参加・生涯学習）

介護予防教室、福祉サポーター養成講座	34
うみトレデリバリー事業、家族のつどい(介護者交流会)	35
宇美町こども教育総合支援センター内うみハピネストレーニングルーム	36～37
NPO法人 ふみの里スポーツクラブ	37
宇美町シニアクラブ連合会、福岡県生涯現役チャレンジセンター	38
公益財団法人 宇美町コミュニティ・センター	39
宇美町ボランティア・町民活動支援センター ふみらぼ	40
みるみるウォーク	40
宇美町学習支援者派遣事業「まなびサポートうみ」	41
宇美町立図書館	42
宇美町働く婦人の家 し～ず・うみ	43
中央公民館講座「ビビッと☆うみラボ」	43
宇美町生涯学習講座情報「まなびの森」	43
宇美町スポーツ・文化サークル情報誌「うみ・ほっとさーくる」	44
宇美町職員出前講座	44
宇美町立老人福祉センター くすの杜	45

●生活支援

宇美町社会福祉協議会	46～47
宇美町高齢者在宅福祉サービス	48～49
宇美町買物支援ガイドブック	49
おぼえ書き	49
民生委員・児童委員	50
成年後見制度	50
成年後見・遺言に関する相談窓口	51
防災・災害対策(宇美町防災気象情報、宇美町防災メール、防災メール	52
まもるくん、防災無線の音声案内)	52



■ 町内医療機関

- ① あいりお耳鼻科
- ② いりえ小児科医院
- ③ うみ小児科医院
- ④ おかべ小児科クリニック
- ⑤ 岡部病院
- ⑥ おがわクリニック
- ⑦ 加来循環器科内科医院
- ⑧ 粕屋南病院
- ⑨ かよ皮ふ科
- ⑩ 河野粕屋病院

⑪ 神武医院

- ⑫ ごとう整形外科
- ⑬ こやま内科クリニック
- ⑭ 中川整形外科クリニック
- ⑮ 中西内科クリニック
- ⑯ 中道眼科クリニック
- ⑰ まえだ脳神経外科
- ⑱ まき内科
- ⑲ 山崎産婦人科小児科医院

■ 町内歯科診療所

- A いずみ歯科小児歯科医院
- B うえだ歯科クリニック
- C うみ歯科医院
- D えがわ歯科医院
- E 梶原歯科医院
- F こはら歯科医院
- G しげみ歯科医院
- H しのぎき歯科医院
- I たかはしけいじ歯科医院
- J たかはし歯科クリニック

- K ながえ歯科医院
- L なかよし歯科医院
- M はたえ歯科医院
- N 服部歯科医院
- O 福井歯科医院
- P むらやま歯科医院

(五十音順)

のるーと宇美 (AI活用型オンデマンドバス)

時刻表や決まった運行ルートがなく、AI(人口知能)が予約の状況に応じて運行ルートを考えながら走行する乗合バスです。運行エリアは宇美町全域(一部地域をのぞく)です。運行時間は、8:30~18:30までで、運賃は大人200円、障がい者・小学生100円、未就学児は無料です。電話予約は、0263-31-6559(予約専用)で、電話での受付時間は、平日9:00~17:00までです。

■ 運休日

日曜、祝日

8/13~8/15、12/29~1/3

■ 問い合わせ先

シティプロモーション課

☎ 934-2370

●宇美町公共施設一覧

施設名	住所	電話番号	開設時間	休館等、利用できない日	多目的施設	身障者利用設備	駐車場	駐輪場
宇美町こども教育総合支援センター うみハピネス	貴船2-28-1	こどもみらい課 933-0777 学校教育課 934-2245	9:00～21:00 (日曜は～17:00)	月曜日、祝日、 8/13～8/16、12/28～1/4	有	有	有	有
			こどもみらい課・学校教育課 8:30～17:15	こどもみらい課・学校教育課は 土曜日、日曜日、祝日、12/29～1/3				
		トレーニングルーム (問い合わせは、 健康課 934-2243へ)	火曜日～土曜日 10:00～21:00 日曜日 10:00～17:00	月曜日、祝日、 8/13～8/16、12/28～1/4				
		957-6450	10:00～16:00	土曜日、日曜日、祝日 8/11～8/17、12/26～1/7 ※毎月1回土曜日または日曜日を閉館 (日程は町ホームページに掲載)				
宇美町子育て支援センター ゆうゆう		932-0601	10:00～16:00	土曜日、日曜日、祝日 8/11～8/17、12/26～1/7				
宇美町ファミリー・サポート・センター		933-1111	9:30～17:00	日曜日、祝日、8/13～8/16、12/29～1/3	有	有	有	
宇美町立老人福祉センター くすの杜	宇美2-1-11	932-0365	9:30～21:00	月曜日(月の第2日曜日の翌日を除く)、第2日 曜日、祝日、8/13～8/16、12/29～1/3	有	有	有	有
宇美町働く婦人の家 し～ず・うみ	平和1-14-1	933-1110	9:30～17:00	日曜日、月曜日(月の第2日曜日の翌日を除く) 月の第2・4土曜日、祝日、8/13～8/16、12/ 29～1/3	有	有	有	有
宇美町ボランティア・町民活動支援センター ふみらぼ		932-0600	10:00～19:00	月曜日及び第4木曜日(休日の場合その日以後 の直近の休日以外の日)、 12/29～1/3、特別整理期間(毎年10日以内)	有	有	有	有
宇美町立図書館	平和1-1-2 (うみ・みらい館1階)	932-0011	8:30～17:00	月曜日(休日又は宇美八幡宮祭礼行事の場合 は、その日以後の直近の休日以外の日に順 延)、12/29～1/3		有	宇美八幡 宮の駐車 場をござ い。	
宇美町立歴史民俗資料館	宇美1-1-22	934-3933	8:30～17:00	土曜日、日曜日、祝日、12/29～1/3	有	有	有	有
宇美町立こども療育センター すくすく	貴船2-40-2	問い合わせは、 住民福祉センター 933-2607	8:30～21:30	月曜日(休日の場合その日以後 の直近の休日以外の日)、 8/13～8/16、12/29～1/3	有	有		
宇美町立中央公民館	平和1-1-1				有	有		
宇美町住民福祉センター	平和1-1-1				有	有	有	有
宇美町地域交流センター うみ・みらい館	平和1-1-2				有	有		
宇美町立研修所 まなびや・うみ	宇美東3-8-1				有	有	有	有
宇美町立武道館	宇美5-7-1				有	有	有	有
宇美勤労者体育センター	若草2-1-2				有	有	有	
宇美町原の前スポーツ公園	障子岳南2-20-1				有		有	有
林崎公園 (テニスコート・多目的広場)	平和2-17-1		8:30～21:30 (多目的広場は日没まで) 公園は常時開放 多目的広場・テニスコートは 8:30～21:00		有		有	
宇美町総合スポーツ公園	ゆりが丘1-2-1	問い合わせは、 南町民センター 934-1115	8:30～21:30		有	有	有	有
天ヶ熊多目的運動場	大字宇美2432-1		7:30～日没				有	
寺浦運動広場	原田3-1017-8		8:30～20:00		有		有	
宇美南町民センター	ゆりが丘1-3-1		8:30～21:30		有	有	有	有
福岡県立四王寺県民の森	大字四王寺207	932-7373 (管理事務所)	9:00～18:00 10～3月は～17:00	月曜日(休日の場合その日以後の直近の休日 以外の日)、12/29～1/3	有		有	
一本松公園(昭和の森)	大字宇美字正楽3-3	934-2226 (環境課)	常時開放	常時開放	有	有	有	有
宇美公園	明神坂1丁目4684-1		常時開放	常時開放			有	
光正寺古墳公園	光正寺3丁目4537-11		常時開放	常時開放 (駐車場は9:00～17:00)	有		有	有

各種無料相談窓口

※秘密は厳守されます。

●健康

機関名・電話番号	日 時	相 談 内 容
健康・栄養相談 (町健康課)	随時(要予約) ※お住まいの地区担当がご対応します。	管理栄養士、保健師が栄養や食生活、健診結果等に関する相談・指導を行う。 開設場所:健康課 窓口
934-2243		

●暮らし

機関名・電話番号	日 時	相 談 内 容
心配ごと相談 (宇美町社会福祉協議会)	毎月第1・3木曜日 (予約不要) 9:30~12:30 (受付は12:00まで)	電話・面談による、あらゆる心配ごとの相談。(日程については変更あり。広報うみに掲載) 開設場所:老人福祉センター
931-1008(問い合わせ先)		
弁護士無料相談 (宇美町社会福祉協議会)	毎月第2・4木曜日 (要予約) 13:30~15:30 (一人30分)	弁護士との面談による、法律に関わる相談。(日程については変更あり。広報うみに掲載) 開設場所:老人福祉センター
931-1008(予約受付)		
くらし・行政相談 (町総務課)	毎月第1火曜日 (11月は6日(水)) 13:00~15:30 (申込受付時間 13:00~15:00)	行政相談委員が、国の仕事に関する苦情や要望を受け付け、助言や関係機関へ通知などを行う。(日程については変更あり。広報うみに掲載) 開設場所: うみ・みらい館 2階 研修室B
932-1111		
宇美町 地域包括支援センター	月曜日~金曜日 8:30~17:15 (祝日・年末年始を除く)	高齢者の、介護や日常生活の様々な相談を受け付け、関係機関へ繋ぐ。
934-2249 宇美町役場1階		

機関名・電話番号	日 時	相 談 内 容
かすや地区女性ホットライン (NPO法人福岡ジェンダー研究所) 401－5353	10:00～17:00 木曜日のみ19:00 まで (祝日・年末年始を 除く)	DV、夫婦・家族、子育て、仕 事、人間関係のことなどについ ての相談。
男性のための相談ホットラ イン (福岡市男女共同参画推進センター アミカス) 526－1718	毎月第1・2・3月曜 日 19:00～21:00 (土日祝日を除く)	「パートナーとの向き合い方がわ からない」「男らしさを求められ る」「夫婦、こども、親の問題、職 場の人間関係」「暴力の問題」 など、男性相談員が対応。
宇美町 消費生活相談窓口 934－2258 宇美町役場西館2階	毎週火曜日 10:00～15:30 (祝日・年末年始を 除く)	悪質商法、多重債務、架空請 求、利殖商法など、契約や取引 に関するトラブルについての相 談受付、解決のためのアドバイ ス、情報提供。
かすや中南部 広域消費生活センター 936－1594	月曜日～金曜日 10:00～15:30 (祝日・年末年始を 除く)	
くらし・しごと・家計 困りごと相談室 (福岡県自立相談支援事務所(糟屋 郡))(福岡県委託) 938－3001	月曜日～土曜日 (土曜は電話対応の み) 祝日も開所 9:30～17:30	就労、住居、お金、高齢者福 祉、DV、依存症など生活全般に ついて、解決策をさがし、関係 機関へつなぐ。
多重債務相談窓口 (福岡財務支局) 411－7291	月曜日～金曜日 9:00～17:00 (祝日・年末年始を 除く)	自らの収入で返済しきれないほ どの借金を抱え悩む方からの相 談に応じ、借金の状況等をお聞 きするとともに、必要に応じ弁護 士・司法書士などの専門家に引 き継ぎを行う。

●住まい

機関名・電話番号	日 時	相 談 内 容
住宅相談 (福岡県建築住宅センター)	月曜日～金曜日 9:00～17:00 (祝日・年末年始を除く)	公的住宅情報、公的融資・制度情報など、幅広く住宅相談を行う。(住宅情報プラザ福岡)
725-0876		
住まいるダイヤル (住宅リフォーム・紛争処理支援センター)	月曜日～金曜日 10:00～17:00 (祝日・年末年始を除く)	住宅に関するあらゆる相談について、一級建築士などの資格を持った相談員が、専門的な見地からアドバイス。
0570-016-100		
賃貸借トラブル・ホットライン (福岡県司法書士会)	月曜日・水曜日 16:00～18:00 (祝日・年末年始を除く)	退去時の敷金の計算、壊れたお風呂の修理は大家と入居者どちらがするのか、など。
714-0616		
バリアフリーアドバイザー派遣制度 (福岡県建築住宅センター)	月曜日以外の9:00～17:00まで 月曜日(祝日の場合は翌日)・第3日曜日・盆・年末年始を除く)	バリアフリーアドバイザーが自宅を無料で訪問調査し、改修の提案や耐震診断報告書作成を行う。
582-8061		

●認知症

機関名・電話番号	日 時	相 談 内 容
認知症の人と家族の会	月曜日～金曜日 10:00～15:00 (祝日・盆・年末年始を除く)	研修を受けた介護経験者が、全国どこからの相談にも応じている。
0120-294-456		
認知症の人と家族の会 福岡県支部	火・金曜日 10:30～15:30 (第3火曜日を除く)	認知症の方の介護の悩みを持つ方の相談に、介護経験者が電話と面接により対応。
771-8595		
福岡県認知症介護相談 (認知症の人と家族の会)	水・土曜日 11:00～16:00 (クローバープラザの休館日を除く。)	認知症の方及びその家族等が抱える介護等の悩みに関する相談に、認知症介護経験者が対応。(相談場所:クローバープラザ)
574-0190		
福岡県 認知症医療センター (医療法人社団緑風会 水戸病院)	月曜日～金曜日 9:00～17:00 土曜日 9:00～12:00 (祝日を除く)	認知症かも?と思ったら、早めに相談を。認知症にはいくつかの種類があり、治療可能なものや、薬で症状の進行を遅らせることができるものもある。
935-0066		

●法律

機関名・電話番号	日 時	相 談 内 容
県民相談室(法律相談) 643-3333 (予約受付) 県庁 行政棟1階	毎月第1・3金曜日 (要予約) 13:30~16:30 (一人約30分) (閉庁日は中止)	面談方式の、弁護士による無料の法律相談。 日常生活の中での争いや、もめ事の解決を図る。 予約開始は、当該週の初日(閉庁日はその翌日)の8:30から、先着6名まで。
法テラス・サポートダイヤル (日本司法支援センター) 0570-078-374	月曜日~金曜日 9:00~21:00 土曜日 9:00~17:00 (祝日・年末年始を除く)	法的トラブルに対し、適切な法制度、関係機関(法律相談・公的機関窓口など)を紹介。 また、法的トラブルかどうかわからない方も、お気軽にお問い合わせを。
法テラス福岡 (日本司法支援センター) 050-3383-5501	月曜日~金曜日 9:00~17:00 (祝日・年末年始を除く)	面談や電話により法制度や手続き、関係機関の相談窓口を案内。 経済的に困りの場合には、法テラスの民事法律扶助による無料法律相談を案内。
司法書士総合相談センター (福岡県司法書士会) 0570-783-544	無料電話相談 月曜日~金曜日 18:00~20:00 (祝日・年末年始を除く)	成年後見、遺言、相続、登記、多重債務問題、悪質商法などの法律問題に関する電話相談(15分程度)や司法書士を紹介。
	司法書士紹介 月曜日~金曜日 10:00~16:00 (祝日・年末年始を除く)	
高齢者・障害者総合支援センター あいゆう (福岡県弁護士会) 724-7709	月曜日~金曜日 10:00~16:00 (祝日・年末年始を除く)	高齢者や障がいのある方の、財産や生活に関する法律相談。 財産管理、成年後見、遺言など。弁護士が対応。

●成年後見・遺言

機関名・電話番号	日 時	相 談 内 容
権利擁護センター ぱあとなあ福岡 (福岡県社会福祉士会)	月曜日～金曜日 9:30～17:00 (祝日・年末年始を 除く)	成年後見制度についてのあらゆることについての電話相談。 (面接による相談は有料) 社会福祉士が対応。
483－2941		
成年後見センター・ リーガルサポートふくおか	月曜日～金曜日 13:00～15:00 (祝日・盆・年末年始 を除く)	成年後見制度についてのあらゆることについての電話相談。 (面接による相談は有料) 司法書士で構成される団体。
738－7050		
司法書士総合相談セン ター (福岡県司法書士会)	月曜日～金曜日 18:00～20:00 (祝日・年末年始を 除く)	成年後見や、生前贈与、遺言 状、借金を相続したくない、な ど、遺言や相続に関する電話相 談。司法書士が対応。
0570－783－544		
高齢者・障害者総合支援 センター あいゆう (福岡県弁護士会)	月曜日～金曜日 10:00～16:00 (祝日・年末年始を 除く)	高齢者や障がいのある方の、財 産や生活に関する法律相談。 財産管理、成年後見、遺言な ど。弁護士が対応。
724－7709		
筑紫公証役場	月曜日～金曜日 第3土曜日(要予約) 9:00～12:00 13:00～17:00 (祝日・年末年始を 除く)	公正証書の作成についての相 談。 (任意後見、遺言書、尊厳死な ど)
925－9755 太宰府市都府楼南5-5-13		
福岡公証役場	月曜日～金曜日 9:00～12:00 13:00～17:00 (祝日・年末年始を 除く) (受付時間 9:00～11:00 13:00～15:00)	
741－0310 福岡市中央区舞鶴3-7-13 2F		
博多公証役場		
400－2560 福岡市博多区博多駅前3-25- 24 3F		

・ ・ ● ・ ● もしもの時の相談窓口 ・ 医療機関 ● ・ ● ・ ・

● 救急医療情報センター

24時間体制で、症状に応じた医療機関を紹介します。

☎ #7119

☎ 092-471-0099

☎ 092-415-3113（音声・FAX案内）

● 休日・夜間急患センター

機関名・電話番号	日 時	住 所
粕屋中南部休日診療所 652-3119	日曜、祝日 9:00～12:00 13:00～17:00	久山町大字久原3168-1
福岡市急患診療センター 847-1099	平日、土日祝日の夜間 ※診療科目により外来受付時間が異なります。	福岡市早良区百道浜1-6-9

● 医療相談窓口

機関名・電話番号	日 時	相 談 内 容
医療よろず相談電話 （福岡県医師会） 475-3093	木曜日 17:00～19:00 （第3木曜日を除く）	健康・医療に関する相談等について、直接医師と話ができる。 ※診療などの都合により、時間の変更や中止の場合あり。
くすりなんでもテレホン （福岡県薬剤師会） 271-1585	月曜日～金曜日 9:00～17:30 土曜日 9:00～12:00	くすりの使用方法や取り扱い方などに関する質問について薬剤師が対応。

● ふくおか医療情報ネット

<http://www.fmc.fukuoka.med.or.jp>

県内の医療機関が検索できます。



●お薬手帳

お薬手帳とは、自分が使っている薬の名前・量など、アレルギーや過去にかかった病気などを記録できる手帳です。薬局などで無料でもらえます。

医療機関や薬局に見せることで、薬の飲み合わせや重複を回避して、あなたを薬の害から守ります。

お薬手帳は1冊にまとめ、医療機関や薬局で必ず見せましょう。

とびうめネット

(福岡県医師会診療情報ネットワーク)

かかりつけ医を通じて、病歴やアレルギーの有無、服用中の薬など、医療に関する情報を事前に登録しておくことで、緊急時に病院や救急隊が情報を共有し、迅速で適正な対応ができるよう支援するネットワークです。

申 込 方 法

かかりつけ医にお申し込みください。

登 録 料

無料

利 用 の 流 れ

- ① かかりつけ医に申し込み後、仮登録証を受け取る。
- ② 事務局から、登録カード・シールが自宅に届く。
- ③ 登録カードは、健康保険証と一緒に常に携帯する。
シールは玄関のドアの内側等、救急隊が見えやすいところに貼る。
- ④ 緊急時に受診する際、医療機関に登録カードを見せる。
救急車を利用する際、救急隊に登録カードを見せるか、登録していることを伝える。
- ⑤ 確実に正しい情報が共有され、搬送や処置などがすばやく的確に行われる。

とびうめネット事業主体 公益社団法人 福岡県医師会

☎ 4 3 1 - 4 5 6 4

とびうめネット事務局 公益財団法人 福岡県メディカルセンター

☎ 4 7 6 - 3 8 0 9 (平日9時～17時)

粕屋医師会とびうめネット支援センター

☎ 4 1 0 - 2 8 0 0

● ● ● ● ● 町内医療機関 ● ● ● ● ●

※左側の番号は、P1-2の宇美町地図と対応しています。
耳鼻咽喉科、頭頸部外科、アレルギー科

①	あいりお耳鼻科	休診	日曜・祝日
	明神坂2-1-27	月・火・水・金曜 9:00～13:00 14:00～18:00 木・土曜 9:00～13:00 (受付は30分前まで)	
	☎ 957-6015		

小児科

②	いりえ小児科医院	休診	日曜・祝日・年末年始・盆
	貴船1-11-6	月・火・水・金曜 9:00～12:00 14:00～17:30 (14:00～14:30は小児予防接種のみ) 木・土曜 9:00～12:00 (受付は15分前まで)	
	☎ 932-9600		

小児科

③	うみ小児科医院	休診	日曜・祝日・年末年始・盆
	宇美5-9-28	月・火・水・金曜 9:00～12:30 14:00～17:30 木・土曜 9:00～12:30 (受付は15分前まで)	
	☎ 410-2728		

小児科、思春期内科

④	おかべ小児科クリニック	休診	金曜・第2土曜・祝日・年末年始
	光正寺1-1-18	月～木曜 8:15～12:00 14:00～17:30 土曜 13:00～17:00 日曜 9:15～12:00 (受付は30分前まで)	
	☎ 933-7161		

内科、麻酔科（ペインクリニック）、整形外科、リハビリテーション科、循環器内科、呼吸器内科、肝臓・消化器内科、腎臓・人工透析内科、泌尿器科、糖尿病内科

⑤	岡部病院	休診	祝日・年末年始
	明神坂1-2-1	平日 9:00～13:00 14:30～18:00 (受付は8:30～12:30 14:00～17:30) 土曜 9:00～13:00 (受付は8:30～12:30) 日曜 9:00～13:00 (受付は8:30～12:30)	
	☎ 932-0025		

消化器内科、外科、肛門科、眼科（火・木 午前のみ）

⑥	おがわクリニック	休 診	日曜・祝日・年末年始・盆
	四王寺坂1-29-5	月・火・木・金曜 9:00～13:00 14:00～18:00 （受付は9:00～12:30 14:00～17:30） （第3火曜のみ19:30まで受付） 水・土曜 9:00～13:00（受付は9:00～12:30）	
	☎ 933-0758		

循環器科、内科

⑦	加来循環器科内科医院	休 診	日曜・祝日・年末年始・盆
	原田1-1-4	月・火・水・金曜 9:00～12:00 14:00～18:00 木・土曜 9:00～12:00	
	☎ 932-8870		

内科、腎臓内科、人工透析内科、循環器内科、消化器内科、糖尿病・代謝内科、リハビリテーション科、歯科

⑧	粕屋南病院	休 診	日曜・祝日・年末年始・盆
	神武原6-2-7	平日 9:00～12:30 13:30～17:30 土曜 9:00～12:30	
	☎ 933-7171		

一般皮膚科、小児皮膚科

⑨	かよ皮ふ科	休 診	日曜・祝日・年末年始・盆
	宇美1-9-19	月・火・木・金曜 9:00～12:30（最終受付12:00） 14:00～17:00（最終受付16:15） 水・土曜 9:00～12:30 （最終受付:水曜12:00 土曜11:00）	
	☎ 692-7339		

精神科、内科、精神神経科、心療内科

⑩	河野粕屋病院	休 診	日曜・祝日・年末年始・盆
	神武原6-1-1	平日 9:00～12:30 13:30～17:30 土曜 9:00～12:30	
	☎ 932-7300		

内科、小児科

⑪	神武医院	休 診	第2土曜日・第4土曜日・日曜・祝日・年 末年始・盆・GW
	桜原2-22-1	平日 9:00~12:00 15:00~17:00 土曜 9:00~12:00	
	☎ 932-0188		

整形外科、リウマチ科、リハビリテーション科

⑫	ごとう整形外科	休 診	日曜・祝日・年末年始・盆
	宇美1-8-15	月・火・木・金曜 9:00~13:00 14:00~18:00 水・土曜 9:00~13:00 (受付は30分前まで)	
	☎ 410-8581		

内科、胃腸内科

⑬	こやま内科クリニック	休 診	日曜・祝日・年末年始・盆・GW
	光正寺2-6-2	月・火・水・金曜 9:00~12:30 14:00~18:00 木・土曜 9:00~13:00 (受付は15分前まで)	
	☎ 410-0127		

整形外科、リハビリテーション科

⑭	中川整形外科クリニック	休 診	日曜・祝日・年末年始・盆
	宇美6-1-1	月・火・水・金曜 8:30~13:00 15:00~18:00 木・土曜 8:30~13:00 (受付は30分前まで)	
	☎ 933-6588		

内科、呼吸器科、循環器科

⑮	中西内科クリニック	休 診	日曜・祝日・年末年始・盆
	宇美4-1-3 丸和メディカルビル2F	月・火・水・金曜 9:00~12:30 14:00~18:00 木・土曜 9:00~13:00 (受付は30分前まで)	
	☎ 934-0703		

眼科

①⑥	中道眼科クリニック	休 診	日曜・祝日・年末年始・盆
	宇美4-1-3 丸和メディカルビル2F	月・火・水・金曜 9:00～12:30 14:00～17:30 木・土曜 9:00～13:00 (受付は30分前まで)	
	☎ 934-1223		

脳神経外科

①⑦	まえだ脳神経外科	休 診	日曜・祝日・年末年始・盆
	明神坂2-1-28	平日 9:00～13:00(受付は12:30まで) 14:00～18:00(受付は17:30まで) 土曜 9:00～13:00(受付は12:30まで)	
	☎ 957-6657		

内科、糖尿病内科、漢方内科

①⑧	まき内科	休 診	日曜・祝日・年末年始・盆
	明神坂2-1-33	月・火・木・金曜 9:00～13:00(受付は12:30まで) 14:00～18:00(受付は17:30まで) 水・土曜 9:00～13:00(受付は12:30まで)	
	☎ 692-1822		

産婦人科、小児科

①⑨	山崎産婦人科小児科医院	休 診	日曜・祝日・年末年始・盆
	宇美中央1-2-13	【産科】 月・火・水・金曜 9:00～12:30 14:30～18:00 木曜 9:00～12:30 土曜 9:00～13:00 【小児科】 月・火・水・金 9:00～12:30 14:30～16:30 土曜 9:00～13:00	
	☎ 933-8000		

●●●●● 町内歯科診療所 ●●●●●

一般歯科、小児歯科、矯正歯科

A	いずみ歯科小児歯科医院		休診	金曜・年末年始・盆・GW
	宇美5-10-1	月～木曜 9:30～13:00 14:00～19:00		
	☎ 957-9770	土・日・祝日 9:30～13:00 14:00～17:00 (受付は30分前まで)(要予約)		

一般歯科、小児歯科、矯正歯科

B	うえだ歯科クリニック		休診	日曜・祝日・年末年始・盆
	ゆりが丘1-4-6	月・火・水・金曜 9:30～13:00 14:30～19:00		
	☎ 933-6480	木曜 9:30～13:00 土曜 9:30～13:00 14:30～18:00		

一般歯科、小児歯科、矯正歯科、口腔外科

C	うみ歯科医院		休診	第2日曜・祝日・年末年始・盆・GW
	宇美4-1-3	月・火・水・金曜 9:00～13:00 14:00～20:00		
	丸和メディカルビル3F	木曜 9:00～13:00		
	☎ 934-3010	土曜 9:00～13:00 14:00～17:00 日曜 9:00～14:00		

一般歯科、小児歯科、矯正歯科

D	えがわ歯科医院		休診	日曜・祝日・年末年始・盆・GW
	宇美3-7-23	平日 9:00～12:30 14:00～19:00		
	☎ 933-6484	土曜 9:00～12:30		

一般歯科、小児歯科

E	梶原歯科医院		休診	日曜・祝日・年末年始・盆・GW
	桜原2-8-9	平日 9:00～13:00 14:30～19:00		
	☎ 933-5922	土曜 9:00～13:00		

一般歯科

F	こはら歯科医院		休診	日曜・祝日・年末年始・盆
	貴船1-14-20	月・火・水・金曜 9:00～12:00 14:00～18:30		
	☎ 934-0707	木・土曜 9:00～12:00		

一般歯科

G	しげみ歯科医院		休診	日曜・祝日・年末年始・盆
	宇美中央1-12-20	月・火・木・金曜 9:00～13:00 14:30～19:00 水曜 9:00～13:00 土曜 9:00～13:00 14:00～17:00		
	☎ 933-4111			

一般歯科、小児歯科

H	しのざき歯科クリニック		休診	日曜・祝日・年末年始・盆
	宇美6-1-6	平日 9:00～13:00 14:10～18:30 土曜 9:00～13:00 14:10～17:30 (受付は40分前まで)		
	☎ 410-5903			

一般歯科、小児歯科、矯正歯科、口腔外科

I	たかはしけいじ歯科医院		休診	年末年始・盆・GW
	四王寺坂1-29-10	月・火・水・金曜 9:00～13:00 14:30～19:00 木・土・日・祝日 9:00～13:00 14:30～17:00 (最終受付は月・火・水・金は午前12:00、午後18:30まで木・土・日・祝の午後は、16:30まで)		
	☎ 932-5648			

一般歯科、小児歯科、口腔外科

J	たかはし歯科クリニック		休診	年末年始・盆
	宇美5-9-5	月・火・水・金曜 8:00～12:00 13:30～18:30 土曜 8:00～12:00 13:00～15:00 木・日・祝日 8:00～12:00 (受付は30分前まで)		
	☎ 932-0218			

一般歯科

K	ながえ歯科医院		休診	日曜・祝日・年末年始・盆
	ひばりが丘2-3-19	月・火・水・金曜 9:00～12:30 14:00～19:00 木・土曜 9:00～12:30		
	☎ 932-8000			

一般歯科、小児歯科、口腔外科

L	なかよし歯科医院		休診	祝日・年末年始・GW・盆
	光正寺2-6-5	平日 9:00～13:00 15:00～19:00 土・日曜 9:00～12:30 14:00～17:00 (受付は30分前まで)		
	☎ 957-0577			

一般歯科、小児歯科、矯正歯科

M	はたえ歯科医院		休診	日曜・祝日・年末年始・盆
	貴船1-4-18	月・木曜	9:30~12:00 14:00~19:00	
	☎ 933-3850	火・金曜	9:30~12:00 14:00~20:00	
		水曜	9:30~12:00	
		土曜	9:30~12:00 14:00~17:00	

一般歯科、小児歯科、矯正歯科

N	服部歯科医院		休診	日曜・祝日・年末年始・盆
	宇美東2-12-1	平日	9:00~12:30 14:00~18:00	
	☎ 933-3136	土曜	9:00~13:00	
		電話予約有		

一般歯科、小児歯科

O	福井歯科医院		休診	日曜・祝日・年末年始・盆
	宇美4-1-1	平日	9:00~12:00 13:30~19:00	
	☎ 932-0234	土曜	9:00~12:00	

一般歯科、小児歯科、矯正歯科、口腔外科

P	むらやま歯科医院		休診	日曜・祝日・年末年始・盆
	宇美4-8-1	平日	9:30~13:00 14:30~19:00	
	にしてつストア2F	土曜	9:30~13:00	
	☎ 933-3256			

高齢者の予防接種

健康課 健康推進係

宇美5-1-1

☎934-2243

高齢者インフルエンザ予防接種

インフルエンザは、予防接種を受けることにより体内に抗体をつくり、かかった際の重篤化を予防することができます。予防接種の2週間後から約5ヶ月程度、効果があるとされています。

本人が希望する場合のみ受けられます。効果と副反応について理解したうえで接種をしましょう。（個人通知はしていません。）

対 象 者 ① 65歳以上の方

② 60～64歳の方で、身体障害者手帳1級程度の心臓・腎臓・呼吸器の機能障害、ヒト免疫不全ウイルスによる免疫機能障害をお持ちの方

個人負担金 1,600円 （生活保護世帯の方は個人負担なし。）

期 間 10月～1月の期間内の1回（広報うみをご覧ください）

医療機関 広報うみをご覧ください。か、健康課にお問い合わせください。

必要なもの 健康保険証などの現住所と年齢が確認できるもの
診療依頼書などの生活保護を証明できるもの（生活保護世帯の方）
身体障害者手帳（②に該当する方）

高齢者23価肺炎球菌ワクチン予防接種

このワクチンは、肺炎球菌による肺炎などの感染症を予防し、また、重症化を防ぎます。抗体を維持するため、5年に1度の接種が推奨されています。

なお、接種は義務ではなく、本人が希望する場合のみ受けられます。予防接種の効果と副反応について理解したうえで接種をしましょう。

対 象 者 ① 満65歳の方

② 60～64歳の方で、身体障害者手帳1級程度の心臓・腎臓・呼吸器の機能障害、ヒト免疫不全ウイルスによる免疫機能障害をお持ちの方

※①②に該当し、過去に1度も接種を受けたことがない人が助成の対象。また、2回目以降の接種は全額自己負担となります。

個人負担金 4,000円 （生活保護世帯の方は個人負担なし。）

医療機関 広報うみをご覧ください。か、健康課にお問い合わせください。

必要なもの 健康保険証などの現住所と年齢が確認できるもの
診療依頼書などの生活保護を証明できるもの（生活保護世帯の方）
身体障害者手帳（②に該当する方）

高齢者新型コロナワクチン接種

新型コロナワクチン接種が、定期予防接種として開始されます。以前のような接種券の発行はなく、医療機関に備え付けの予診票を記入して接種します。接種することにより体内に抗体をつくり、かかった際の重篤化を予防することができます。本人が希望する場合のみ受けられます。効果と副反応について理解したうえで接種をしましょう。（個人通知はしていません。）

対 象 者 ① 65歳以上の方

② 60～64歳の方で、身体障害者手帳1級程度の心臓・腎臓・呼吸器の機能障害、ヒト免疫不全ウイルスによる免疫機能障害をお持ちの方

個人負担金 3, 200円 （生活保護世帯の方は個人負担なし。）

期 間 10月(予定)～3月の期間内の1回

※ワクチンの承認が9月下旬予定のため、接種開始日は未定です。決まり次第、広報などでお知らせします。

医 療 機 関 広報うみをご覧いただくか、健康課にお問い合わせください。

必要なもの 健康保険証などの現住所と年齢が確認できるもの
診療依頼書などの生活保護を証明できるもの（生活保護世帯の方）
身体障害者手帳（②に該当する方）

(特定)健康診査、 がん検診など

健康課 健康推進係
宇美5-1-1
☎934-2243

特定健康診査

生活習慣病の発症や重症化を予防することを目的とした健診です。宇美町では、集団健診と個別健診があります。

宇美町国民健康保険加入者には、毎年、対象者の方に案内通知を発送いたします。集団健診のお申込みは、WEB、健診コールセンター（☎0120-800-462）でお申し込みください。

個別健診については、健康課にお問い合わせください。

年齢	加入している健康保険など	検査内容
40歳～ 74歳 (R7.3.31 現在)	・宇美町国民健康保険 ・協会けんぽの被扶養者 ・生活保護世帯の方	問診、身体測定（身長・体重・腹囲）、血圧測定、血液検査（肝機能、脂質、血糖など）、心電図、尿検査、1日塩分摂取量、医師診察

※個人負担金500円。生活保護世帯の方は個人負担なし。

国民健康保険加入者かつ集団健診受診者の方で、特定健診とがん検診の両方を同日に受診すると、特定健診の個人負担が0円です。

健康診査

生活習慣病の発症や重症化の予防等を目的として、後期高齢者医療制度の被保険者の方を対象に、後期高齢者健康診査を行います。

福岡県後期高齢者医療広域連合（☎651-3111）から受診票、健康診査のお知らせが送付されますので、希望する医療機関等、または、町内公共施設で実施される集団健診（後期高齢者健康診査）にて受診してください。

医療機関受診中の方も、かかりつけの先生とご相談の上、受診いただくことが可能です。

集団健診（後期高齢者健康診査）については、健診コールセンター（☎0120-800-462）にお問い合わせください。

<集団健診>

年齢	加入している健康保険など	検査内容
75歳以上 (健診当日年齢)	・福岡県後期高齢者医療保険の被保険者の方 ・生活保護世帯の方	問診、身体測定（身長・体重・腹囲）、血圧測定、血液検査（肝機能、脂質、血糖など）、心電図、尿検査、1日塩分摂取量、医師診察

※個人負担金500円。生活保護世帯の方は個人負担なし。

がん検診など

※特定健康診査・健康診査と一緒に申し込みください。

申込方法等不明な場合は健康課にお問い合わせください。

(1) 集団検診

健（検）診項目		対象年齢	検査内容など	個人負担金
肝炎ウイルス検査		40歳～74歳	※特定健康診査を受けられる方のみ ※肝炎治療中の方、過去に肝炎ウイルス検査を受けた方は対象外	なし
がん検診	胃がん	40歳以上	問診、胃エックス検査	1,500円
	大腸がん		問診、便潜血検査（事前に検査容器を送ります。）	300円
	肺がん		問診、胸部エックス線検査、結核健診 ※喀痰検査は、肺がん検診の問診で必要と判断された方のみ	400円
	喀痰検査			500円
	乳がん		問診、マンモグラフィ ※年度中に偶数の年齢となる方	40～49歳 1,300円
	子宮頸がん			50歳以上 600円
骨粗しょう症検診		20歳以上	問診、視診、内診、細胞診 ※年度中に偶数の年齢となる方	700円
		その年度中に、40歳、45歳、50歳、55歳、60歳、65歳、70歳となる方	問診、骨超音波検査	400円

(2) 個別検診

健（検）診項目		対象年齢	検査内容など	個人負担金
胃がん		50歳以上で年度中に偶数の年齢となる方	問診、胃内視鏡検査 ※胃がん検診は胃エックス線検査、胃内視鏡検査、どちらか一つしか受けられません。	3,000円
子宮頸がん		20歳以上で年度中に偶数の年齢となる女性	問診、視診、内診、細胞診 ※集団検診の子宮頸がん検診を受けた方は受けられません。 【医療機関】 ☎933-8000 山崎産婦人科小児科医院	1,700円
大腸がん		40歳以上	問診、便潜血検査 ※集団検診の大腸がん検診を受けた方は受けられません。 ※指定医療機関は町のホームページか健康課へご確認ください。	400円

※生活保護世帯の方は個人負担なし。

国民健康保険

住民課 国保係

☎ 9 3 2 - 1 1 1 1 (役場代表)

国民健康保険は、病気やケガをしたときに安心して医療機関へかけられるように、加入者がお金を出し合ってお互いに助け合っていく制度です。

国民健康保険の加入・喪失などの手続きは、住民課の窓口で行うことができます。

自己負担割合

小学校入学前		医療費の2割
小学校入学後 70歳未満		医療費の3割
70歳以上	一般・区分Ⅰ,Ⅱ	医療費の2割
75歳未満	現役並みⅠ,Ⅱ,Ⅲ	医療費の3割

保険税の納め方

・普通徴収

毎年4月から翌年3月までの1年分を、6月から翌年3月までの、10回払いで納めていただきます。6月中旬に、その年度の国民健康保険税の納税通知書をお送りします。支払方法には、納付書、口座振替があります。

・特別徴収

4月、6月、8月、10月、12月、2月の年金定期支払時の年6回払いで、年金から直接納めていただきます。

世帯内の国民健康保険加入者全員が65歳以上75歳未満で世帯主(擬制世帯主を除く。)が、年額18万円以上の年金を受給している方が対象です。

ただし、年度途中で75歳になる世帯主、また、介護保険料と国保税の合算額が年金額の2分の1を超える場合は対象となりません。

保険税の減免

災害や失業などで保険税の納付が困難なときは、申請により保険税の減免が認められることがあります。詳しくは住民課にご相談ください。

療養費

次のような時は、医療費をいったん全額負担することになりますが、後日申請し認められた場合、保険給付分として計算された額が払い戻しになります。

- ・ 急病などやむを得ない理由で医療機関に保険証等を提示できなかった時
- ・ コルセットなど治療用装具を購入した時
- ・ 医師が治療上必要と認めたはりきゅう・マッサージを受けた時
- ・ 海外渡航中に国外で治療を受けた場合

高額療養費

1ヶ月に支払った医療費の自己負担額が一定額を超えた時は、申請により超えた分が高額療養費として支給されます。

宇美町では、高額療養費に該当した場合、診療月の約3か月後にお知らせしています。通知が届いた場合、お手続きをしてください。

医療機関窓口に「限度額適用認定証」を提示することにより、窓口で支払う金額が世帯毎の自己負担限度額までになります。「限度額認定証」の交付を受けるためには、事前に申請が必要です。

なお、マイナ保険証を利用すれば、事前の手続きなく、高額療養費制度における限度額を超える支払が免除されます。限度額認定証の事前申請は不要となりますので、マイナ保険証をぜひご利用ください。

葬祭費

国保加入者が亡くなったとき、申請により、葬儀をおこなった方に葬祭費（3万円）が支給されます。

特定健康診査

生活習慣病の発症や重症化を予防することを目的とした健診です。宇美町では、集団健診と個別健診があります。

宇美町国民健康保険加入者には、毎年、対象者の方に案内通知を発送いたします。集団健診のお申込みは、WEB、健診コールセンター（☎0120-800-462）でお申し込みください。

個別健診については、健康課にお問い合わせください。

交通事故にあったとき（第三者行為）

交通事故など、第三者（加害者）の行為によってケガをした場合の医療費は、被害者に過失がない限り加害者が負担するのが原則ですが、保険証を窓口で提示して治療を受けることもできます。この場合、加害者が支払うべき治療費を一時的に宇美町が立て替えていることになります。後で加害者に請求しますので、必ず住民課に被害の状況などを届け出てください。

なお、宇美町へ届け出る前に示談が成立していたり、加害者から治療費を受け取っていたりすると、国民健康保険を使って治療を受けることができません。

後期高齢者医療制度

住民課 医療年金係

☎ 9 3 2 - 1 1 1 1 （役場代表）

後期高齢者医療制度は、75歳以上の方と、65歳以上75歳未満の一定の障がいのある方を対象とした医療制度です。

自己負担割合

所得負担区分	自己負担割合
一般Ⅰ・区分Ⅰ,Ⅱ	医療費の1割
一般Ⅱ	医療費の2割
現役並みⅠ,Ⅱ,Ⅲ	医療費の3割

保険料の納め方

加入後は、普通徴収（納付書または口座振替での納付）になりますが、一定期間経過後は原則として特別徴収（年金天引き）になります。

また年金天引きの対象となる方も、口座振替へ変更することができます。手続きの方法などは、住民課医療年金係にお問い合わせください。

保険料の減免

災害や失業などで保険料の納付が困難なときは、申請により保険料の減免が認められることがあります。詳しくは住民課医療年金係にご相談ください。

療養費

次のような時は、医療費をいったん全額負担することになりますが、後日申請し認められた場合、保険給付分として計算された額が払い戻しになります。

- ・ 事故や急病などでやむを得ず被保険者証等を持たずに診療を受けた場合
- ・ 医師が治療上必要と認めたコルセットなどの補装具を義肢装具士に依頼して作った場合
- ・ 医師が治療上必要と認めたはりきゅう・マッサージを受けた場合
- ・ 海外渡航中に急病で診療を受けた場合（治療・入院を目的としたあらかじめ決まっている渡航は対象外）

高額療養費

同じ月内に医療機関窓口で支払った医療費の合計額について、自己負担限度額を超えた額を支給します。

新たに対象となる方には、振込先口座の申請案内をお送りします。一度申請すると、次回から登録された口座に自動で振り込みます。

医療機関窓口に「限度額適用認定証」を提示することにより、窓口で支払う金額が世帯毎の自己負担限度額までになります。「限度額認定証」の交付を受けるためには、事前に申請が必要です。

なお、マイナ保険証を利用すれば、事前の手続きなく、高額療養費制度における限度額を超える支払が免除されます。限度額認定証の事前申請は不要となりますので、マイナ保険証をぜひご利用ください。

葬祭費

被保険者が亡くなったとき、申請により、葬祭をおこなった方に3万円が支払われます。

※葬祭を行った日の翌日から2年以内に申請して下さい。

健康診査の実施

生活習慣病の発症や重症化の予防等を目的として、後期高齢者医療制度の被保険者の方を対象に、後期高齢者健康診査を行います。

福岡県後期高齢者医療広域連合（☎651-3111）から受診票、健康診査のお知らせが送付されますので、希望する医療機関等、または、町内公共施設で実施される集団健診（後期高齢者健康診査）にて受診してください。

医療機関受診中の方も、かかりつけの先生とご相談の上、受診いただくことが可能です。集団健診（後期高齢者健康診査）については、健康課にお問い合わせください。

高額介護合算療養費

後期高齢者医療と介護保険それぞれの限度額を適用後、同一世帯内で年間の自己負担額を合算して一定額を超えた時は、申請によりその超えた分が高額介護合算療養費として支給されます。

自己負担額は毎年8月から翌年7月までの期間で計算します。該当する方には、案内の通知をお送りします。

同じ世帯内に後期高齢者医療と介護保険の利用者がいる場合、世帯内の被保険者が1年間（毎年8月から翌年7月診療分）に支払った医療保険と介護保険の自己負担額を合計し、限度額を超えた部分を高額介護合算療養費として支給されます。

※支給が見込まれる方には、申請案内をお送りします。

認知症の発症、進行には、生活習慣（食生活・運動習慣・趣味等）が大きく影響します。早期発見、早期対応により、進行を遅らせることができる場合もあります。

そして、認知症になっても本人の意思が尊重され、できるかぎり住み慣れた地域で自分らしく暮らし続けるためには、全ての人が認知症に対する知識や理解を深め、本人やその家族を地域全体で支えていくことが必要です。

認知症とは

認知症とは、いろいろな原因で脳の細胞が壊れてしまったり、働きが悪くなったために、生活する上で支障が出ている状態をいいます。

認知症になると、記憶力や判断力が衰えます。それにより周囲にうまく適応できなくなったり、心身が衰えたり、不安になることなどによって、妄想や幻覚、攻撃的な言動、徘徊などの症状が出る場合があります。

認知症は原因によって、アルツハイマー型、レビー小体型、脳血管性などいくつか種類があります。それぞれに症状や傾向に違いがあります。

認知症は完治は難しいとされていますが、早期に適切な対処をすることで、症状の進行を遅らせることができる場合があります。

「いつもと違う」と感じたときには、かかりつけ医や宇美町地域包括支援センター（☎ 9 3 4 - 2 2 4 9）、福岡県認知症医療センター（☎ 9 3 5 - 0 0 6 6）に相談するか、もの忘れ外来を受診してみてください。

認知症と老化によるもの忘れとの違い

老化	もの忘れの自覚がある	食事のメニューなど体験の一部を忘れる	判断力の低下はない	ヒントがあれば思い出せる
認知症	もの忘れの自覚がない	食事をしたことなどの体験自体を忘れる	判断力が低下する	ヒントがあっても思い出せない

認知症の方に対する対応

認知症の方には、意思も経験も自尊心もあります。接するときには、ゆっくりと、優しく、自尊心を傷つけないよう気遣いましょう。

残った能力をうまく活用し、社会や家庭の中で何か役割が果たせるように支援し、穏やかに過ごすことができるように手助けしていきましょう。

また、介護者へのサポートも重要です。介護疲れで追い詰められてしまわないように、家族や地域で支え合いましょう。

認知症ケアパス

家族が認知症になっても、いつ、どこで、どのようなサービスを受ければいいのか、その時の状況に合わせてあらかじめ示したもので、本人と家族が自宅で安心して暮らしていくためのヒントを書いた冊子です。

宇美町社会福祉協議会や健康課の窓口で、無料配布しています。

●福岡県認知症医療センター

機関名・電話番号	日 時	住 所
医療法人社団 緑風会 水戸病院	月～金曜日 9:00～17:00 土曜日 9:00～12:00 (祝日・年末年始を除く)	志免町 志免東4-1-1 ※予約制です。 まずはお電話を
935-0066		

●近隣のもの忘れ外来

機関名・電話番号	日 時	住 所
医療法人社団 緑風会 水戸メンタルクリニック	月曜日～土曜日 9:00～12:00、13:30～16:30 (祝日・年末年始を除く) (初診は要予約)	志免町 田富4-5-1
957-8600		
医療法人社団 正信会 水戸病院	火曜日 9:00～12:00 (祝日・年末年始を除く) (要予約 予約受付時間平日14:00～17:00)	須恵町 大字旅石115-483
935-3755		
医療法人 森高クリニック	月・火・水・木・金曜日 8:40～12:30、14:00～18:00 土曜日 8:40～12:30 (祝日・年末年始を除く)	志免町 志免1-3-41
937-2214		
医療法人 同仁会 乙金病院	月曜日～金曜日 9:00～12:30、13:30～16:30 土曜日 9:00～12:00 (祝日・年末年始を除く)(要予約)	大野城市 乙金東 4-12-1
503-7070		

●認知症に関する相談窓口

機関名・電話番号	日 時	相 談 内 容
宇美町 地域包括支援センター 934-2249 (宇美町役場1階)	月曜日～金曜日 8:30～17:15 (祝日・年末年始を除く)	高齢者の、介護や日常生活の様々な相談を受け付け、関係機関へ繋ぐ。
認知症の人と家族の会 0120-294-456	月曜日～金曜日 10:00～15:00 (祝日・盆・年末年始を除く)	研修を受けた介護経験者が全国どこからの相談にも応じている。
認知症の人と家族の会 福岡県支部 771-8595	火・金曜日 10:30～15:30 (第3火曜日を除く)	認知症の方の介護の悩みを持つ方の相談に、介護経験者が電話と面接により対応。
福岡県 認知症介護相談 (認知症の人と家族の会) 574-0190 (クローバープラザ)	水・土曜日 11:00～16:00 (クローバープラザの休館日を除く)	認知症の方やその家族などが抱える介護などの悩みに関する相談に、認知症介護経験者が対応。

認知症サポーター養成講座

健康課 介護・高齢者支援係

☎ 934-2243

社会福祉協議会

☎ 931-1008

認知症は、脳の病気（脳細胞が壊れたり働きが悪くなったりする病気）であり、結果として、もの忘れがひどくなったり、時間や場所がわからなくなったりするなど、社会生活が難しくなります。

特別な病気ではなく、誰もがなる可能性があります。

認知症サポーターとは、何かを特別にするというものではありません。認知症を正しく理解し、認知症の方やその家族を温かく見守る応援者です。

例えば、友人や家族にその知識を伝える、隣人あるいは商店・交通機関等、まちで働く人として手助けするなど活動内容は人それぞれです。自分のできる範囲で活動できればいいのです。

宇美町では、このサポーターを養成する講座の講師を無料で派遣しています。

なお、認知症サポーターには、認知症サポーターカードを配付し、連携ができるような町を目指しています。

内 容

- ・ 認知症とは？
- ・ 認知症を理解するには？
- ・ 認知症の方への対応の仕方は？
- ・ 私たちが地域でできることは？

※この講座は認知症の介護の方法を学ぶものではなく、認知症について正しく理解していただくための講座です。

対 象 者

宇美町内に在住・在勤・在学する団体・グループ

実 施 日 時

平日の9時から21時の間。1時間程度。

費 用

無料
(会場の使用料は申込者の負担になります。)

申 込 方 法

申込書を健康課に提出してください。
(会場の確保は申込者で行ってください。)

くすもりカフェ(認知症カフェ)

健康課 介護・高齢者支援係

☎ 934-2243

社会福祉協議会

☎ 931-1008

認知症や介護のことについて、気軽に参加しておしゃべりできる場です。

日 時

毎月第1水曜日 10:00～12:00

場 所

老人福祉センターくすの杜

料 金

無料

福岡都市圏 認知症高齢者捜してメール

健康課 介護・高齢者支援係
☎ 9 3 4 - 2 2 4 3

「捜してメール」は、事前に登録された高齢者が行方不明になった時に、徘徊高齢者の早期発見・早期保護を目的として、発見に協力していただける協力サポーターや協力事業者にもメールを一斉配信するものです。

対 象 者 認知症により行方不明になるおそれがある方

申 込 方 法 本人またはご家族が、健康課に申請してください。
申請時に必要なものは、対象者の写真（正面無帽45mm×35mm程度）です。

利 用 の 流 れ

- ① 登録者が行方不明になったら、警察署に行方不明者届を提出。
- ② 「徘徊相談ダイヤル」へ連絡し、メールを配信してもらう。
- ③ 警察署から発見の連絡が入ったら、再度「徘徊相談ダイヤル」へ連絡し、協力お礼メールを配信してもらう。

登 録 料 無料

協力サポーター、協力事業者の登録

事前に登録された方が行方不明となった場合、メールを配信します。ご自身の活動の中で、情報に当てはまる方を意識していただき、発見された場合は、メール内に記載された警察署にご連絡ください。

できるだけ多くの方に、可能な範囲で捜索にご協力いただくことで、早く発見し、保護することが可能となります。ご協力いただける方は登録をお願いします。

配信日時 3 6 5 日 8 : 0 0 ~ 2 0 : 0 0

登録方法 登録用アドレスに空メールを送信すると、数分以内に登録のためのメールが届きますので、登録フォームに入力してください。

登録用アドレス support@req.jp

※登録は無料ですが、メールの送受信などの費用は利用者負担です。

※受信したメールの転送・転載などは行わないでください。

※迷惑メール対策をしている方は、sagashite@city.fukuoka.lg.jpからのメールが受信可能な設定にしてください。

介護保険制度

健康課 介護・高齢者支援係

☎ 9 3 4 - 2 2 4 3

介護保険制度は、介護を地域や社会全体で支える仕組みです。介護が必要になったとき、在宅や施設のサービスを受けることができます。

宇美町では、効率的な運用を図るため、福岡県内の市町村で構成する「福岡県介護保険広域連合」に加入しています。

被保険者

- ・ 65歳以上の方
- ・ 40歳～65歳未満の方で、老化に伴う病気（特定疾病）により介護や支援が必要になった方

被保険者証

65歳になる方には、誕生日の前月中に、被保険者証を郵送いたします。
※有効期限はありません。介護の認定を受けると有効期限が発生します。

自己負担割合

一般	介護サービスの費用の1割
現役並み所得者	介護サービスの費用の2割または3割

※毎年8月に同一世帯の被保険者の所得と合計収入により判定。

保険料

保険料は、4月1日現在の世帯課税状況と、本人の収入・所得・課税状況により算定され、8月に決定します。

保険料の納め方

- ・ 65歳以上の方
原則として年金天引き（特別徴収）になりますが、年金の額などによっては、納付書や口座振替で納めていただきます。
※65歳になってから、年金天引き開始までには、半年～1年ほどかかります。
- ・ 40歳～65歳未満の方
医療保険に加算されて納めていただきます。

保険料の減免

災害や失業などで保険料を納めることが困難なときは、申請により保険料の減免や納付猶予が受けられることがあります。詳しくは健康課にご相談ください。

要介護認定申請

介護サービスを利用するには、介護が必要な状態であると認定を受ける必要があります。

要介護認定の申請は、健康課の窓口で受け付けます。

申請の前に家族や主治医とよく相談してください。

①申請

健康課の窓口で要介護認定の申請を行います。

※申請に必要なものは、介護保険被保険者証、医療保険証と主治医の氏名です。

※申請は代理人でもできますが、委任状が必要な場合があります。

②主治医の意見書

主治医に、心身の状況についての意見書を作成してもらいます。

③訪問調査

介護保険広域連合粕屋支部の認定調査員が家庭などを訪問し、心身の状態などについて調査を行います。

④介護認定審査会

訪問調査の内容や主治医意見書をもとに、一次判定を行い、介護認定審査会で、介護の必要性や程度について判定します。

⑤要介護・要支援の認定

介護認定審査会の判定にもとづいて、「非該当」・「要支援1～2」・「要介護1～5」の区分に分けて認定し、その結果を通知します。

⑥介護サービス計画作成

認定結果をもとに、介護支援専門員（ケアマネジャー）と契約を結び、心身の状況に応じた各種サービスを組み合わせた計画（ケアプラン）を作成します。

⑦介護サービス開始

介護サービス計画（ケアプラン）にもとづいて、在宅や施設で介護サービスの利用が始まります。

【住み慣れた地域で元気に暮らし続けるために】

体を動かすことが減ると、筋力などが衰え、かえって良くないことも。

日頃から自分でできることはできる限り自分で行うことが、本人や家族のためになります。

高額介護サービス費

同一月内に支払った介護サービス費用の自己負担額が高額になったときは、自己負担限度額を超えた分が申請により払い戻されます。

新たに対象となる方には、案内の通知をお送りします。

一度申請すれば、その後は限度額を超えた分があった場合は、登録された口座に振り込まれます。

高額介護合算療養費

医療保険と介護保険それぞれの限度額を適用後、同一世帯内で年間の自己負担額を合算して一定額を超えた時は、申請によりその超えた分が高額介護合算療養費として支給されます。

自己負担額は毎年8月から翌年7月までの期間で計算します。該当する方には、案内の通知をお送りします。

負担限度額認定

所得の低い方の介護保険施設利用が困難とならないように、申請により居住費・食費が所得額などに応じた限度額までの負担となり、超えた分は介護保険から給付されます。

・対象となるサービス

介護老人福祉施設・介護老人保健施設・介護療養型医療施設・介護医療院・短期入所生活介護（ショートステイ）

介護保険の組織

区分	場所・電話番号	業務内容
福岡県介護保険 広域連合 本部	福岡市博多区 6 4 3 - 7 0 5 5	・ 介護保険料の決定 ・ 被保険者証の発行 ・ 介護サービスの確保・整備など 介護保険事業全般の業務
福岡県介護保険 広域連合 粕屋支部	久山町 6 5 2 - 3 1 1 1	・ 認定の訪問調査・認定審査会 ・ 保険給付の管理など 認定・給付に係わる業務
宇美町地域包括 支援センター	宇美町役場内 9 3 4 - 2 2 4 9	・ 高齢者の総合的な相談・支援 ・ 要支援の方のケアマネジメント ・ 権利擁護や虐待防止 ・ ケアマネージャーの支援 など

介護予防教室

健康課 介護・高齢者支援係

☎934-2243

社会福祉協議会

☎931-1008

介護予防に効果的な生活習慣を身につけ、自分らしい自立した生活が維持・実現できるよう、小学校区ごとに地域での介護予防教室を開催しています。週替わりで、運動や脳トレ、健康相談などを専門の講師が行います。

また、自分の体の状態を知るために、健康診査などではできない検査も、教室の中で受診することができます。

対 象 者 宇美町在住で、歩行などに介助が不要な65歳以上の方

申 込 方 法 社会福祉協議会または健康課の窓口・お電話でお申込みください

参 加 費 用 無料（資料代などは実費）

小学校区	教 室 名	会 場	日 時
原田小学校区	チャレンジ・はるだ	南町民センター	第1～第4 木曜日 10時～
桜原小学校区	さくら元気クラブ	し～ず・うみ	第1～第4 水曜日 10時30分～
宇美東小学校区	わくわくクラブ	障子岳公民館	第1～第4 月曜日 10時～
宇美小学校区	元気・宇美つくす	うみハピネス	第1～第4 金曜日 10時30分～
井野小学校区	フレッシュ井野	井野小学校区 コミュニティセンター	第1～第4 金曜日 10時～

※実施日は変更することがありますのでお問い合わせください。

福祉サポーター養成講座

健康課 介護・高齢者支援係

☎934-2243

社会福祉協議会

☎931-1008

各小学校区単位で実施している介護予防教室等の運営を支援する「福祉サポーター」（有償ボランティア）を養成する講座です。1回1～2時間、全3回予定です。

対 象 者 宇美町在住の20歳以上の方で、すべての回を受講でき、受講後に福祉サポーターとして、お住まいの小学校区での介護予防教室などに協力できる方

参 加 費 用 無料

申 込 方 法 社会福祉協議会または健康課にご連絡してください。

うみトレデリバリー事業

健康課 介護・高齢者支援係

☎934-2243

宇美東3-8-1（まなびや・うみ内）

NPO法人 ふみの里スポーツクラブ

☎080-7004-1439

加齢に伴い心身機能が低下しても介護が必要な状態にならないために、地域の高齢者の通いの場である「ふれあいいきいきサロン」、または自治会等で活動している高齢者の団体に講師(健康運動指導士)を派遣します。誰もが簡単に安全に継続して行うことができる宇美町トレーニング「うみトレ」を指導します。

対 象 者 町内在住の高齢者(主に65歳以上)で構成されたグループ、団体

会 場 自治会公民館

参 加 費 用 無料

申 込 方 法 ①まずは、事務局までお電話でお申し込みください。
※事前に、会場となる自治会公民館の利用調整をお願いします。
②日程調整後、申込用紙を郵送、メール、または直接ご提出ください。※派遣上限回数は1団体10回まで。

家族のつどい(介護者交流会)

健康課 介護・高齢者支援係

☎934-2243

社会福祉協議会

☎931-1008

介護をされている方や同じような立場の人が集い、不安や悩みを共有し、心とからだをリフレッシュする場です。

対 象 者 ご家族を介護されている方等

参 加 費 用 その時々による

宇美町こども教育総合支援センター うみハピネス トレーニングルーム

貴船2-28-1
(うみハピネス2階)

問い合わせ先は
☎934-2243 (健康課)
☎080-9714-0198
(トレーニングルーム)

体重が増えた、お腹周りが気になる、肩こり・腰痛・膝痛が辛い…などありませんか？「健康運動指導士」があなたに合った運動を指導します。

筋力トレーニング機器、ウォーキング・ランニングマシン、自転車エルゴメーターなどを揃えています。更衣室には、ロッカーとシャワールームがあり、こちらも使用料金内で利用できます。

指導員による機器の使い方説明や、運動のアドバイスを行います。どうぞお気軽にお越しください。

利用できる方 15歳以上の方（ただし中学生は保護者の同伴が必要）

利用方法 トレーニングルームの受付窓口で利用許可申請書に記入してください。利用許可証を交付します。2回目以降は入館時に利用許可証を提示してください。

使用料

- ・町内者（町内への通勤通学者等含む）
1回350円（2時間）
回数券（12回分）3,500円
- ・ラストタイム券（閉館前1時間以内）
1回100円
- ・町外者
1回500円（2時間）
回数券（12回分）5,000円

必要なもの 運動しやすい服装、室内シューズ、タオル、飲み物

開館日時

火曜日～土曜日	10:00～21:00
日曜日	10:00～17:00

休館日 月曜日、祝日、
盆（8/13～8/16）、年末年始（12/28～1/4）

ミニレッスン

自由に参加できる、30分のレッスンです。予約は必要ありません。
リズム運動、ステップ、ストレッチ&ヨガなどがあります。

時間 火曜日～土曜日 ①11:00～②13:00～③15:30～
料金 レッスン参加費はトレーニングルームの使用料に含まれています。

いきいきコース

(65歳以上の町民を対象にした運動機能の維持・向上を目的とした取り組みです)

健診を受診した65歳以上の方が利用できる、小集団向けの運動です。
健診受診時に記入いただく基本チェックリストの結果で、運動機能低下が認められるが運動により改善及び向上が見込まれる方が対象となります。
レッスンは約30分で、予約が必要です。

時間 予約時に設定

料金 コース参加費は無料です。コース参加終了後トレーニングルームを使用される場合は、使用料として100円が必要となります。

回数 10回(1コース)

NPO法人

ふみの里スポーツクラブ

ふみの里スポーツクラブ事務局
宇美東3-8-1(まなびや・うみ内)
☎080-7004-1439

「ふみの里スポーツクラブ」は、いろんな世代の方が交流し合い、生涯を通してスポーツが楽しめる、地域に根差した総合型地域スポーツクラブです。月会費または回数券にて、ヨガやエアロビクスなどの教室に参加できます。単発のイベントもありますので、広報うみをご覧ください。

対 象 者 宇美町在住、在勤の方

申 込 方 法 ふみの里スポーツクラブ事務局窓口で、入会費などを添えて申し込みを行ってください。会員証を発行し、月次プログラムをお渡しします。

会 費

会員区分	入会金	年会費 (スポーツ保険料込)	月会費
シルバー(65歳以上)	1,000円	3,000円	3,000円
一般(高校生以上)	1,000円	3,000円	3,000円

※他に、ジュニア、ファミリーの区分があります。

窓 口

火曜日・水曜日・金曜日 9:30～12:30
火曜日～木曜日 19:00～21:00
※月曜日、木曜日の午前、金曜日の午後、
土曜日は窓口がお休みです。

宇美町シニアクラブ連合

宇美2-1-11
(老人福祉センター内)
☎933-1111

宇美町シニアクラブ連合会では、高齢者の健康寿命の延伸と、孤立をなくし生活を豊かにするための様々な活動を行っています。

自治会単位でシニアクラブを結成し、多くの会員が活動を行っています。また、シニアクラブがない自治会の方などは、1名からでも、校区単位で連合会直轄の個人会員の受け入れをいたします。

自分のために、身近な人・地域のために、一緒に活動しませんか？

対 象 者 宇美町在住の60歳以上の方

会 費 ○シニアクラブ会員 ・年間 480円 ・半年 240円
○個人会員 ・年間 1,000円

入 会 受 付 随時

申 込 方 法 老人福祉センターにお電話ください。
シニアクラブ連合会から折り返しお電話いたします。

主な活動

仲間づくり・健康づくり・介護予防・趣味、文化・スポーツ・環境美化
・子どもの見守り・高齢者の声を届ける（提言・提案）友愛の各活動

主な行事

・グラウンドゴルフ大会（年2回） ・新春三社参り
・演芸大会 ・懇親旅行 ・各種研修会 ほか

福岡県生涯現役チャレンジセンター

福岡市博多区博多駅東1-
1-33（はかた近代ビル5階）
☎432-2577

福岡県では、年齢にかかわらず活躍し続けることができる「70歳現役社会」を目指します。定年退職された方など、おおむね60歳以上の方のご利用をお待ちしています。

「能力や経験を生かしてまた働きたい」、「NPOやボランティア活動に参加したい」という方に専門相談員が相談を行い、提案、支援を行います。

開 館 日 時 月曜日～金曜日 9:30～18:00

休 館 日 土曜日、日曜日、祝日、年末年始

**公益財団法人
宇美町コミュニティー・センター**

ゆりが丘1-2-1
(総合スポーツ公園管理事務所内)
☎933-2300

公益財団法人宇美町コミュニティー・センターは、

1. 宇美町総合スポーツ公園を拠点とした各種スポーツイベントによる町民の健康増進
2. 文化事業による町民の感性の向上
3. 高齢者の生きがいづくり及び環境美化

を目的とした緑地・公園などの整備促進を図ることを目的として、平成10年4月に設立されました。

開 業 日 時 月曜日～金曜日 8:30～17:00

休 業 日 土曜日、日曜日、祝日
盆(8/13～8/16)、年末年始(12/29～1/4)

緑地美化活動

宇美町から受託事業として高齢者の健康増進、社会参加、生きがいづくりのため緑地・緑道及び公園等の除草、清掃業務等を行っています。

R6.3月現在、111名の方が登録されています。

対 象 者 宇美町在住の、60～75歳(誕生月)までの男女
(登録は72歳まで)

賃 金 時給941円 (労災保険あり)

作業時間 9時～16時の6時間(休憩時間1時間あり)
月に8～10日間(水・土・日曜日、祝日は休み)

準備するもの 作業着(長袖・長ズボン・手袋)・帽子・水筒・弁当

宇美町ボランティア・町民活動 支援センター ふみらぼ

平和1-14-1
(し〜ず・うみ1階)
☎933-1110

ボランティアとは、自分の意思で、利益を求めず、みんなのために何かしようとする活動のことをいいます。

ふみらぼでは、ボランティアをしたい方やボランティア活動をしている方の相談に乗り、活動を支援しています。

また、ボランティア団体の活動が体験できるボランティア体験プログラムや、ボランティアに関連した講座も行っています。

開館日時 火曜日～土曜日
9:30～17:00

休館日 日曜日、月曜日（月の第2日曜日の翌日を除く）
月の第2・4土曜日、祝日
盆（8/13～8/16）、年末年始（12/29～1/3）

収集ボランティア

分別や整理をして、支援団体に送ります。
お金や品物と交換され、福祉や教育に役立てられます。
収集する活動は小さな手間ですが、たくさん集まると貴重な財源になり、
また、環境にやさしいリサイクル活動にもなります。

・ プルタブ ・ 飲料用ペットボトルキャップ

みるみるウォーク

地域コミュニティ課
☎933-5500

朝夕の散歩のときなど、白い帽子を着用し、子どもたちの登下校時などに声かけをするなど、子どもたちを温かく見守っていただくものです。

地域コミュニティ課で随時申し込みを受け付けています。

宇美町学習支援者派遣事業 「まなびサポートうみ」

社会教育課
平和 1-1-1
☎ 933-2600

様々な知識や技能を持った方々を「学習支援者」として登録し、学校や地域の団体などの学習要請に応じ「学習支援者」を派遣するシステムです。

利用できる方 宇美町在住・在勤及び在学する、参加人数が5名以上の団体

会場 派遣先は宇美町内に限ります。会場の確保・準備は、申し込み団体で行ってください。

費用 申し込み団体での講師料負担はありません。
指導に必要な材料費は、申し込み団体で負担してください。

申込方法 社会教育課にお問い合わせください。内容に応じて学習支援者を紹介します。
申し込み団体は、学習支援者に連絡して、日時・内容を調整し、利用申請書を社会教育課に提出してください。

学習支援者 社会教育課にお問い合わせください。また、町ホームページで登録者名簿をご覧になれます。
R6.8月現在、40講座の登録があります。
【指導内容の種類】外国語、音楽、読み聞かせ、書道、着付け、舞踊、フラワーアレンジメント、折り紙、歴史、園芸、パソコン、カメラ、ヨガ、ダンス、体操、手話、料理、健康・癒し、ベビーマッサージなど

まなびサポートうみ 学習支援者募集

あなたの知識や技能を活かしてみませんか？
まなびサポートうみでは、次の分野で指導できる方を探しています。登録していただける方は社会教育課までご連絡ください。

昔遊び

お手玉、あやとり、水鉄砲、缶けり、こままわし、めんこ、おはじき、竹細工など

生活の中の書

生活の中で必要な手書き（水引、年賀状、絵はがき、手紙など）

エコライフ

手すきはがき、草木染め、パッチワーク、編み物、手芸

健康づくり

食育、ダンス、体操、ヨガ、気功、太極拳、生活リズムなど

季節を感じるものづくり

ガーデニング、野菜栽培、クリスマスリース、しめ縄、門松など

小説や健康、料理、旅行、芸術など生活に密着したあらゆる実用書、新聞や雑誌があります。CDやDVDもあり、館内での視聴やインターネット利用もできます。

また、本を借りなくても、自由にゆったりと座ってすごせる閲覧スペースや畳の部屋などを整えています。大きな字で読める大活字本や拡大読書器も備えています。職員がお手伝いしますので、お気軽にお声かけください。

利 用 方 法

初めての方は、住所・氏名が確認できるもの（マイナンバーカード、運転免許証、保険証など）をご持参ください。利用カードを発行します。

借 り る と き

借りたい本やCD・DVDなどを、利用カードと一緒に、カウンターへお持ちください。自動貸出機もあります。

	貸出冊数	貸出期間
本・雑誌	15冊まで	15日間
CD・DVD	3点まで	8日間

返 す と き

- ・返却カウンターにお返しください。
- （図書館が閉まっているときは、入口の返却ポストをご利用ください。CD・DVDは必ず図書館の返却カウンターにお返しください。）
- ・町役場総合案内、うみハピネスでも返却ができます。
- （月～金曜日（祝日・年末年始を除く）8：30～17：15）

Webサービス

- ・図書館のホームページを開いてWeb登録されると、本の予約・貸出の延長、自分の読書履歴などを見ることができます。

開 館 日 時

火曜日～日曜日 10：00～19：00

休 館 日

月曜日、第4木曜日（休日の場合その日以後の直近の休日以外の日）、年末年始（12/29～1/3）、特別整理期間（毎年10日以内）

地域資料コーナー

宇美町の歴史や文化財資料、行政資料、福岡県に関する資料などがあります。

大活字コーナー

弱視の方、高齢の方にも読みやすいように、大きな活字で組み直した「大活字本」を揃えています。拡大読書器も備えています。

インターネットコーナー

インターネットを使って情報検索ができます。（ダウンロードやプリントアウトはできません。）

宇美町電子図書館

小学生以上の町内在住または在勤・在学の方が利用できます。利用の際は、登録が必要です。

宇美町働く婦人の家 し〜ず・うみ

平和1-14-1

☎932-0365

各種講座・セミナーを企画実施しています。
貸館できる研修室や料理実習室、軽運動室などがあり、各種研修、会議、イベント、物品販売、サークル活動などに利用できます。

開館日時 火曜日～土曜日、日曜日(第1・3・4)、
第2日曜日の翌日の月曜日(ただし祝日は休館)
9:30～21:00

休館日 月曜日、第2日曜日、祝日、
盆(8/13～8/16)、年末年始(12/29～1/3)

サークル活動

R6.4月現在、29サークルが活動しています。
興味のある方は、し〜ず・うみへお問い合わせください。

「みんなのコーラス」「ハワイアンフラ」「韓国パッチワーク・ポジャギ」
「書を楽しむ」「自彊術」「社交ダンス」「イムア・フラ」「ヨーガ」
「詩吟」「木目込み」「オカリナを吹こう」「楽しい社交ダンス」「やさしいオカリナ」
「着物リメイククラブ」「きもの着付け」「やさしいギター弾き語り」「エコクラブ」
「アフタヌーンフラ」「ソフトエアロビクス」「楽しいウクレレ」
「フェルト手芸クラブ」「やさしい社交ダンス」「みんなの合唱」
「ナイトハワイアンフラ」「書道」「フレッシュ社交ダンス」「楽しく絵を描こうクラブ」
「ハワイアンウクレレ」「男のフラダンス」

中央公民館講座「ビビっと★うみラボ」

社会教育課

平和1-1-1

☎933-2600

学びを通じた人づくり・地域づくりを目指して、受講者がふるさと宇美町の自然や歴史、及び年代に応じた課題や現代的課題について学びを深め、自己の人格を磨き地域の一員としての役割に気付き、豊かな人生を送ることができるようすることを目的に様々な講座を開催しています。講座については、広報うみや町ホームページで随時お知らせをしています。

宇美町生涯学習講座情報 「まなびの森」

社会教育課

平和1-1-1

☎933-2600

町ホームページの宇美町生涯学習講座情報「まなびの森」では、各種講座や講演会など、学習に役立つ情報について掲載しています。

宇美町では、生涯学習の拠点として、地域交流センターうみ・みらい館、中央公民館、住民福祉センター、働く婦人の家し〜ず・うみなどを「ふみの里まなびの森」と位置付け、各施設が連携しながら、町民のみなさんの学習や活動をサポートし、情報の提供も行っています。

宇美町スポーツ・文化サークル情報誌 「うみ・ほっとさーくる」

社会教育課
平和1-1-1
☎933-2600

社会教育課では、掲載希望があった社会教育施設等で活動するスポーツ・文化サークルの、活動場所・日時・会費・連絡先などをまとめた冊子を毎年作成しています。

役場や公共施設などに置いてありますので、何かはじめたい方はぜひ参考にしてください。

入ってみたいサークルがあったら、連絡先に直接電話をしてお問い合わせください。

宇美町職員出前講座

社会教育課
平和1-1-1
☎933-2600

町民の皆さんの知りたい、聞きたい、学びたいと思っている町の仕組みや制度、各事業の内容などについて、町職員が皆さんのもとへお伺いし、分かりやすく説明や情報提供を行います。

利用できる方 宇美町在住・在勤・在学の人で、概ね10人以上のグループ

日 時 原則、月～金曜日(役場開庁日)の9時～21時のうち2時間以内

会 場 宇美町内の申込者が指定する場所。会場の確保・準備は、申し込み団体で行ってください。

費 用 講師料無料。講座により経費(材料費など)をご負担いただく場合があります。
※会場使用料・設備使用料などは申込者の負担になります。

申 込 方 法 講座開催予定日の3週間前までに社会教育課へご連絡ください。
講座開催決定後、申込書を社会教育課へご提出ください。

**出 前 講 座
メ ニ ュー** 社会教育課へお問い合わせください。また、町ホームページでもご覧いただけます。令和6年度は32講座を準備しています。

【講座メニュー】

- 「のるーと宇美」を利用するには？
- 災害などに備えて！
- 知っていますか？地域猫活動
- 健康セミナー(生活習慣病予防編)
- 木造住宅の耐震化・ブロック塀等の撤去助成制度についてなど

そ の 他 町への苦情や要望などをお聞きする場ではありません。担当外の業務など、その場で回答できない場合もありますのでご了承ください。

宇美町立老人福祉センター くすの杜

宇美 2-1-11
(宇美八幡宮前)
☎ 933-1111

宇美町に住む高齢者に、健康の増進、教養の向上、レクリエーションの場を提供し、健康で活力ある明るい生活を送っていただくための施設です。お気軽にご利用ください。

大広間（碁盤・将棋盤あり）、多目的室、図書コーナー、浴室（休止中）、機能回復訓練室、クラブ室などがあります。

ふれあい祭りなどの開催のほか、各種サークル活動をサポートしています。

対 象 者 宇美町在住の満60歳以上の方

利 用 方 法 宇美町の住民であることが確認できるものを持参して、受付窓口で申込書に記入してください。利用証を交付します。2回目以降は入館時に利用証を提示してください。

利 用 料 無料

開 館 日 時 月曜日～土曜日 9:30～17:00

休 館 日 日曜日、祝日、
盆（8/13～8/16）、年末年始（12/29～1/3）

電位治療器（ヘルストロン）

人体に電位を与えて、頭痛・肩こり等の緩解を目的とする家庭用医療機器です。

時間 9:30～16:00
(1回につき 20分)

料金 無料

サークル活動

R6年4月現在、15サークルが活動しています。興味のある方は、老人福祉センターへお問い合わせください。

- | | |
|---------------|--------|
| ・ 書道 | ・ 大正琴 |
| ・ 抹茶 | ・ 安来節 |
| ・ 着付け | ・ 水彩画 |
| ・ 手芸 | ・ カラオケ |
| ・ フラワーアレンジメント | |
| ・ 麻雀 | ほか |

宇美町社会福祉協議会

宇美2-1-11（老人福祉センター内）

☎931-1008

宇美町社会福祉協議会は、社会福祉活動を推進することを目的とした法で位置づけられた民間の団体で、高齢者や障がいを持つ方だけではなく、生活に困窮している方等への相談支援、ボランティアや地域福祉活動団体への協力、赤い羽根共同募金、献血推進事業などを行っています。

社協だよりを年4回発行し、広報うみと一緒に配布しています。ホームページやSNSもご覧ください。

業 務 日 時 月曜日～金曜日 8:30～17:15

定 休 日 土曜日、日曜日、祝日、年末年始（12/29～1/3）

出前講座・レクリエーショングッズ貸出

いきいきサロンや地域行事において講話やレクリエーション等の出前講座の実施やレクリエーショングッズの貸出を行っています。

対象 町内で活動している団体や個人

料金 無料（要予約）

車いすの貸し出し

車いすが必要な方に貸し出しを行っています。

対象 賛助会員（年会費一口500円）で、一時的に車いすが必要になった方

期間 1ヶ月ごと更新。最長3回更新まで

いきいきサロン

生きがいづくりや仲間づくりを目的に、地域が中心となって企画・運営している「いきいきサロン」は、気軽に集まることができる場として公民館などで活動しています。現在、町内23ヶ所で行われており、それぞれのサロンで特徴ある活動をしています。

お住まいの地区のサロンの開催状況は、社会福祉協議会までお問い合わせください。

支えあい事業

公的サービスでは対応できない日常の困りごとを、「困った時はお互い様」の精神で支えあい事業です（賛助会員（年会費一口500円）の加入が必要です。）。利用したい方も協力できる方も大歓迎です。助けあいの気持ちを広げましょう。

利用会員 高齢者のみの世帯など

協力会員 資格は不要。窓口にて事業の主旨を説明をします。

利用料金 30分400円～（支援内容による）

支援提供日時 月曜日～金曜日 8:45～17:00

支援内容 掃除、買物、小範囲の草取り、簡易な植木の剪定、家具の移動 など

日常生活自立支援事業

福祉サービスの利用や日常的な金銭管理などに不安がある方々が、住みなれた地域で安心して暮らせるようお手伝いします。

対象者 認知症、知的障がい、精神障がいなどで、判断能力が不十分なため日常生活にお困りの方で、この事業を利用する意思があり、必要な契約内容について理解できる方

町内の施設や病院に入所、入院された場合でもご利用できます。

支援内容

- ・福祉サービス利用のお手伝い（相談・契約・苦情解決など）
- ・日常的なお金の出し入れのお手伝い（年金等の受領の手続き、福祉サービス利用料や医療費、税金や家賃などの支払い、生活費の引き出しなど）
- ・大切な書類などのお預かり（通帳・年金証書・権利書・印鑑など）

料金 相談は無料。利用料や預かり料が必要となる場合あり。

利用の流れ 相談 → 訪問調査 → 支援計画作成 → 契約 → 支援開始

生活福祉資金貸付事業

「生活福祉資金貸付制度」は、低所得者や高齢者、障がいのある方の生活を経済的に支えるとともに安定した生活が送れることを目的とした貸付制度で、貸付の対象は、低所得者世帯、障がい者世帯、高齢者世帯です。貸付の種類によっては、生活困窮者自立支援制度における自立相談支援事業の利用が要件となるものもあります。

●資金貸付の種類 ※原則、償還可能な世帯のみが対象

- | | |
|----------|--------------|
| ① 総合支援資金 | ② 福祉資金 |
| ③ 教育支援資金 | ④ 不動産担保型生活資金 |

※いずれも在宅の方に限ります。入院・入所中の方は対象になりません。

配食サービス（栄養改善）

※町が委託した業者のみ補助します。

内 容 栄養状態の改善、疾患の重症化予防を目指します。

要 介 護 度	補助上限食数
その他	週 3 回まで
要介護 1・2	週 5 回まで
要介護 3 以上	週 7 回まで

対 象 高齢者のみの世帯などで、医師の指示により治療食などが必要と認められる方で、本人や同居者が心身の状況等により食事の用意が困難な方

補助額 1 食あたり 2 5 0 円まで

手続き 健康課の窓口または電話で相談してください。

紙おむつ購入費の給付

※町が指定した業者からの購入分のみ補助します。

内 容 町指定業者から購入した紙おむつの購入費を、後日給付します。毎月 1 回、町指定業者が自宅まで直接配達します。

対 象 6 5 歳以上で、紙おむつを常時必要とし、月の 1 / 2 以上、在宅で生活している方で、同居者全員が非課税の方。
介護度や自立度など要件があります。

補助額 月額 5,000 円まで

手続き 健康課の窓口または電話で相談してください。

住宅改造費助成（住みよか事業）

※介護保険の住宅改修（20 万円）が優先されます。

※工事後の申請は、対象になりません。

※1 つの建物につき、1 回限りの助成です。

内 容 高齢者などの日常生活に支障があるため、高齢者などに配慮した住宅に改造する場合の工事費を助成します。

対 象 要支援 1 以上で、住民税及び所得税が非課税の世帯

補助額 30 万円まで

手続き 健康課の窓口または電話で相談してください。

緊急通報システム

内 容	機器や携帯電話から受信センターに通報すると、必要に応じて救急車の出動を要請します。また、月１回程度、見守りの電話があります。
対 象	単身や高齢者のみの世帯などで、発作や転倒の恐れがあるなど身体状況が不安定な方
個 人 負担金	携帯電話：月額 ２００円 固定機器：月額 ３００円
手続き	健康課の窓口または電話で相談してください。

宇美町買物支援ガイドブック

健康課 介護・高齢者支援係
☎ ９３４－２２４３
社会福祉協議会
☎ ９３１－１００８

足腰が悪く外出が困難になった高齢者や障がいをお持ちの方、また免許を返納して買い物が不便になった方など、買い物支援が必要な方にご活用いただきたいガイドブックです。

宇美町社会福祉協議会や健康課の窓口で、無料配布しています。

おぼえ書き

健康課 介護・高齢者支援係
☎ ９３４－２２４３

宇美町版「エンディングノート」です。

自分の意思を伝えられなくなったとき、ご家族などに知らせておきたいことや、介護や医療に関する自分の希望などを、事前を書いておくものです。

成年後見制度や相続などについての簡単な説明や、様々な相談窓口も載っています。

「まだまだ大丈夫」と思っている、いつ、何が起こるかわからないものです。

自分の希望を叶えてもらうためにも、また、家族などのためにも、元気なうちにちょっと考えてみてはいかがでしょうか。

町内公共施設や健康課の窓口で、無料配布しています。

民生委員・児童委員

福祉課 福祉・手当係

☎ 9 3 4 - 2 2 7 8

厚生労働大臣から委嘱された福祉に熱意のある人で、それぞれの担当地域において、住民からの生活上の心配ごと、医療や介護、子育ての不安などの相談に応じています。そして、その課題が解決できるよう、住民と行政や関係機関を繋ぎます。個人のプライバシーは固く守るよう義務付けられていますので、お気軽にご相談ください。

また、地域の見守り役として、高齢者や障がいのある方の世帯、子ども達の見守りなどを行っています。

お住まいの地域の担当民生委員・児童委員については、福祉課にお問い合わせください。

成年後見制度

宇美町地域包括支援センター
(宇美町役場内)

☎ 9 3 4 - 2 2 4 9

認知症などで判断能力が不十分な方の日常生活を、後見人等が保護・支援する制度です。後見人等が行える行為は、財産（不動産や預貯金など）の管理、契約の代理や取り消し、介護や医療の契約などの法的行為に関するものに限られ、区分によってその範囲も変わります。

なお、後見は本人が活着ている間が対象なので、死後事務については別の契約が必要となります。

任意後見制度

まだ判断能力があるうちに、将来に備え、あらかじめ後見人や頼む内容を決め、公証人が作成する公正証書で契約しておくもの。

権限は、契約時に定めた代理権のみで、取消権はありません。

法定後見制度

後見、保佐、補助の3つの区分があり、本人の判断能力の程度などにより選択します。

本人や親族などの申し立てにより、家庭裁判所が審査して後見人などを選任します。

後見人などには、親族以外にも、法律・福祉の専門家などが選ばれる場合もあります。

●成年後見・遺言に関する相談窓口

機関名・電話番号	日 時	相 談 内 容
権利擁護センター ばあとなあ福岡 (福岡県社会福祉士会) 483-2941	月曜日～金曜日 10:00～17:00 (祝日・年末年始を除く)	成年後見制度についてのあらゆることについての電話相談。 (面接による相談は有料) 社会福祉士が対応。
成年後見センター・ リーガルサポートふくおか 738-7050	月曜日～金曜日 13:00～15:00 (祝日・盆・年末年始を除く)	成年後見制度についてのあらゆることについての電話相談。 (面接による相談は有料) 司法書士で構成される団体。
司法書士総合相談センター (福岡県司法書士会) 0570-783-544	月曜日～金曜日 18:00～20:00 (祝日・年末年始を除く)	成年後見や、生前贈与、遺言状、借金を相続したくない、など、遺言や相続に関する電話相談。司法書士が対応。
高齢者・障害者総合支援センターあいゆう (福岡県弁護士会) 724-7709	月曜日～金曜日 10:00～16:00 (祝日・年末年始を除く)	高齢者や障がいのある方の、財産や生活に関する法律相談。財産管理、成年後見、遺言など。弁護士が対応。
筑紫公証役場 925-9755 太宰府市都府楼南5-5-13	月曜日～金曜日 第3土曜日(要予約) 9:00～12:00 13:00～17:00 (祝日・年末年始を除く)	公正証書の作成についての相談。 (任意後見、遺言書、尊厳死など)
福岡公証役場 741-0310 福岡市中央区舞鶴3-7-13 2F	月曜日～金曜日 9:00～12:00 13:00～17:00 (祝日・年末年始を除く)	
博多公証役場 400-2560 福岡市博多区博多駅前3-25-24 3F	(受付時間 9:00～11:00 13:00～15:00)	

宇美町防災気象情報

宇美町が提供する気象情報サービスで、町内2か所の雨量情報や、各河川のライブ映像や、水位情報などを確認することができます。

また、気象庁から発令された警報情報や、宇美町防災行政無線の放送内容が配信されます。

PC版 URL : <http://www.jwaq.net/umi/>

携帯版 URL : <http://www.jwaq.net/umi/k/>

宇美町防災メール

宇美町に関する気象警報や、雨量情報、宇美町防災行政無線の放送内容等が、メール配信されます。災害への備えとしてお役立てください。

登録方法 登録用アドレスに空メールを送信すると、登録用URLがメールで届きます。そのURLにアクセスすると、登録が完了します。

登録用アドレス entry-umi@bousai-mail.jp

※登録は無料ですが、メールの送受信などの費用は利用者負担です。

※迷惑メール対策をしている方は、umi@bousai-mail.jpからのメールが受信可能な設定にしてください。

防災メールまもるくん

福岡県が提供する防災情報等のメール配信サービスです。県内の地震、台風、大雨等の情報などの気象情報、地域の安全に関する情報、災害時の避難所開設情報などが配信されます。

登録方法 ホームページから登録画面にアクセスしてください。
<http://www.bousai.pref.fukuoka.jp/mamorukun/>

※登録は無料ですが、メールの送受信などの費用は利用者負担です。

防災無線の音声案内

町の防災行政無線が聞き取りにくかったときは、下記のフリーダイヤルに電話すると内容が確認できます。

ヤクバニゴーゴー

☎ 0 1 2 0 - 8 9 8 - 2 5 5

宇美町役場

住 所

〒811-2192
糟屋郡宇美町宇美5丁目1番1号

電話・FAX

☎ 932-1111 FAX 933-7512

開 庁 日 時

月曜日～金曜日 8:30～17:15

閉 庁 日

土曜日、日曜日、祝日、12/29～1/3
※お盆は通常業務です。

夜間窓口

税務課、住民課、健康課(介護保険のみ)、福祉課が通常業務です。

開設日 毎月25日 (閉庁日の場合は、翌開庁日)

開設時間 20:00まで

役場広報（広報うみ）

毎月15日前後に配布事業者を通じて、全世帯に配布されます。
大事なお知らせや、役に立つ情報が掲載されていますので、ご利用ください。

役場ホームページ

お知らせだけでなく、様々な制度の説明なども掲載されています。広報うみと合わせてご利用ください。

宇美町役場	932－1111
宇美町 地域包括支援センター	934－2249
消防(火事・救急)	119
救急相談電話 (救急車か病院か迷う時)	#7119 (471－0099)
警察(事件・事故)	110
警察(緊急以外の相談)	#9110
(ダイヤル回線からは)	(641－9110)
宇美交番	939－0110 (粕屋警察署代表)
粕屋保健福祉事務所	939－1500
民生委員 (地域の民生委員の名前・電 話番号を控えておきましょう)	

令和6年8月 発行

● 発 行 ●
宇 美 町

〒811-2192
福岡県糟屋郡宇美町宇美5丁目1番1号
宇美町役場 健康課
電話 092-932-1111 (代表)
FAX 092-933-7512