



山中湖村でいきいきと生活するための シニア世代ガイドブック



問い合わせ先

山中湖村役場 福祉健康課

電話0555-62-9976

健康維持や病気の予防をしたい!! 山中湖元気いっぱい(高齢者)健康診査



〈問い合わせ先〉山中湖村役場 福祉健康課健康G ☎0555-62-9976

年に1回集団健診を受診することができます。事前に申し込みが必要となります。

年齢によって健診の実施時期、内容及び料金等が異なります。詳細については、広報および個別通知等で周知いたします。

社会保険加入者(扶養者)は、保険者から発行される受診券が必要になります。社会保険加入者(本人)は、基本健診は受診できません。

	65-69歳	70-74歳	75歳以上	備 考
基本健診	1,000円	無料	無料	身体測定・血圧測定・血液検査等
大腸がん検査	500円	無料	無料	希望調査票で検査を希望した方へ検査キットを送付します。 便を採取し検査キットを当日提出
肝がん検査	500円	無料	無料	超音波検査
肺がん検査	無料	無料	無料	胸部レントゲン検査
前立腺がん検査	500円	500円	なし	50-74歳(血液検査) ※基本健診を受けない方は対象外となります。
胃がん検査	500円	無料	無料	74歳以下はバリウム検査 75歳以上はペプシノゲン検査
喀痰検査	400円	無料	無料	事前に福祉健康課で検査キットの受け取りが必要です。 喀痰を採取し検査キットを当日提出

乳がん検診・子宮頸がん・骨粗鬆症検診



〈問い合わせ先〉山中湖村役場 福祉健康課健康G ☎0555-62-9976

年に1回集団検診を受診することができます。事前に申し込みが必要となります。

年齢によって検診内容及び料金等が異なります。詳細については、広報および個別通知等で周知いたします。

	指定医療機関での 個別検診	検診車での 集団検診	自己負担額	備 考
乳がん検診	○	年2回	500円	個別検診は、直接、指定医療機関受診。指定医療機関については役場にお問合せください。 集団検診の申し込み等は広報で周知します。
子宮頸がん検診	○		500円	
骨粗しょう症検診	なし	年2回	500円	申し込み等は広報で周知します。

予防接種の助成を知りたい！感染症を予防したい！

肺炎球菌ワクチン予防接種費助成

〈問い合わせ先〉山中湖村役場 福祉健康課健康G ☎0555-62-9976

高齢者の肺炎球菌予防接種費の一部助成します。対象者には毎年4月上旬に紫色の予診票を送付しています。公費の助成は生涯1回限りです。

対 象：該当年度に65歳、70歳、75歳、80歳、85歳、90歳、95歳、100歳になる方
助成額：4,000円

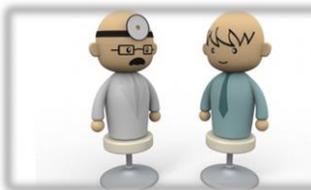
(公費助成は生涯1回限りです。)

例：令和3年度の場合

※自己負担額は医療機関によって異なります。

※契約している医療機関以外では助成を利用することができません。

※契約医療機関については、福祉健康課までお問い合わせください。



65歳	昭和31年4月2日～昭和32年4月1日生まれ
70歳	昭和26年4月2日～昭和27年4月1日生まれ
75歳	昭和21年4月2日～昭和22年4月1日生まれ
80歳	昭和16年4月2日～昭和17年4月1日生まれ
85歳	昭和11年4月2日～昭和12年4月1日生まれ
90歳	昭和 6年4月2日～昭和 7年4月1日生まれ
95歳	大正15年4月2日～昭和2年4月1日生まれ
100歳	大正 10年4月2日～大正11年4月1日生まれ

インフルエンザワクチン予防接種費助成

〈問い合わせ先〉山中湖村役場 福祉健康課健康G ☎0555-62-9976

高齢者のインフルエンザワクチン予防接種費の一部助成します。対象者には毎年10月上旬に青色の予診票を送付しています。

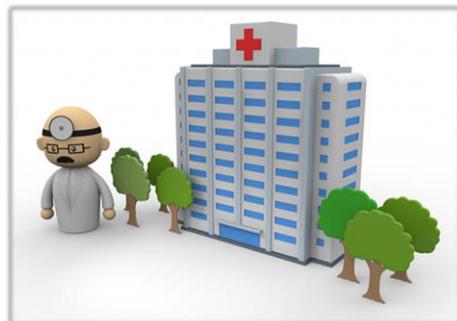
対 象：65歳以上の方

助成額：2,500円

※自己負担額は医療機関によって異なります。

※村の契約している医療機関以外では助成を利用することができません。

※契約医療機関については、福祉健康課までお問い合わせください。



趣味をみつきたい！仲間をつくりたい！

山中湖いきいきサロン



〈問い合わせ先〉山中湖村社会福祉協議会 ☎0555-62-2227

自主的に各グループで立ち上げ、元気なシニア世代を維持するために作業活動や運動、各自の趣味や特技を生かした活動をしています。既存のサロンへの参加はもちろん、新しいサロンの立ち上げをしたい方は山中湖村社会福祉協議会にお問い合わせください。

元気いっぱい運動教室

〈問い合わせ先〉山中湖村役場 福祉健康課 地域包括支援センターG ☎0555-62-9976

椅子に座ってできる運動を行っています。感染症予防の当面の間、事前予約が必要となります。

○令和3年度予定○

日時：毎週月曜日 ①9:15～10:30 ②10:30～11:45

※2グループに分け実施

場所：山中湖村老人福祉しあわせセンター(役場敷地内)

※新型コロナウイルス感染症拡大等により場所の変更や教室の中止や延期等が生じる可能性があります。

対象者	おおむね60歳以上の方
費用	無料
内容	イスに座ったままできる体操、杖が必要な方もできる内容
講師	県内で広く活動し、運動を専門に指導している講師
持ち物	マスク、飲み物、上履き
申込方法	不要 参加が可能な会場へ直接お越しください。



自力で会場に来ることが困難な方を送迎します。
対象：介護保険認定者以外の方で家族の送迎が困難な方
定員：15名(定員になり次第締め切ります。)

自主的な活動サークル等

〈問い合わせ先〉山中湖村教育委員会 ☎0555-62-3813

文化活動やスポーツ活動など多様な団体が活動しています。
詳細については、山中湖村教育委員会にお問合せください。



交流プラザきららでの企画

〈問い合わせ先〉山中湖交流プラザ ☎0555-20-3111

各種健康教室などを企画しています。広報等でも周知しています。



お祝い金等制度を知りたい！

敬老祝金支給事業



〈問い合わせ先〉山中湖村役場 福祉健康課福祉G ☎0555-62-9976

長寿を祝福し地域の敬老思想を高揚し老人福祉の増進を図るため老人の日及び老人週間の行事として行っています。

対 象:①9月15日において満77歳、満88歳の者②満100歳の誕生日を迎えた者

祝金額:①満77歳 年額3,000円 ②満88歳 年額5,000円 ③満100歳 年額100,000円

村民証明書について知りたい！

〈問い合わせ先〉山中湖村役場 福祉健康課福祉G ☎0555-62-9976

70歳以上 (白色の証明書)	福祉健康課(☎62-9976)で発行しています。 ※山中湖村に住民登録し半年経過している方で発効日年度の末日までに70歳に達する者
-------------------	--

○村内温泉施設(紅富士の湯・石割の湯)

70歳以上(白色の証明書を掲示した場合)は本人は無料です。

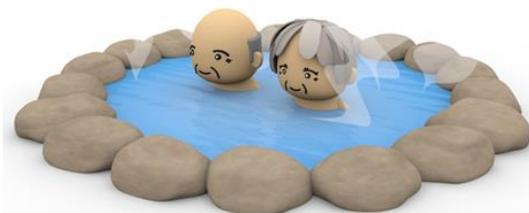
証明書の提示で1回につき、ご家族5名様まで下記料金で利用できます。

大人700円→300円、学生500円→250円、小人200円→100円

○花の都公園・文学の森公園(三島由紀夫文学館・徳富蘇峰館)

証明書の提示で1回につき、ご家族5名様まで無料となります。

○70歳以上の方は証明書の提示で路線バス「ふじっ湖号」等の一部が割引でご利用できます。



介護保険サービスを受けたい！



介護保険利用の流れ

〈問い合わせ先〉山中湖村役場 福祉健康課 介護保険G 地域包括支援センターG
☎0555-62-9976

まずは、福祉健康課(介護保険G,地域包括支援センターG)にご相談ください。

①申請(本人または家族が福祉健康課に申請します。)



②認定調査・主治医意見書(調査員による訪問を行い認定調査を行います。主治医意見書は市町村が主治医に依頼します。)



③審査判定(コンピューターによる判定と介護保険審査かいによる判定が行われます。)



④認定(非該当、要支援1. 2、要介護1～5に判定されます。非該当の方は介護保険サービスが受けることはできません。)



⑤介護(介護予防)サービス計画書の作成(介護支援専門員により、本人と家族の心身の状態を考慮し介護サービス計画書を作成します。)



⑥介護サービス利用の開始



介護保険以外のサービスを知りたい！

〈問い合わせ先〉山中湖村役場 福祉健康課 福祉G、地域包括支援センターG ☎0555-62-9976
申請後、事業該当有無を協議し決定された方が利用できます。

①介護用品支給サービス事業(紙おむつ支給サービス)

内容:排泄の自立が困難なため紙おむつを使用しなければならない方に紙おむつを支給します。

対象:自宅で生活する高齢者または重度身体障がい者で排泄の自立が困難な方

※尿失禁程度の方は対象になりません。

※入院・施設入所・ショートステイ・グループホームの利用により、高齢者が不在の期間は対象外となります。

費用:支給上限を介護度に応じ決め、利用者は1割料金は半年に1回、9月と3月にまとめて集めます。

○要介護4. 5(相当)の方 年間60,000円(上限額)

○要介護3以下(相当)の方 年間36,000円(上限額)

②訪問理美容サービス事業

内容:理美容師が訪問し散髪を行います。

対象:自宅で生活する寝たきり高齢者又は重度心身障害者で一般の理美容サービスを利用することが困難な方

費用:1回1500円

③配食サービス事業

内容:栄養バランスのとれた食事を毎週火曜日・金曜日の昼にお届けします。

※安否確認も含まれるため、直接受け取ってください。

対象:一人暮らし及び高齢者のみの世帯で調理が困難な人

費用:1食300円

④寝具類洗濯乾燥サービス事業

内容:寝具の丸洗いを行います。

対象:1日の大半をベッド上で過ごす自宅で生活する寝たきり高齢者や重度身体障害者で寝具の衛生管理が困難な方

費用:実費料金の半額



⑥外出支援サービス事業

内容：自宅と病院、福祉施設の間を送迎します。片道を1回とします。

内科受診は定期健診のみとなります。歯科受診、整形外科受診、検査、健康診断、緊急時の受診には利用できません。

対象：歩行困難な高齢者、障害者で一般の交通機関(タクシーを含む)を利用することができず、家族の送迎も困難な方

費用：利用する方は「富士桜会」に加入(年会費1200円)が必要です。

《1月に利用できる限度》

片道を1回とする。下記のいずれかの一つの利用とする。送迎できる場所は山中湖村、忍野村、富士吉田市、富士河口湖町(旧河口湖町)、御殿場市です。

内科受診に利用	2回
透析通院に利用	12回
福祉施設等に利用	2回

《利用料金》

初乗り料金2kmまで	400円
2km以降(1キロ毎に)	100円

《待機の場合》

最初の30分	300円
それ以降	150円

《実施日》 月～金曜日(年末年始・祝祭日は除く)



⑦ふれあいペンダント事業(緊急通報システム)

内容：急病などの緊急時に対応できるよう通報装置を押すだけで安全センターに連絡ができ適切な対応とシステムを利用し定期的に安否確認をします。

対象：虚弱な一人暮らし高齢者など

⑧わくわく教室

内容：作業活動や体操などを行う教室です。月3回程度(木曜日)開催しています。

対象：虚弱な高齢者や自分で出かけることが少ない高齢者



認知症になっても地域で暮らしたい！



山中湖村高齢者等見守りネットワーク事業

〈問い合わせ先〉山中湖村役場 福祉健康課 地域包括支援センター ☎0555-62-9976

地域で高齢者等の見守り体制を構築し、支援の必要な高齢者等の早期発見及び早期対応を行えるよう支援します。希望する場合は、福祉健康課にご相談ください。また、協力事業所を募集していますので、福祉健康課にお問合せください。

- 対象: 見守り等の支援が必要で、事業の同意をした者
- 協力事業所: 事業に賛同した地域の民間事業所、公共機関、地域住民組織など
- 内容: 同意書と写真の提出をしていただきます。行方不明等の緊急時に協力事業所に情報を提供し早期発見及び対応を行うよう地域で協力体制を作ります。

認知症サポーター養成講座

〈問い合わせ先〉山中湖村役場 福祉健康課 地域包括支援センター ☎0555-62-9976

認知症を正しく理解し、認知症の人やその家族を温かく見守る応援者を認知症サポーターと言います。認知症サポーターが一人でも増え自分のできる範囲で見守りができる地域になるよう取り組んでいます。養成講座受講については、福祉健康課にお問合せください。

認知症に関する相談窓口

〈問い合わせ先〉山中湖村役場 福祉健康課 地域包括支援センター ☎0555-62-9976

機関名	連絡先	備考
山中湖村福祉健康課 地域包括支援センター	0555-62-9976(直通)	月曜日～金曜日 8:30～17:15 ※土・日曜日、祝日、年末年始は除く
山梨県 認知症コールセンター	055-254-7711	月曜日～金曜日 13:00～17:00 ※土・日曜日、祝日、年末年始は除く
認知症疾患医療センター (回生堂病院)	0554-43-2291	月曜日～金曜日

