

石垣市

シニアのお役立ち情報

～ 高齢者の暮らしを支える情報を集めました ～

集いの場

移動の
こと

生活支援
のこと

食のこと

見守りの
こと

買い物の
こと

その他…

石垣市地域包括支援センター



令和5年7月現在

本資料をご覧下さっている皆様へ

- 石垣市内にお住まいの高齢者の皆さんにお伝えしたい、生活にかかわる情報を掲載しています。何か困った時に手にとって情報を見てもらえるよう整理しました。
- 情報は常に変わっていくため、内容が変わっている場合もあります。
- 掲載されている情報は、生活支援コーディネーターが関係機関などへの聞き取り、チラシ、ホームページなどの情報を収集し参考にしています。
- 本誌は市内すべての情報を網羅しているものではありませんので、皆さんから、「地域でこんな活動がある」「こんなことが協力できる」「地域貢献をしたい」などの情報や提案も随時お待ちしております。

ぜひ、地域包括支援センターの生活支援コーディネーターまでお声かけください。

【お願い】

- 支援やサービスをご利用になる際は、各お問い合わせ先へご連絡してください。
- 本誌の配布につきましては、石垣市地域包括支援センターへ来所いただくか、石垣市のホームページからダウンロードできます。

石垣市地域包括支援センター：0980-84-3333

～目次～



内容	ページ
地域包括支援センターの紹介	P1
集いの場	P2
趣味のクラブ	P10
移動のこと	P12
買い物のこと	P15
食のこと	P17
生活支援のこと	P19

内容	ページ
介護保険外サービス	P20
社会福祉協議会の事業	P21
シルバー人材センターの役割	P22
みまもりのこと	P23
その他	P25
生活支援コーディネーター	P28
メモ	P29



みなさんの生活を支える相談窓口



地域包括支援センター

心配なこと、
困ったことはありませんか？

高齢者のみなさんが住み慣れた地域で安心して暮らしていくために、介護予防、介護サービス、福祉・医療・権利擁護などさまざまな面から、高齢者の生活を支援する地域の総合相談窓口です。

どこに相談してよいか分からない心配ごとや悩みなどは、
まず地域包括支援センターにご相談ください。



最近、体が弱ってきた
気がする

近所のおじさんの
様子が最近おかしくて
心配...



市役所

48～53番窓口です

市役所

介護サービス受けたいけど、
どうしたら良いのか分からない



もしかしたら認知症？
どこに相談したら良いの？



問い合わせ先 石垣市地域包括支援センター 0980-84-3333

1. 集いの場



① いきいき百歳体操

問い合わせ先 石垣市地域包括支援センター 84-3333

手首や足首におもりを付けてゆっくりと手足を動かす体操です。
近所の方、友人、地域の方々が集まり、住民の方が主体となって各地域で週に1回介護予防に取り組んでいます。

【市街地】

	字	名称	実施場所	活動日時	備考
1	登野城	あざに会	登野城民家	毎週火曜日 午前10時から	○体操後ゆんたく会 ※詳しい場所は包括支援センターまでお問合せください
2	登野城	あまかわ茶論会 <small>サロンカイ</small>	天川自治公民館	毎週土曜日 午前10時から	○体操後ゆんたく会 ○季節行事あり
3	登野城	登野城いやまし会	カラオケ喫茶亜細庵	毎週金曜日 午前10時から	
4	登野城	登野城いやまし会	カラオケ喫茶亜細庵	毎週金曜日 午後2時から	○カラオケあり
5	登野城	登野城ふれあい会	登野城公民館	毎週土曜日 午前10時から	○体操後、手芸や歌声など ○誕生会などの開催 ○季節行事あり
6	大川	ふーがー会（大川）	大川公民館	毎週月曜日 午前10時から	○季節行事あり



	字	名称	実施場所	活動日時	備考
7	大川	大川(ふーがー) マフタネー会	大川公民館	毎週水曜日	○ゆんたく会(不定期) ○季節行事あり
				午前10時から	
8	石垣	みやとり会	石垣公民館	毎週木曜日	○季節行事あり
				午前10時から	
9	新川	新川100歳会	新川公民館	毎週水曜日	○季節行事あり
				午前10時から	
10	新栄町	ふたば常盤会	双葉公民館	毎週金曜日	○毎月最終金曜日カラオケ、ゆんたく会 ○季節行事あり
				午前10時から	
11	新栄町	新栄町老悠会	新栄町自治公民館	毎週水曜日	○季節行事あり
				午後2時から	
12	美崎町	いきいき百歳体操 美崎シニアクラブ	美崎コミュニティセンター	毎週土曜日	○季節行事あり ○毎月最後の活動日にお茶会と公民館の 清掃
				午前9時から	
13	平得	ぴさいゆんたくサロン	平得公民館	毎週金曜日	○毎月第1金曜日活動終了後ゆんたく会 ○季節行事あり
				午前10時30分から	
14	真栄里	真栄里いきいき百才体操	真栄里公民館	毎週土曜日	○毎月第2土曜日、体操後ゆんたく会 ○季節行事あり
				午後2時から	



【東部・西部】

	字	名称	実施場所	活動日時	備考
15	大浜	カースンヤー会	大浜公民館	毎週日曜日	○季節行事あり
				午前9時から	
16	大浜	おっかん家 水曜会	皆家族事務所（大浜）	毎週水曜日	○季節行事あり
				午後1時から	
17	大浜	おっかん家 金曜会	皆家族事務所（大浜）	毎週金曜日	○季節行事あり
				午前9時30分から	
18	大浜	イソベ長寿会	県営磯辺団地集会所	毎週土曜日	○季節行事あり
				午前9時30分から	
19	宮良	さにしゃクラブ	宮良公民館	毎週土曜日	○体操後ゆんたく会 ○季節行事あり
				午前10時から	
20	白保	いきいき百歳体操白保会	白保公民館	毎週日曜日	○季節行事あり
				午前9時から	
21	名蔵	名蔵会	名蔵公民館	毎週水曜日	○体操終了後、カラオケ、 ゆんたく会、季節行事あり
				午後2時から	
22	桴海	富野会	富野公民館	毎週日曜日	○体操後ゆんたく会 ○季節行事あり
				午後1時30分から	
23	川平	川平むりぶし会	川平公民館	毎週木曜日	○ゆんたく会（不定期） ○季節行事あり
				午前9時30分から	
24	川平	アララガマ吉原会	吉原公民館	毎週日曜日	○吉原日曜日も同時開催
				午前10時30分から	



【北部】

	字	名称	実施場所	活動日時	備考
25	野底	栄マーペークラブ	栄公民館	毎週日曜日	○季節行事あり
				午後2時から	
26	桃里	伊野田いきいき会	伊野田自治公民館	毎週水曜日	○季節行事あり
				午後3時から	
27	明石	明石会	明石公民館	毎週水曜日	○体操後、ゆんたく会 ○季節行事あり
				午後2時から	
28	伊原間	伊原間がじゅまる会	伊原間公民館	毎週火曜日	○体操後、ゆんたく会 ○季節行事あり
				午前9時30分から	
29	平久保	100才体操平久保会	平久保公民館	毎週月曜日	○ゆんたく会（不定期） ○季節行事あり
				午前10時30分から	
30	平久保	ひらの月桃クラブ	平野公民館	毎週火曜日	○体操後、ゆんたく会 ○季節行事あり
				午後2時から	



いきいき百歳体操は、地域のボランティアの方のサポートで活動しています。そのため、都合により開催日時などの変更があります。

また、地域包括支援センターでは、いきいき百歳体操のサポーターとして活動していただける方や新規活動会の募集をしています。興味がある方は地域包括支援センターまでご連絡ください。

石垣市地域包括支援センター 電話番号：0980-84-3333



② 生きがい対応型デイサービス



問い合わせ先 石垣市介護長寿課 83-1682

生きがいづくりや心身機能の維持向上のため、地域の公民館等で生きがいデイサービスを開催しています。

活動内容	体操、レクリエーション、作品作り、講話など		
対象者	65歳以上の高齢者		
利用方法	特に申請は必要なく、直接会場に来てください♪		
利用料	無料	送迎有無	なし

【市街地】

	字名	名称	実施場所	活動日時	備考
1	登野城	でいご会	天川自治公民館	毎月第4火曜日	
				午後1時30分から3時30分	
2	登野城	登野城サザン会・ 登野城ほがらか会	登野城公民館	毎月第3木曜日	
				午前9時30分から11時30分	
3	大川	大川ゆむつ会	大川公民館	毎月第3月曜日	
				午前9時30分から11時30分	
4	石垣	石垣尚寿会	石垣公民館	毎月第2水曜日	
				午前9時30分から11時30分	

	字名	名称	実施場所	活動日時	備考
5	新川	新川がんじゅう会	新川公民館	毎月第4金曜日	
				午前9時30から11時30分	
6	新栄町	双葉なかよし会	双葉公民館	毎月第2月曜日	
				午前9時30から11時30分	
7	平得	平得親しみ会	平得公民館	毎月第4火曜日	
				午前9時30から11時30分	



【東部・西部】

	字	名称	実施場所	活動日時	備考
8	大浜	大浜アカハチ会	なかむつパーク (仲皿パーク)	毎月第4月曜日	通常グラウンドゴルフ
				午前9時30から11時30分	
9	大浜	大浜あかようら会	大浜公民館	毎月第1木曜日	
				午前9時30から11時30分	
10	大浜	三川ゆがふ会	川原公民館	毎月第3水曜日	三和合同
				午前9時30から11時30分	
11	宮良	宮良川会	宮良公民館	毎月第2火曜日	
				午前9時30から11時30分	
12	白保	白保ゆがふ会	白保公民館	毎月第2木曜日	
				午前9時30から11時30分	

	字	名称	実施場所	活動日時	備考
13	川平	川平寿会	川平公民館	毎月第1水曜日	
				午前9時30から11時30分	
14	川平	吉原泉会	吉原公民館	毎月第3火曜日	
				午前9時30から11時30分	
15	桴海	桴海にここにこ会	米原公民館	毎月第3金曜日	桴海・富野合同
				午前9時30から11時30分	



【北部】

	字	名称	実施場所	活動日時	備考
16	平野	平野なかよし会	平野公民館	毎月第4水曜日	
				午前9時30から11時30分	
17	桃里	星野かりゆし会	星野公民館	毎月第1月曜日	
				毎週日曜日	
18	桃里	伊野田ひまわり会	伊野田公民館	毎月第2金曜日	
				午前9時30から11時30分	
19	平久保	平久保みどり会	平久保公民館	毎月第1金曜日	平久保・久宇良合同
				午前9時30から11時30分	

③ 認知症カフェ

問い合わせ先 石垣市地域包括支援センター 84-3333

認知症になっても、できる限り住み慣れた地域で暮らし続けることができるよう、認知症の人やその家族、地域住民、医療や介護の専門職など、誰もが気軽に集い歓談や情報交換をする場所です。



ちょっと一息つきませんか？

石垣市では、現在2箇所で開催されています。
参加ご希望の方は、地域包括支援センターまでご連絡ください。



2. 趣味のクラブ

① 石垣市老人クラブ連合会趣味のクラブ 問い合わせ先 石垣市老人クラブ連合会 83-8126

活動場所	石垣市老人福祉センター	住所	石垣市字真栄里402番地
対象者	60歳以上で老人クラブ会員であること		
利用方法	石垣市老人クラブ連合会事務局にある入会申込書に記入の上、各単位老人クラブ会長より証明書をいただき、石垣市老人クラブ連合会へ申し込みする。		
利用料	※老人クラブ会員であると受講料無料 (各老人クラブの会費は地域によって異なります)		
備考	福祉バスによる送迎があります。(運行表次のページに添付) ※石垣市老人クラブ連合会事務局は、石垣市老人福祉センター内にあります。		

	クラブ名	開催日	開催時間
1	囲碁B	毎週月曜日	午前10時～12時
2	シニア3B体操	毎週月曜日	午前10時～12時
3	舞踊	毎週月曜日	午後2時～4時
4	大正琴歌謡	毎週月曜日	午後2時～4時
5	カラオケB	毎週月曜日	午後2時～4時
6	手芸	毎週火曜日	午後2時～4時
7	大正琴民謡	毎週火曜日	午後2時～4時
8	日本舞踊	毎週火曜日	午後2時～4時
9	卓球A	毎週水曜日	午前10時～12時
10	健康体操民謡	毎週水曜日	午後2時～4時
11	書道	毎週水曜日	午後2時～4時

	クラブ名	開催日	開催時間
12	卓球B	毎週木曜日	午前10時～12時
13	囲碁A	毎週木曜日	午前10時～12時
14	ハワイアン・フラ	毎週木曜日	午後2時～4時
15	詩吟	毎週木曜日	午後2時～4時
16	三線	毎週木曜日	午後2時～4時
17	フォークダンス	毎週金曜日	午前10時～12時
18	社交ダンス	毎週金曜日	午後2時～4時
19	カラオケA	毎週金曜日	午後2時～4時
20	ふれあい農園	毎週水曜日	
21	絵画	毎月第1・3火曜日	午後2時～4時
22	月例ゲートボール	毎月第1火曜日	午前9時～
23	月例グラウンドゴルフ	毎月第4火曜日	午前9時～



※都合により、変更になる場合があります。ご了承下さい。



石垣市老人福祉センター 福祉バス運行表



【西部方面】

	停留所	偶数月	奇数月
	石垣市老人福祉センター発	12:50	13:22
1	登野城5町内バス停前	12:57	13:29
2	登野城2町内バス停前	12:58	13:31
3	いしなぎ屋前	12:59	13:32
4	みやとり御嶽前	13:00	13:33
5	マイツバ御嶽前	13:02	13:34
6	丸高商事前	13:03	13:35
7	ツンマーセ	13:05	13:36
	真喜良第2団地折り返し	13:09	13:38
8	唐真商店前	13:11	13:40
9	マックスバリュ新川店	13:12	13:42
10	マエダ機械前	13:14	13:44
11	旧市役所前(南京堂前)	13:16	13:46
12	博物館前	13:19	13:48
13	裁判所前	13:20	13:49
14	八重山毎日新聞社前	13:22	13:50
15	ベスト電器登野城店前	13:23	13:51
16	平得公民館入口前	13:24	13:53
	石垣市老人福祉センター着	13:29	

【東部方面】

	停留所	偶数月	奇数月
17	白保郵便局前	13:42	13:10
18	宮良西バス停前	13:45	13:12
19	磯辺バス停前	13:48	13:16
20	大浜JA前	13:52	13:19
	石垣市老人福祉センター着		13:21

日によって停まらないバス停がある可能性があるため、ご利用希望者は老人福祉センターまでお問合せください。

老人福祉センター TEL: 83-8126

無料



3.移動のこと



① タクシー

	会社名	所在地	お問い合わせ先	内容
1	先島交通	石垣市八島町1-6-7	82-3988	タクシーカードのスタンプが30個貯まると、商品券と交換。
2	あずまタクシー	石垣市字真栄里557-1	82-5553	65歳以上の方にAzuma会員証を発行。タクシー乗車時会員証提示で初乗りから10%引き。 ※会員証発行時に年齢のわかる身分証明書が必要

② 介護タクシー

	会社名	所在地	お問い合わせ先	備考
1	あずまタクシー	石垣市字真栄里557-1	82-5553	○歩行が困難で車椅子でなければ移動が難しい方の送迎 ※障がい者手帳、Azuma会員証の提示で10%引き
2	ゆいケアサービス	石垣市字登野城74-4	84-3929	○車椅子の方のみ対象 ○障がい者手帳をお持ちの方は10%引き





③ 医療機関送迎車

	運営機関	所在地	お問い合わせ先	内容	備考
1	かりゆし病院	石垣市字新川2124	83-5600	<p>受診、リハビリのための送迎。</p> <p>【対象】自身で乗降できる方</p> <p>【送迎エリア】新川から大浜方面まで</p> <p>【料金】無料</p> <p>【予約】前日までに予約</p> <p>【運行】月曜日から金曜日 土曜日の午前中のみ</p>	<p>○送迎バス時刻、対応地域の詳細については直接医療機関へご確認ください。</p> <p>※大浜方面は便数少</p>
2	下地脳神経外科	石垣市字登野城644-19	88-7300	<p>受診、リハビリのための送迎。</p> <p>【対象】自身で乗降できる方</p> <p>【送迎エリア】島内全域</p> <p>【料金】無料</p> <p>【予約】前日までが望ましい</p> <p>【運行】月曜日から金曜日 土曜日の午前中のみ</p>	<p>○送迎バス時刻、対応地域の詳細については直接医療機関へご確認ください。</p>
3	アイン薬局	石垣市字真栄里108-5	【予約連絡先】 080-8572-6382	<p>ヒデ整形、ひとし眼科、愛島クリニック受診のための送迎。</p> <p>【対象】自身で乗降できる方</p> <p>【送迎エリア】名蔵・白保より南側の地域</p> <p>【料金】無料</p> <p>【予約】前日17時までに予約受付 水曜日、土曜日は12時まで受付</p> <p>【運行】月曜日から土曜日 水曜日、土曜日は午前中のみ</p>	<p>○送迎バス時刻、対応地域の詳細については直接医療機関へご確認ください。</p>
4	コーラルクリニック	石垣市浜崎町3-3-9	87-5698	<p>受診のための送迎。</p> <p>【対象】自身で乗降できる方</p> <p>【送迎エリア】新川から大浜まで</p> <p>【料金】無料</p> <p>【予約】前日までに予約</p> <p>【運行】月曜日から土曜日 水曜日、土曜日は午前中のみ</p>	

④ その他



	名称	お問い合わせ先	内容	備考
1	福祉バス	老人福祉センター 83-8126	老人福祉センターの趣味のクラブに通うための移動手段として福祉バスが運行しています。 【対象】老人福祉センターの趣味のクラブ利用者 【料金】無料 【送迎エリア】市内 新川から白保	○偶数月、奇数月で運行時間が変わります。
2	外出支援サービス事業	【申請窓口】 石垣市介護長寿課 がんじゅう係 83-1682	一般の交通機関を利用することが困難な在宅の65歳以上の高齢者に対し、リフト付きワゴン車を利用し自宅から病院・公共機関へ送迎。 【対象】65歳以上の高齢者で、外出時に車椅子、ストレッチャーなどを必要とする方。 【料金】往復500円(片道250円) 【送迎エリア】島内	○1週間に2回まで利用可能。 ○介助を要す場合は同乗者(家族など)が必要。 ※訪問調査後、利用決定
3	バスチケット事業	【申請窓口】 石垣市介護長寿課 がんじゅう係 83-1682	高齢者の社会参加を助長し、経済的負担の軽減を図ることを目的として、石垣市の路線バスが自由に乗り降りできるバスチケットを交付します。 【対象者】65歳以上の非課税世帯の方 75歳以上の全ての方 【料金】無料	○バスチケットの追加配布は、介護長寿課で受付しています。 
4	おでかけタクシー事業	【申請窓口】 石垣市介護長寿課 がんじゅう係 83-1682	高齢者の社会参加を助長し、高齢者の福祉の向上、経済的負担の軽減を図ることを目的として、タクシー運賃を助成します。(初乗り運賃分のタクシー券を交付) 【対象者】75歳以上の高齢者世帯等で市民税非課税世帯の方、及び車の所有使用をしていない方、家族の送迎が困難な方。 【費用】初乗り料金を助成するタクシー券を交付 【枚数】ひと月2枚を最大6か月分(更新あり)	

4. 買い物のこと

HOBO
MIGRATORY BIRDS
SHOPPING SERVICE



	名称	運営主体	お問い合わせ先	販売（配達）エリア	内容	利用料
1	北部地域移動販売車HOBO (ホーボー)	石垣市北部農村 集落活性化協議 会	82-1307 (石垣市農政経済 課)	※基本的に各公民 館の外にて販売。 その他、配達を必 要とする方の自宅 訪問。	移動冷蔵冷凍販売車に商品に乗せて 地域を巡回し販売する。 【販売商品】 生鮮食品や日用品、野菜、パンなど 【販売日】 火曜日と木曜日の午後 【注文方法】 電話連絡またはLINE、注文票の FAXにて注文	【会費】月500円 ※買い物代行の依 頼をした場合に会 費を納める。 ※利用料は今後変 更の可能性ありま す。ご了承下さ い。

《北部移動販売車HOBO運行時刻》

【火曜日】 13:00 栄 → 13:25頃 兼城 → 13:40頃 下地 → 14:10頃 多良間 → 14:40頃 伊土名

【木曜日】 13:00 平野 → 13:50頃 平久保 → 14:20頃 久宇良 → 14:50頃 明石 → 15:20頃 伊原間

※運行時間は目安です。前後することがあります。



	名称	運営主体	お問い合わせ先	販売（配達）エリア	内容	利用料
2	手伝い隊 くくるの和	合同会社 WA-HaHa	87-9133 (くくるの和) 090-9850-4732	島内全域配達可 購入店舗指定可	買い物代行 【休み】 土日祝日、水曜日午後 【注文方法】 電話予約→買物代行→配達 商品代金後払い	【年会費】無料 【利用料】 1回500円 ※1か月2回以上の利用が条件
3	ゆいまーる便	ていだくくる 合同会社	87-0193	島内全域配達可 購入店舗指定可 (離島も対応可)	買い物代行 【休み】 不定休 【注文方法】 電話またはLINEにて。 受付時間9:00~18:00 島内:2日前18:00迄の受付で指 定日配送可(要相談)	【入会金】なし 【手数料】 1500円+税~ ※購入金額1万5 千円を超えた場合 は購入金額の10% +税が手数料
4	イオン ネットスーパー	イオン琉球 (株)	83-2829 (マックスバ リュウやいま 店)	新川~白保まで	買い物代行 【休み】 月曜日 【注文方法】 ○インターネットのみ ※24時間受付可	【入会金】無料 【手数料】 配送料、代引き手 数料、置き配料有 ※詳細はHPでご確 認ください。

5. 食のこと

① 配食サービス

	名称	実施主体	お問い合わせ先	対象者・条件	食事形態	配達エリア	料金（1食）	備考
1	石垣市ふれあい配食サービス	石垣市 社会福祉協議会	84-2211	65歳以上の高齢者及び心身障がい者	<ul style="list-style-type: none"> 普通食 刻み食 柔らか食 	○昼：新川～白保、川平 ○夕：富崎～白保	550円	○昼食（月から金曜日） ○夕食（土曜日） ※祝日も可
2	石垣市高齢者配食サービス	石垣市 介護長寿課 （社協、まごころ、花いち膳に委託）	83-1682	市内在住の65歳以上の一人暮らし又は高齢者のみの非課税世帯で、自ら買い物、調理など食事の用意が困難な方。	<ul style="list-style-type: none"> 普通食 刻み食 柔らか食 	島内全域	300円	○夕食（月から金曜日） 【申請】 介護長寿課 がんじゅう係 ※訪問調査後、 利用決定
3	まごころ弁当	まごころ弁当 石垣店	(TEL) 87-6001 (FAX) 88-6055	高齢者、調理困難者 ※電話が繋がらない場合 090-1874-6002	<ul style="list-style-type: none"> 普通食 刻み食 加リ-コントロール食 ムース食など 	島内全域	400円 ～900円	○昼・夕食（月から土曜日） 【休み】 日曜日 お正月三が日 ※初回1食無料
4	花いち膳	セントラル キッチン 花いち膳	87-0150	高齢者 調理困難者	<ul style="list-style-type: none"> 普通食 刻み食 柔らか食 	島内全域	500円	○夕食（月から土曜日） 【休み】 日曜日

② フードバンク

	名称	実施主体	お問い合わせ先	サービス内容	食品内容	料金	備考
1	フードバンク 事業	石垣市社会福祉 協議会	84-2211	食べるものがなくて 困っている方に無償で 食品を提供します。	缶詰、汁物食 品、パスタ、乾 麺、お米、お菓 子等々	無償提供	

6. 生活支援のこと

① 生活支援サービス

	名称	内容	お問い合わせ先	対象者	料金	備考
1	軽度生活援助事業	在宅で一人暮らしの高齢者の方が要介護状態にならずに自立した生活を営めるよう、軽易な生活の支援を行います。 【支援内容】 家屋内の掃除、布団干し、家屋外の掃き掃除など	石垣市 介護長寿課 83-1682	要介護認定で給付の対象外となる65歳以上の一人暮らし高齢者又は、高齢者のみ世帯の援助が必要な者。	1時間100円 ※1週間に1回2時間まで利用可	○介護保険サービスとの併用はできません。 ※訪問調査後、利用決定
2	石垣市シルバー人材センター（一般受注）	屋外清掃（溝掃除、台風後の掃除）、庭の手入れなど ※その他依頼内容については要相談	83-8439	特に制限なし	作業量に応じた金額になります。	○高齢の作業員のため危険を伴う作業は不可

7.介護保険外サービス

	名称	お問い合わせ先	内容	対象者	料金	備考
1	ワイズケア	090-6861-0395	保険適用外の買い物、通院時の一連の付き添い、各種行事の同行介助、お墓掃除など	特に制限なし	○目安としては 1時間3,000円～	※地域、依頼内容によって料金は変わるため詳細は電話でご確認ください。
2	訪問看護ステーションてっとめ	090-6858-1716	転院時の付き添い、島外含む受診の同行、旅行、冠婚葬祭の付き添いなど	当事業所利用者 ※新規での利用についてはご相談下さい。	○1時間3,300円 ※深夜、早朝割増料金あり ※公共交通機関については実費請求あり	詳細はホームページ、お電話でご確認ください。

8. 社会福祉協議会の事業

問い合わせ先 石垣市社会福祉協議会 84-2211

	名称	内容	対象者	料金	備考
1	福祉機器 リサイクル事業	自宅で不要になった福祉用具(車椅子・特殊寝台・シャワーチェア等)を回収し、修理して福祉用具を必要としている方に無料で差し上げています。	○石垣市にお住まいの方 ○病気や障害により、福祉用具を必要としている方	無料	一時的に車イスが必要な方には随時貸し出ししています。
2	日常生活自立支援事業	認知症の高齢者や知的又は精神に障害のある方で、判断能力が不十分な方に対して福祉サービスの利用手続きの援助、日常生活の金銭管理と書類の預かりサービスなどを行い、地域での生活を支援する事業です。	認知症の高齢者や知的又は精神に障害のある方で、判断能力が不十分な方	1時間 1,200円 (生活保護世帯は400円)	
3	救急医療情報キット	緊急時に必要な情報を筒状の容器に入れ冷蔵庫に保管。迅速な救急活動に役立ちます。	○健康上不安を抱える者 ○その他、本会の会長が必要と認める者	無料	石垣市社会福祉協議会の窓口にて本人又は、代理の方が申請し、キットを受け取ります。

9. シルバー人材センターの役割

問い合わせ先

(公社)石垣市シルバー人材センター 83-8439

シルバーとしてお仕事したい方(入会希望者)

- 石垣市にお住まいの男女を問わずおおむね60歳以上の健康で、働く意欲のある方ならどなたでも会員になることができます。
- シルバー人材センターの趣旨に賛同していただいた方
- 入会説明を受け、入会申込書を提出した方（理事会の入会承認が必要）
- 定められた会費を納入していただける方

シルバー人材センターで
生きがいづくり!!

あなたの力を
活かせる場所です!!



社会のために、
自らのために、
あなたの豊かな
知識と**経験**を、
活かしてみませんか？

仕事内容

屋内外の
掃除

施設清掃

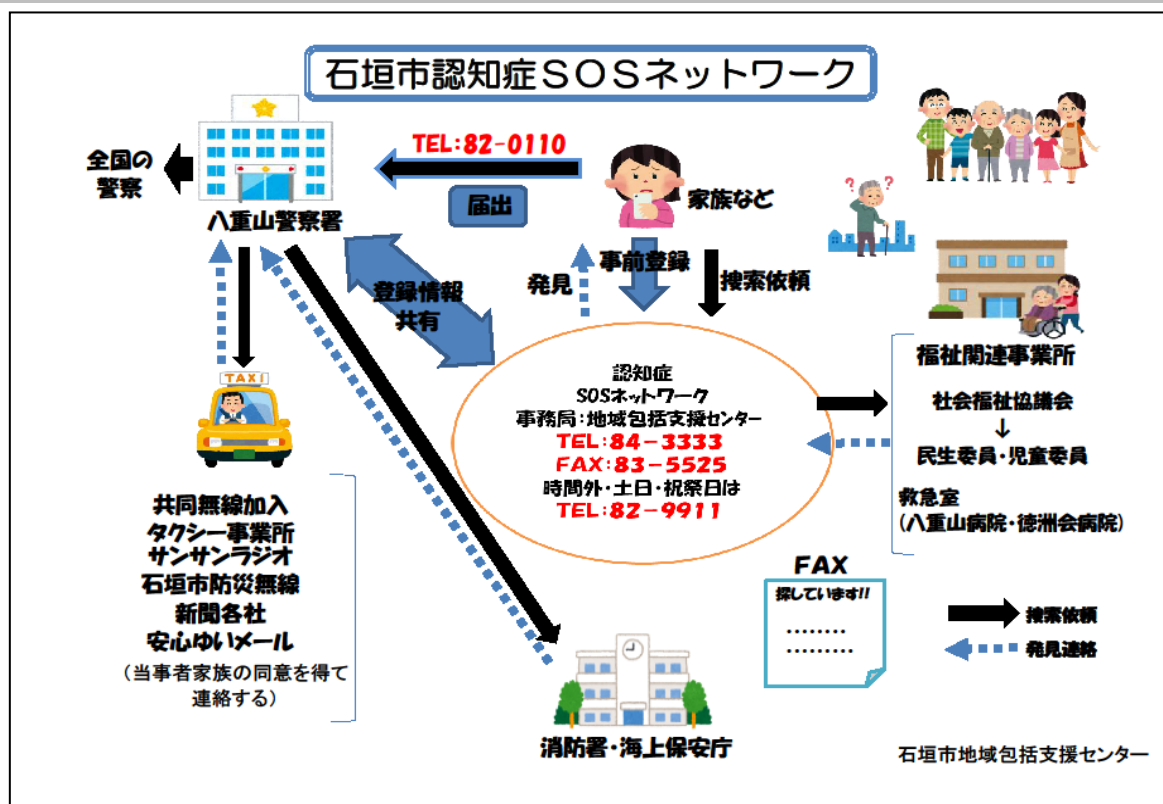
受付・管理
業務

など...

10.みまもりのこと

① みまもりサービス

	名称	実施主体	お問い合わせ先	対象者・条件	内容	料金	備考
1	石垣市認知症SOSネットワーク	地域包括支援センター	84-3333	認知症などで独り歩きの心配がある方	事前登録情報を警察署と共有し、所在不明時に各関係機関にFAXにて検索を依頼。	無料	○申請、相談は地域包括支援センター窓口にて



	名称	実施主体	お問い合わせ先	対象者・条件	内容	料金	備考
2	郵便局の みまもり訪問 サービス	日本郵便	0120-23- 28-86 0570-046- 666	特になし 報告先となる方のメー ルアドレスが必要になり ます。	○郵便局社員等がお宅 へ月一回訪問し会話を 通じて生活状況を確認 し指定の報告先へ連絡 する。 ○その他オプションあ り	月額 2500円	WEB,郵送での 申し込み
3	石垣市 ふれあい配食 サービス	石垣市 社会福祉協議会	84-2211	65歳以上の高齢者及 び心身障がい者	お弁当配達時、安否確 認を実施。	1食550円	詳しくは 食のこと参照 (17ページ)

② GPS

○「GPS端末タイプ」や「GPS機能付シューズ」などの位置確認サービス用品が販売されています。
○かけつけサービス（有料）を行っている業者もあります。
※サービス利用、購入の助成はありません。
詳しくはインターネット検索の上、業者に直接お問い合わせください。

☆情報等ありましたら生活支援コーディネーターまでお知らせください！



11. その他

① 運転免許証自主返納優遇措置(支援制度)

	名称	所在地	お問い合わせ先	内容	備考
1	株式会社 JAおきなわSS 大浜SS	石垣市字大浜 480-1	83-2970	運転経歴証明書所有者同乗で、レギュラー、ハイオク及び軽油の各種料金が1リットル当たり5円引き。	○運転経歴証明書提示 ○他の割引との併用可
2	株式会社 東江メガネ	石垣市字真栄里 292-1 イオンタウンや いま店	84-3400	眼鏡・補聴器代を店頭価格から10%割引	○利用時、運転経歴証明書提示が必要。
3	株式会社 メガネ一番	石垣市字真栄里 544-1	84-2288	眼鏡・補聴器代を店頭価格から10%割引	○利用時、運転経歴証明書提示が必要。
4	株式会社 OWNDAYS	石垣市登野城 927-29	0120-900- 298	眼鏡・補聴器代を店頭価格から10%割引	○利用時、運転経歴証明書提示が必要。
5	中央ツーリスト 南ぬ島石垣店	石垣市真栄里 289-1	83-5454	航空券又はツアー商品を購入する際、運転経歴証明書を提示すると、県内で使えるタクシーチケット(500円)贈呈。【購入する度】	○店頭で航空券を受け取る際に運転経歴証明書の提示が必要。
6	先島交通株式会社 (タクシー)	石垣市八島町 1-6-5	82-3988	タクシー乗車料金の10%割引 ※65歳以上に限る	○利用時、運転経歴証明書提示が必要。

	名称	お問い合わせ先		内容	備考
7	A&W 沖縄株式会社 (全店舗)	石垣市大川245	83-1234	ドリンク(S)サイズを1杯サービス(このサービスのみの利用は不可) ※65歳以上に限る	○購入時、運転経歴証明書を本人が提示する。
8	株式会社 琉球補聴器	石垣市石垣石垣 416-27 サザンパレス1F 西	83-4133	①補聴器新規購入時、電池サービス ②補聴器新規購入時、送迎無料(購入後自宅への出張、調整を一生涯無料) ③5万円以上の補聴器新規購入時、琉球補聴器の商品券3万円分進呈。	○購入時、運転経歴証明書を本人が提示する。 ○他の割引との併用及び特価品は除外。

② その他

	名称	お問い合わせ先		内容	備考
1	石垣市有料指定ごみ袋の無料配布助成制度	【問い合わせ・受取窓口】 石垣市環境課 82-1285 【申請窓口】 石垣市介護長寿課		子育て・介護の負担軽減を図るため、家庭でのおむつ等が大量に排出される対象世帯に対し、指定ごみ袋(20ℓ)を配布します。 【対象】在宅の者で、要介護4以上の認定を受けている常時紙おむつを使用している方 【料金】無料 【配布内容】一月15枚として、1度の申請で1年分の配布(1年に1度のみ)	○申請に必要なもの 介護保険被保険者証又はその写し
2	緊急通報システム	【申請窓口】 石垣市福祉部介護長寿課 がんじゅう係 83-1682		一人暮らしの高齢者が、家庭内で急病又は事故などの緊急事態に陥った時に速やかな援助を行います。 【対象】65歳以上の一人暮らしで、慢性疾患など日常生活上、常に注意を要する方。 ※電話回線を使用します。【料金】無料	○ひかり電話は対応外 ※訪問調査後、利用決定
3	福祉電話の設置	【申請窓口】 石垣市福祉部介護長寿課 がんじゅう係 83-1682		65歳以上の一人暮らしで市民税非課税世帯に、福祉電話(固定電話)の貸与をします。 【対象】○65歳以上の一人暮らし高齢者 ○市民税非課税世帯 ○電話、携帯電話を持っていない方 【料金】利用料金の900円を超える額は自己負担	※訪問調査後、利用決定

	名称	お問い合わせ先	内容	備考
4	老人日常生活用具 給付等事業	【申請窓口】 石垣市福祉部介護長寿課 がんじゅう係 83-1682	65歳以上の一人暮らしで市民税非課税世帯に、電磁調理器、火災報知器、自動消火器の給付をします。 【対象】○65歳以上の一人暮らし高齢者 ○市民税非課税世帯 【料金】無料	※訪問調査後、利用決定
5	介護用品支給事業	【申請窓口】 石垣市福祉部介護長寿課 がんじゅう係 83-1682	在宅生活継続、介護をする家族の精神的・経済的負担の軽減を図るために介護用品の支給を行います。 【対象】○65歳以上の要介護4又は5に該当する在宅高齢者 ○市民税非課税世帯に属する者 ○主な介護者が市民税非課税世帯に属する者 【支給額】月額6,250円(年間75,000円)	【支給用品】 紙おむつ、尿取りパッド、使い捨て手袋、ラバーシューズ、清拭剤、消臭剤、ドライシャンプー ※訪問調査後、利用決定
6	家族介護慰労金	【申請窓口】 石垣市福祉部介護長寿課 がんじゅう係 83-1682	在宅の65歳以上の高齢者を介護している家族に対し、年額10万円の慰労金を支給します。 【対象】要介護4又は5の高齢者を1年間介護サービスを使わず在宅で介護している市民税非課税世帯の家族	○3か月以上の入院又は、障がい福祉サービスを利用している方は対象外です。 ※訪問調査後、利用決定
7	障害者控除認定証	【申請窓口】 石垣市福祉部介護長寿課 給付認定係 87-6022	障害手帳を持っていない方で、一定条件に該当する方に対して「障がい者控除認定証」を交付します。この認定証を提示することで税控除が受けられる可能性があります。	○全ての方が対象になるわけではありませんので、必ずお問合せください。
8	特別障害者手当	【担当窓口】 石垣市福祉部障がい福祉課 82-9947	心身に重度の障害を有し、日常生活において常時特別な介護を必要とする方に支給される手当です。 【対象】法令で定める程度の障害状態にある方 ※詳しい条件は担当窓口にお問合せください。 【支給額】月額27,980円 (物価変動により金額変更の場合あり)	○申請時に所定の診断書の提出が必要です。

生活支援コーディネーターが 地域の支え合いを応援します

生活支援コーディネーターとは??

生活支援コーディネーターは、高齢者が住み慣れた地域で安心して暮らし続けられるよう地域の方と一緒に、住民同士の支え合い活動を進めていきます。

地域資源の情報収集

ニーズ(必要なもの)の把握

活動の場づくり・生活支援の担い手育成

関係者のネットワークづくり

近所で気軽に集える場所
参加したい・集いの場をつくりたい

ごみ出し、買い物などが大変
助けてほしい・手助けしたい

地域でボランティア活動
をはじめたい

地域のこんな活動を
みなさんに紹介したい

などなど…

こんなことはありませんか？
お気軽にお問い合わせ
ください。



生活支援コーディネーターが
さまざまなおところへ出向き、
お話を伺います。
一緒に住みよい地域をつくって
いきませんか？



問い合わせ先

石垣市地域包括支援センター 84-3333



市民の皆さんが把握している情報などがありましたら、下記に記入し情報提供をお願いします。

名称	内容	問い合わせ先	対象者	料金	備考

★各種事業者・団体のみなさまへ

この冊子に掲載可能な事業等を行っている方は下記まで連絡ください。

介護長寿課地域包括支援センター TEL：0980-84-3333

