

よりそい



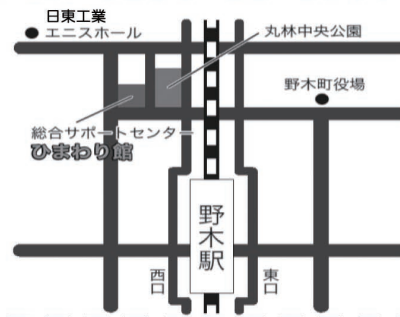
2026年4月 春号
VOL68

4月は「出発（たびだち）」の季節でもあります。期待に胸を膨らませる一方で、少しの不安も感じるかもしれません。そんな時に、私たちは、誰もが安心して一步を踏み出せる「追い風」のような存在でありたいと願っています。

ひまわり館では、福祉・保健・介護等の専門職員が皆様の生活のお悩みをお聞きして、解決に向けたご支援をします。お気軽にご相談ください。

野木町総合サポートセンター ひまわり館

開館日：月曜日～土曜日 8:30～17:15
休館日：日曜・祝日・年末年始
住所：野木町大字丸林582番地1
TEL：0280-33-6878
FAX：0280-33-6879



「ひまわり館」は皆様のための 気軽に相談できる「総合相談窓口」です。



相談は電話でも来所でも大丈夫です
社会福祉士・保健師・生活困窮者自立相談支援員・地域包括支援センター職員や障がい者相談支援専門員など各分野の専門職員が、ご相談者に寄り添い、問題解決のお手伝いをさせていただきます。



総合サポートセンター「ひまわり館」は、健康・福祉・障がい・生活困窮などの相談窓口です。心配なこと、不安なこと、困ったことなどは、一人で悩まずにご相談ください。

また、高齢者や子どもたちとの交流、健康づくりや生きがいづくり、地域で支え合うための人材育成講座なども行っています。

(ひまわり館外観)



介護保険

Vol.1

～親と自分のこれからのために。安心をプラスの介護保険ガイド～

Q そもそも介護保険ってなに？

A 介護保険は、高齢になっても住み慣れた地域で安心して暮らせるように社会全体で支え合う仕組みです。（介護保険法の施行は2000年からで今年で26年目）

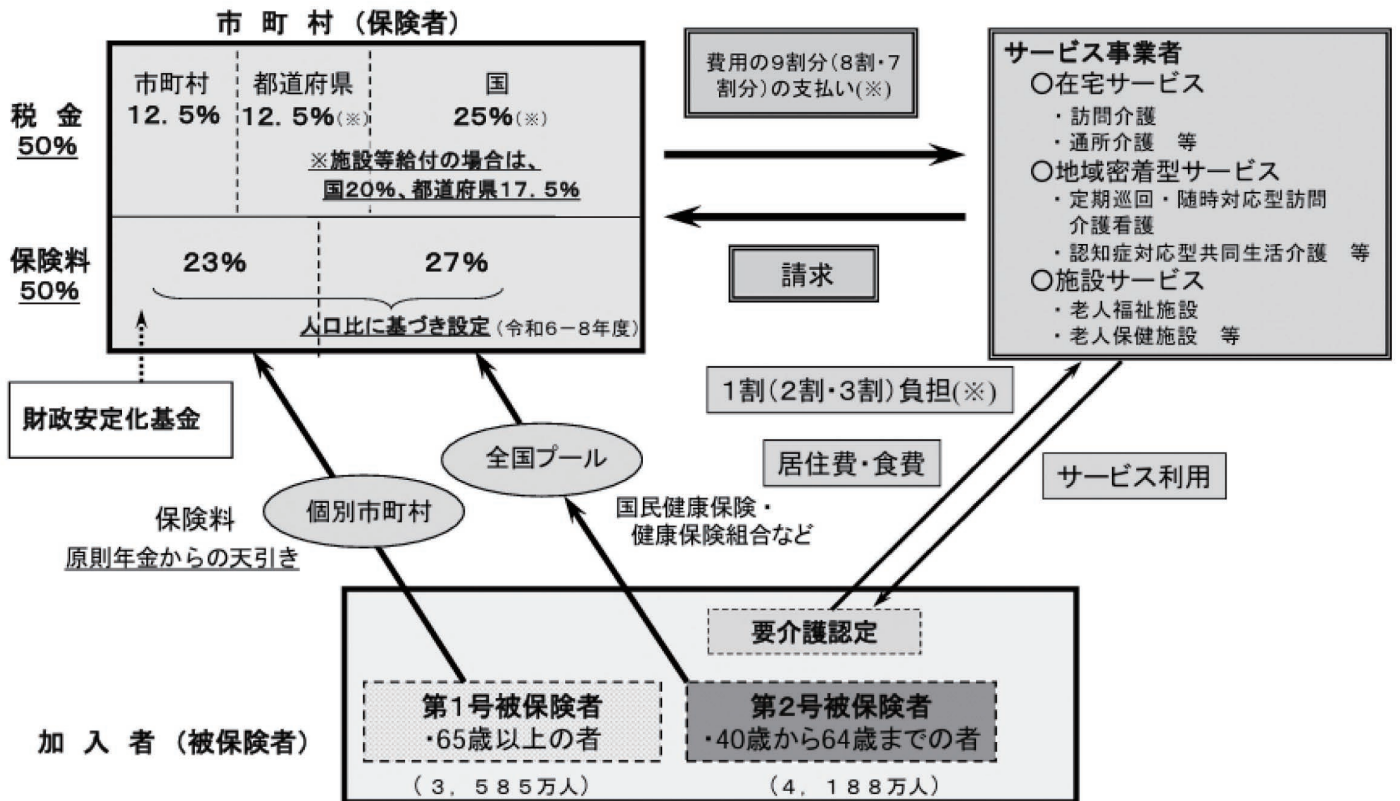
Q 介護保険は誰が払って、将来みんなが使うの？

A 40歳以上の皆さんが、健康保険料にプラスで納めている保険料が財源になります。

- ・65歳以上の方（第1号被保険者）原因を問わず、日常生活にサポート（介護・支援）が必要になった時に利用できます。
- ・40歳から64歳の方（第2号被保険者）末期がんや関節リウマチなど加齢に伴う特定の病気（16種類）が原因でサポートが必要になった場合に利用できます。

令和4年のデータでは、第2号被保険者は約13万人（0.3%）と少ないですが、第1号被保険者は65歳～74歳で71万人（4.3%）75歳以上は610万人（31.3%）になります。85歳以上（約60%）になります。高い割合で利用する保険になります。

介護保険制度の仕組み



(注) 第1号被保険者の数は、「令和4年度介護保険事業状況報告年報」によるものであり、令和4年度末現在の数である。

第2号被保険者の数は、社会保険診療報酬支払基金が介護給付費納付金額を確定するための医療保険者からの報告によるものであり、令和4年度内の月平均値である。

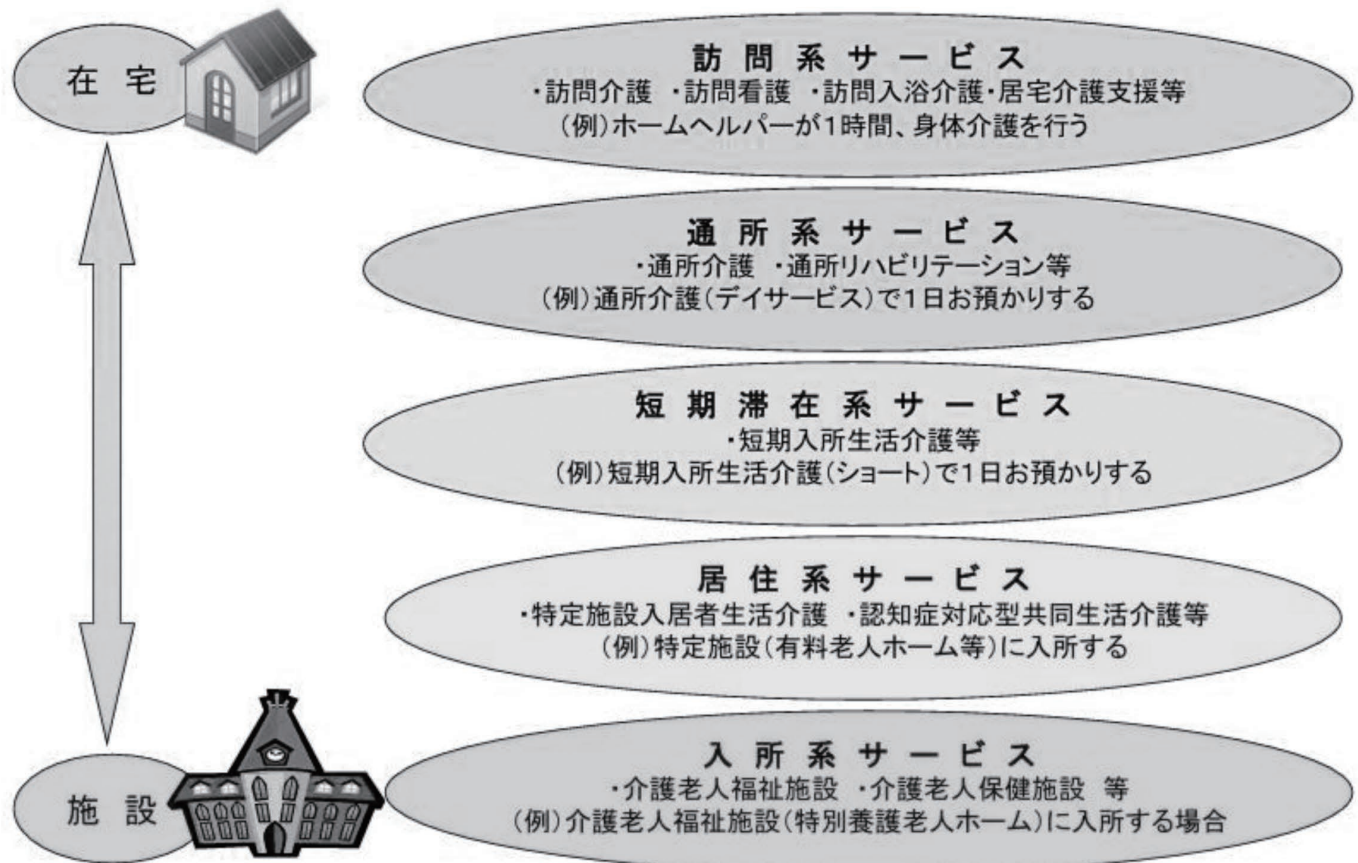
(※) 一定以上所得者については、費用の2割負担(平成27年8月施行)又は3割負担(平成30年8月施行)。

(厚生労働省老健局資料)

Q 介護保険はどんな時に使うの？

A 介護保険は、日常生活を送るのにサポートが必要になった時で、状況や希望により受けられるサービスが違うが、いろんなサポートが用意されています。
介護保険サービスの在宅～施設までを体系化すると下記のとおりです。

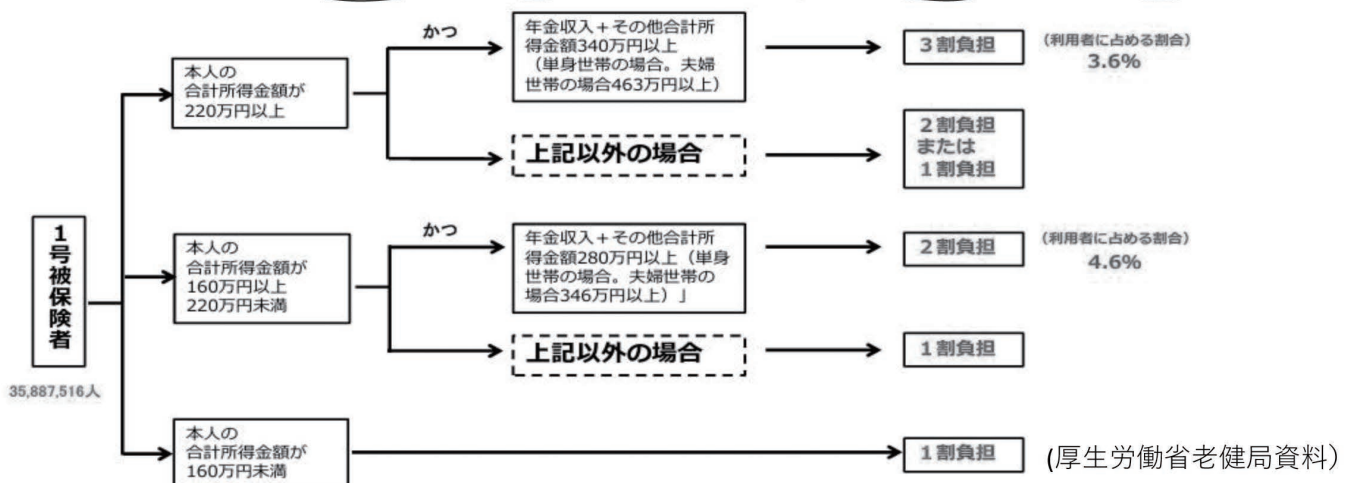
介護保険サービスの体系



Q 介護保険を使うといくらぐらいかかるの？

(厚生労働省老健局資料)

A 介護保険はサービスの内容によって異なりますが、自己負担額は本人の所得に応じて「1割・2割・3割」のいずれかになります。また、主な在宅サービスなどには上限額（支給限度額）が決められて、上限額を超えるサービスを利用した場合は、超えた分は全額利用者負担になります。



令和8年度事業予定

※令和8年2月時点の予定のため変更の場合
があります。なお、詳細は町HP、広報等
お知らせいたします。

地域いこいの場

毎週月・木 10:00~12:00 [談話室] ○地域の皆さんが気軽に
立ち寄り、お茶を飲みながら交流を楽しむ場所です。
月2回のイベント(折り紙、クラフト工作、ミニコンサート、体操等)

フ子コンサート

9月~3月で5回~6回開催予定 [多目的室1] ○ボランティア
の皆様の協力のもと、音楽等の鑑賞を通して、子供から高齢者まで
の交流と生きがいづくりの場の提供をしております。毎年大人気!!

キッズサロン ~あそVIVA~

今年は、好評で枠が取れないベビーマッサージ教室の回数を増や
してより多くの方にご参加して頂けるようにしております。また、
おさがり会等のイベントもございますのでご期待ください。

フィットネス ルーム

開館日 9:00~11:30・13:30~16:30 1回1時間 無料
健康づくりのための運動器具を設置しています。また、館内に「健
康チェックコーナー」もごさいます。ご利用をお待ちしております。
混雑時は、お待ち頂く場合がございます。ご了承ください。






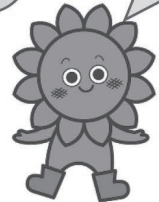


☎17種類8台の
健康器具
※町事業等によ
りご利用できな
い日があります。



おしえて サンちゃん



<p>ヘルメットをかぶって帰ろう</p> <p>のぎのん、さすが!! 努力義務なのにヘルメットして安全だね。保険も入っているかな?</p>  	<p>保険って、医療保険とか生命保険?</p> <p>違うよ、自転車保険だよ。令和4年7月1日から栃木県は自転車保険が義務化なんだよ。 【自転車損害賠償責任保険等】</p>  
<p>自転車でケガしても医療保険あるから大丈夫だよ</p> <p>自転車保険は、自転車の利用に係る交通事故により生じた「他人の生命、身体被害に係る損害賠償」のための保険で栃木県自転車条例で加入が義務化されたんだ。</p>  	<p>実際の判例 (神戸地裁H25.7.4判決)</p> <p>男子小学生11歳が夜間、帰宅途中に自転車で走行中、歩道と車道の区別のない道路において、歩行中の女性62歳と正面衝突。女性は頭蓋骨骨折等の傷害を負い意識が戻らない状態となった。 賠償額9.521万円</p> <p>知ってよかった。保険も入って安心して自転車乗ろう</p> 