

働きたい

- かしわ生涯現役窓口…………… 04-7157-0282 (柏市生涯現役促進協議会)
 柏市シルバー人材センター…………… 04-7166-6681 (柏市シルバー人材センター)
 ハローワーク松戸ジョブパーク柏…………… 04-7166-8609 (ハローワークプラザ柏)

誰かの役に立ちたい

- ボランティアセンター…………… 04-7165-0880 (ボランティアセンター)
 地域いきいきセンター…………… P7を参照ください
 さわやかサービス…………… 04-7197-6400 (柏市社会福祉協議会)
 たすけあいサービス…………… 04-7163-1200 (柏市社会福祉協議会)
 認知症サポーター養成講座…………… 04-7167-2318 (地域包括支援課)
 かしわオレンジフレズ…………… 04-7167-2318 (地域包括支援課)
 エンジョイパトロール…………… 04-7167-1115 (防災安全課)
 かしわファミリー・サポート・センター… 04-7190-5225 (かしわファミリー・サポート・センター)
 ブックスタート…………… 04-7164-5346 (柏市立図書館本館)
 柏市公園里親制度 (アダプトプログラム) 04-7167-1148 (公園緑地課)
 カシニワ制度…………… 04-7167-2528 (住環境再生課)

出かけたい

- かしわフレイル予防ポイント制度…………… 04-7167-2318 (地域包括支援課)
 かしわおでかけマップ…………… 04-7167-1141 (商工振興課)
 かしわインフォメーションセンター…………… 04-7128-5610 (かしわインフォメーションセンター)
 通いの場
 (ふれあいサロン、コミュニティカフェ) …… 04-7163-1200 (柏市社会福祉協議会)
 シニアクラブ…………… 04-7138-5970 (柏市シニアクラブ連合会事務局)
 老人福祉センター…………… 04-7193-2941 (柏市社会福祉協議会)
 ラコルタ柏 (柏市教育福祉会館) …… 04-7165-0880 (ラコルタ柏総合窓口)
 介護予防センター…………… 04-7167-2318 (地域包括支援課)
 借上バス利用費補助事業…………… 04-7168-1996 (高齢者支援課)
 カシワニクル…………… 04-7167-1219 (交通政策課)
 かしわコミュニティバス「ワニバス」… 04-7167-1219 (交通政策課)
 バスの高齢者割引…………… P19~20を参照ください
 柏市老人福祉センター送迎バス予定時刻表… 04-7168-1996 (高齢者支援課)

学びたい

- 千葉県生涯大学校…………… 043-266-4705 (千葉県生涯大学校事務局)
 シルバー作品展…………… 04-7138-5970 (柏市シニアクラブ連合会事務局)
 …… 04-7168-1996 (高齢者支援課)
 生涯学習まちづくり出前講座…………… 04-7191-7393 (生涯学習課)
 生涯学習ボランティアシステム…………… 04-7191-7393 (生涯学習課)

健康を維持したい

スポーツができる施設	……………	P24～25を参照ください
ヨガ・ピラティス・シニア体操教室	……………	04-7164-9573（柏市中央体育館）
ロコモ予防体操「かしわロコトレ！」	……………	04-7167-2318（地域包括支援課）
フレイル予防講座	……………	04-7167-2318（地域包括支援課）
フレイル予防・健康づくり出前講座	……………	04-7167-2318（地域包括支援課）
がん検診	……………	04-7168-3715（健康増進課）
予防接種	……………	04-7128-8166（健康増進課）
特定健康診査・特定保健指導	……………	04-7191-2594（保険年金課共通電話受付）
75歳以上の健康診査	……………	04-7191-2594（保険年金課共通電話受付）
保健事業利用券	……………	04-7191-2594（保険年金課共通電話受付）
健康相談	……………	04-7168-3715（健康増進課）

相談したい

地域包括支援センター	……………	P34～35を参照ください
柏地域医療連携センター	……………	04-7197-1510（地域医療推進課）
市民相談	……………	04-7167-1119（広報広聴課）
消費生活相談	……………	04-7164-4100（専用相談電話）
福祉の総合相談	……………	04-7165-8707（柏市地域生活支援センター）
心配ごと相談	……………	04-7163-1234（かしわ福祉権利擁護センター）
成年後見制度	……………	04-7162-5011（かしわ福祉権利擁護センター）
福祉資金・生活福祉資金貸付制度	……………	04-7163-1234（かしわ福祉権利擁護センター）
わたしの望みノート	……………	04-7163-7676（かしわ福祉権利擁護センター）
おいじたくあんしん相談室	……………	050-5236-3800（おいじたくあんしんねっと）
介護保険について	……………	04-7167-1134（高齢者支援課）
街角の年金相談センター柏	……………	04-7160-3111（街角の年金相談センター柏）
住宅リフォーム相談	……………	04-7163-5531（柏住宅リフォーム相談員協議会）

お助けサービス

さわやかサービス	……………	04-7197-6400（柏市社会福祉協議会）
たすけあいサービス	……………	04-7163-1200（柏市社会福祉協議会）
車いすの貸出し	……………	04-7163-1234（介護予防センターいきいきプラザ） 04-7193-2941（沼南社会福祉センター）
緊急通報システム	……………	04-7167-1135（高齢者支援課）
生活支援短期宿泊費助成	……………	04-7167-1135（高齢者支援課）
訪問歯科診療	……………	04-7147-6480 （（一社）柏歯科医師会附属歯科介護支援センター）
福祉サービス利用援助事業 （日常生活自立支援事業）	……………	04-7165-1144 （かしわ福祉権利擁護センター）

～こんな相談を受けています～

訪問販売（屋根工事）のトラブル

リフォーム業者が突然家に来た。
「屋根が壊れているから修理した方がいい」と言われ、契約をした。

【相談事例】

屋根が壊れているなら大変だと不安になって、業者に言われるままに工事契約をしてしまった。

後で冷静になると、よく考えないで知らない業者と高額な契約をしたことが心配になってきた。

見積書を見ても、工事の内容がよく分らないし、大事な家屋の工事を急かされたと思う。キャンセルできるだろうか。

！知っている役立ちます！

- 訪問販売は、「クーリング・オフ（無条件の契約解除）」ができる場合があります。困ったらできるだけ早く消費生活センターにご相談ください。
- 突然家に来た業者と、その場で大事な契約をするのはやめましょう。工事をしたいときは、複数の業者から「見積り」をもらい、慎重に検討しましょう。
- 「火災保険が使える」と誘われる場合がありますが、加入している保険会社には自分で直接問い合わせましょう。

電話勧誘、訪問販売、契約トラブル等でお困りの時は、
柏市消費生活センターにご相談ください！

相談専用電話

月～金、第3土曜日 午前9時～午後4時30分

04-7164-4100

◆交通事故にご注意ください！！

高齢者の交通事故は、自宅付近で朝・夕の散歩や通院時、道路横断中に多く発生しています。

通り慣れた道でも油断せずに、車の動きに注意し、安全確認をしっかりと行いましょう。暗くなったら明るい服装や反射材を身につけるように心がけましょう。

また、高齢ドライバーが加害者となる交通事故も発生しています。体調が優れないときは運転を控え、運転免許自主返納や、交通事故の発生防止・被害軽減のため、先進技術が搭載された「安全運転サポート車」への乗り換えについても考えてみましょう。

◆電話de詐欺にご用心！！

自分は電話de詐欺の被害にあわないと思っていませんか？

多くの方が詐欺の手口を知っていたにもかかわらずだまされています。

大切な財産を守るために、必ず防犯対策をとりましょう！

柏市内の被害状況

	被害金額	被害件数
2022年	約3.2億円	121件
2023年	約3.6億円	91件

(2023年は暫定値です)

これらは詐欺です！

- ・息子や孫をかたり「お金が必要、他の人が取りに行く。」
- ・警察官や銀行協会をかたり「キャッシュカードを預かりに行く。」
- ・市役所職員をかたり「還付金がある、ATMで手続きを。」

★有効な対策

防犯機能付電話機を使用する → 犯人と会話しないことが重要です！

★各種制度のお知らせ

【65歳以上の方】

防犯機能付電話機を購入した場合に、購入費の2分の1(上限10,000円、千円未満の端数は切捨て)を補助しております。

【80歳以上の方】

今、お使いの固定電話機に「振り込め詐欺撃退録音機」を無料取付しています。

→ 対象条件や申請手続きは、市ホームページまたは防災安全課へご確認をお願いします。

お気軽に
ご相談ください

柏警察署 (04-7148-0110)
防災安全課 (04-7167-1115)

安心・快適な日常生活を、福祉住宅環境整備でサポート



Iroha kenkyo CO., LTD.

いろはケンキョー ケアサービス

介護保険指定「福祉用具貸与事業所」
介護保険指定事業所番号：1272206754

福祉用具・介護用品・住宅改修など各種お任せください！



福祉用具 / 介護用品

介護ベッドや車いす、歩行器、ポータブルトイレなどの福祉用具・介護用品のこと、ご相談ください。



住宅改修 (介護リフォーム)

介護保険住宅改修、手すり工事、バリアフリー工事等、福祉介護リフォームのこと、ご相談ください。



電動シニアカー

電動シニアカー各種 (電動カート) にご相談ください。ご自宅での試乗、介護保険レンタルも承っております。



補聴器 (出張相談サービス)

補聴器の出張相談サービス承っております。ご自宅や施設様など、専門相談員がお伺いいたします。



Instagramでも紹介中！
ぜひご覧ください！
@irohakenkyo

☎ 04-7197-7461

いろはケンキョー株式会社

〒277-0922 千葉県柏市大島田 444 番地 1 (店舗前駐車場あり)
FAX : 04-7197-7462 / HP : <https://www.iroha-kenkyo.co.jp>

相談員募集中

いろはケンキョー 求人 検索

令和6年度版 シニアはつらつガイドブック

令和6年4月発行

発行者：柏市高齢者支援課

〒277-8505 千葉県柏市柏5-10-1

☎04-7167-1111(代)