やひこ
生活困りごと
解決ガイド

令和４年
３月版

はじめに

人は年齢を重ねると、仕事を退職したり、趣味やスポーツを控えることが多くなります。また、外出や人との交流機会が少なくなったり、子どもとの同居により家事をしなくなることもあります。そうしたライフサイクルによる日常の変化が、少しずつ心身の機能低下を招いている要因になっている可能性があります。

とはいえ、年齢を重ねても“自分のことは自分でやりたい”“子どもには迷惑をかけたくない”という言葉もよく聞かれますが、そのためには、心身共に健康な状態を保っていくこと（介護予防）が不可欠となります。

近年の研究では、スポーツ等身体を動かすことも大事ですが、“社会参加”が健康維持・認知症等のリスクを低減させる効果があることが分かってきています。社会参加には、就労やボランティア活動、趣味や習いごと、スポーツ等さまざまなものがあります。今日やるべきことがある、今日行く所がある…そんな毎日を送ることが介護予防の第一歩となります。

また、自分で取り組むことが難しいことについては、地域の支援やサービスを活用することも可能です。例えば、免許を返納して移動が難しい場合は外出支援サービスを活用することも出来ます。遠くまで買い物に行くことが難しい場合は商品を配達してくれるサービスや、移動販売を行うお店を活用することもできます。

この**「やひこ　生活困りごと解決ガイド」**は、

-ちょっと家のことを手伝ってほしいけど、頼める所はあるのかな？-

-なにかボランティアを始めてみたいけど、どんな活動があるのかな？-

など、ちょっとした生活の困りごとに役立つ情報を掲載しています。

このガイドブックが手元にあることで、住み慣れた地域でいつまでも、自分らしい生活が続けられることを願い、作成しました。

ぜひ、ご活用ください。

今後も、弥彦村民のみなさんが自由にサービスや活動を選択し、いきいきとした生活を続けていくことができるよう、活用できる情報の収集や提供を続けていく予定です。新たな情報提供も随時お待ちしております。

情報提供先：弥彦村社会福祉協議会
生活支援コーディネーターあて
０２５６－９４－４５５１

やひこ生活困りごと解決ガイド もくじ

		作成目的・情報の更新について	P1
1	外出支援	①一般タクシー	P3
		②福祉タクシー	P4
		③タクシー会員サービス	P4
		④循環バス「やひこ号」	P5-6
		⑤乗り合いワゴン車「きららん号」	P7
		⑥外出支援サービス	P7
2	家事支援		P8-9
3	食材や日用品、 お弁当の配達	①配達サービス 食材・日用品のお届け お弁当のお届け	P10-14
		②移動販売	P14
4	見守り・安否確認	制度・サービス・取り組み等	P15-18
5	雪かき		P19
6	交流・活躍の場	①交流したい	P20-22
		②身体を動かしたい	P23
		③活躍したい	P24-27
		④趣味の活動をしたい	P28-32
7	医療機関	①医療機関	P33
		②歯科医院	P33
		③休日や夜間の診療 救急医療電話相談	P34
8	その他	困った時の身近な相談窓口一覧	P35-36

◇おことわり◇

- 令和３年12月現在の情報を掲載しております。
- 新型コロナウイルス感染症対策として、情報が変更となっている場合があります。
  詳細は各連絡先にお問合せください。
- 名称や内容・連絡先等、誤りのないよう作成させていただいていますが、お気づきの点がありましたら、ご一報いただけますようお願いいたします。

1.外出支援

―出かけるために使えるサービス―

運転免許を返納して、
外に出る機会が減ったな…

どうやって買い物に行こうかな

病院までどうやって行こうかな…

①一般タクシー

まきタクシー吉田営業所	**弥彦タクシー**
燕市吉田堤町11-7 0256-93-2525	弥彦村大字弥彦1041-11 0256-94-2022
まきタクシー弥彦営業所	**中央タクシー**
弥彦村大字弥彦1096-3 0256-94-2525	燕市道金663 0256-63-4702
燕タクシー吉田センター	**中越交通燕営業所**
燕市吉田大久保町28-35 0256-92-7222	燕市大字佐渡5262 0256-63-4400
燕タクシー本社	**地蔵堂タクシー**
燕市秋葉町3-20-15 0256-62-6101	燕市分水新町4-3-21 0256-97-2116

【ちょこっとコラム】**似ているようで全然違う「介護タクシー」と「福祉タクシー」**

◆介護タクシー

要介護状態や身体の不自由な方が車いすに乗ったまま乗車できるようストレッチャー等が付いた車両。運転手は介護関連の資格を持ち、利用者の乗降介助を行ってくれる。要介護認定を受けている等いくつかの条件を満たせば介護保険が適応となる。利用については事前に担当のケアマネージャーさん（介護支援専門員）に聞いてみましょう！

◆福祉タクシー

要介護状態や身体の不自由な方が車いすに乗ったまま乗車できるようストレッチャー等が付いた車両。運転手に福祉資格要件はないので、介護を必要としている方だけでの乗車は難しい。介助者が同乗可能であればスムーズに乗り降り可能です。

②福祉タクシー（車いすに乗ったまま乗り降りできるタクシー）

まきタクシー吉田営業所	**弥彦タクシー**
燕市吉田堤町11-7	弥彦村大字弥彦1041-11
0256-93-2525	0256-94-2022
車椅子での乗降可能	車椅子での乗降可能
まきタクシー本社	**中央タクシー**
新潟市西蒲区巻甲4108-1	燕市道金663
0256-76-2525	0256-63-4702
車椅子での乗降可能	車椅子での乗降可能（ストレッチャーあり）
燕タクシー吉田センター	**日の丸観光タクシー**
燕市吉田大久保町28-35	三条市東三条1-6-14
0256-92-7222	0256-32-9895
車椅子での乗降可能（ストレッチャーあり）	弥彦⇔三条であれば利用可能。車椅子での乗降可能（ストレッチャーあり）
燕タクシー本社	**あすなろ介護タクシー**
燕市秋葉町3-20-15	燕市笈ケ島2013
0256-62-6101	0256-97-6600
車椅子での乗降可能（ストレッチャーあり）	

③タクシー会員サービス（会員登録制のサービス）

中央タクシー（らく～だ会員）	**日の丸観光タクシー（わくわく会員）**
燕市道金663	三条市東三条1-6-14
0256-63-4702	0256-32-9895
	弥彦⇔三条、もしくは三条市内での利用であれば可能

いずれも会員登録の上、予約が必要です。（利用目的に制限なし）
＜入会条件＞６５歳以上でバスや電車などのご利用が難しい
要介護認定をうけている方（要支援の方も含む）
障がいをお持ちの方
通常運賃の約３割引きの料金になります。

④弥彦・燕広域循環バス「やひこ号」

運行日	月曜日～金曜日 ※土日祝日、年末年始（12/29～1/3）は運休

ビジョン吉田行き　やひこ号

停留所	1号	3号	5号	7号	9号
1.てまりの湯（発）	6：43	8：09	10：18	12：32	14：16
2.道の駅国上	6：44	8：10	10：19	12：33	14：17
3.長辰	6：46	8：12	10：21	12：35	14：19
4.鴨原	6：47	8：13	10：22	12：36	14：20
☆村山ポンプ小屋	6：50	8：16	10：25	12：39	14：23
6.さくらの湯	6：53	8：19	10：28	12：42	14：26
☆支援センター	6：57	8：23	10：32	12：46	14：30
7.矢楯	7：02	8：28	10：37	12：51	14：35
8.県信前	7：05	8：31	10：40	12：54	14：38
9.ヤホール	7：06	8：32	10：41	12：55	14：39
10.弥彦駅	7：07	8：33	10：42	12：56	14：40
11.彌彦神社(宮司宅前)	7：11	8：37	10：46	13：00	14：44
☆弥彦体育館	7：14	8：40	10：49	13：03	14：47
12.井田中	7：21	8：47	10：56	13：10	14：54
13.農協前	7：22	8：48	10：57	13：11	14：55
14.弥彦村役場	7：23	8：49	10：58	13：12	14：56
15.矢作	7：24	8：50	10：59	13：13	14：57
16.峰見	7：27	8：53	11：02	13：16	15：00
☆夢の木はうす	7：30	8：56	11：05	13：19	15：03
17.大戸	7：32	8：58	11：07	13：21	15：05
18.吉田西太田(ウオロク吉田前)	7：35	9：01	11：10	13：24	15：08
19.吉田産業会館	7：43	9：09	11：18	13：32	15：16
20.吉田駅	7：49	9：15	11：24	13：38	15：22
21.県立吉田病院	7：54	9：20	11：29	13：43	15：27
22.樋ノ口（ひらせい吉田店前）	7：57	9：23	11：32	13：46	15：30
23.吉田東町（いわぶち整形外科前）	8：00	9：26	11：35	13：49	15：33
24.吉田本所（マルイ吉田店前）	8：02	9：28	11：37	13：51	15：35
25.ビジョンよしだ（着）	8：05	9：31	11：40	13：54	15：38

フリー乗降
県道矢作長崎線交差点から村山入口橋まで

フリー乗降
麓一区集落センターから矢楯バス停まで

フリー乗降
弥彦神社（宮司宅前）から上泉集落内

フリー乗降
峰見バス停から大戸バス停まで

運賃	100円/人　小学生以下無料
問合せ	0256-94-3131　（弥彦村役場 総務部 総務課）

てまりの湯行き　やひこ号

停留所	2号	4号	6号	8号	10号
25.ビジョンよしだ（発）	8：42	10：51	12：40	14：49	16：20
24.吉田本所（マルイ吉田店前）	8：45	10：54	12：43	14：52	16：23
23.吉田東町(いわぶち整形外科前)	8：47	10：56	12：45	14：54	16：25
22.樋ノ口（ひらせい吉田店前）	8：50	10：59	12：48	14：57	16：28
21.県立吉田病院	8：53	11：02	12：51	15：00	16：31
20.吉田駅	8：58	11：07	12：56	15：05	16：36
19.吉田産業会館	9：09	11：18	13：02	15：16	16：42
18.吉田西太田（ウオロク吉田店前）	9：12	11：21	13：05	15：19	16：45
17.大戸	9：15	11：24	13：08	15：22	16：48
☆夢の木はうす	9：17	11：26	13：10	15：24	16：50
16.峰見	9：20	11：29	13：13	15：27	16：53
15.矢作	9：23	11：32	13：16	15：30	16：56
14.弥彦村役場	9：24	11：33	13：17	15：31	16：57
13.農協前	9：25	11：34	13：18	15：32	16：58
12.井田中	9：26	11：35	13：19	15：33	16：59
☆弥彦体育館	9：33	11：42	13：26	15：40	17：06
11.彌彦神社(宮司宅前)	9：36	11：45	13：29	15：43	17：09
10.弥彦駅	9：40	11：49	13：33	15：47	17：13
9.ヤホール	9：41	11：50	13：34	15：48	17：14
8.県信前	9：42	11：51	13：35	15：49	17：15
7.矢楯	9：45	11：54	13：38	15：52	17：18
☆支援センター	9：50	11：59	13：43	15：57	17：23
6.さくらの湯	9：54	12：03	13：47	16：01	17：27
☆村山ポンプ小屋	9：57	12：06	13：50	16：04	17：30
4.鴨原	10：00	12：09	13：53	16：07	17：33
3.長辰	10：01	12：10	13：54	16：08	17：34
2.道の駅国上	10：03	12：12	13：56	16：10	17：36
1.てまりの湯（着）	10：04	12：13	13：57	16：11	17：37

フリー乗降
大戸バス停から
峰見バス停まで

フリー乗降
上泉集落内から彌
彦神社(宮司宅前)
まで

フリー乗降
矢楯バス停から麓
一区集落センター
まで

フリー乗降
県道矢作長崎線交
差点から村山入口
橋まで

⑤乗り合いワゴン車きららん号
事前予約制の乗り合いタクシー

料金	300円/回　小学生は100円、未就学児は無料
運行日	月曜日～金曜日 ※土日祝日、年末年始（12/29～1/3）は運休
運行時間	朝7時便から夕方5時便まで（午後1時便は運行なし） 1時間おきに運行し、1日10便の運行
利用方法	事前予約が必要です。（予約は1週間前から可能） **おでかけきららん号予約センター** 0256-77-7888　　FAX：0256-92-0150 ※電話かFAXで予約（FAXによる予約は前日まで） 【注】初回利用前に、「利用登録票」の提出が必要です。 申請用紙は弥彦村役場ホームページからダウンロード、もしくは役場総務課で受け取り、提出ください。 ＜提出方法＞ ●持参（提出先）　弥彦村役場 総務部 総務課 ●FAX　0256-94-3216 ●郵送　〒959-0392　弥彦村大字矢作402 弥彦村役場 総務部 総務課　宛て

⑥外出支援サービス
特殊車両による外出支援（要介護認定を受けられた方）

対象	要介護認定を受けられた方で特殊車両による外出支援が必要な方
回数・目的	月2回まで　片道20キロ以内の医療機関への送迎
利用方法	「弥彦村外出支援サービス事業申請書」の提出が必要です。 申込み用紙は弥彦村役場ホームページからダウンロード、もしくは役場福祉課で受け取り、提出ください。
問合せ	0256-94-3133（弥彦村役場 住民福祉部 福祉課）

2.家事支援

ー家事に関するお手伝いー

電球が切れたけど、
交換するのが大変

重たい物を持って
ゴミステーションまで歩けない

一人で全部の家事を
するのが大変…

軽度生活援助	
対象	おおむね65歳以上の一人暮らしや高齢者世帯の方
内容	草取り　草刈り　除草剤散布 庭木の剪定　障子張り　居室の整理整頓 母屋の軽微な修繕　除雪　網戸張り 雨どいの清掃
費用	費用の1割 ※内容によっては、材料費や処分料の負担が別途必要になるため、依頼の際に料金を確認してください。
時間	1回あたり4時間まで
回数	年間3回まで
利用方法	「軽度生活援助申請書」の提出が必要です。 申請用紙は弥彦村役場ホームページからダウンロード、 もしくは役場福祉課で受け取り、提出ください。 ＜提出先＞ 弥彦村役場 住民福祉部 福祉課　0256-94-3133

ダスキン＜家事おてつだいサービス メリーメイド＞	
対象	どなたでも
内容	掃除（掃除機掛け、トイレ・お風呂・洗面所の掃除、庭掃除、ペット周りの掃除など） 洗濯（干す、取り入れる、たたむ、アイロンがけなど） キッチン（食器洗い、調理、下ごしらえなど） その他（布団干し、靴磨き、ゴミの分別など）
費用	定期/1回のみのコースあり　回数や内容によります。
問合せ	0120-100-100（ダスキンコンタクトセンター）

中越クリーンサービス

	◎家事代行プラン “誰かのサポート”が必要になった時に気軽に利用でき、ライフサイクルに合わせて定期的に訪問し、家事をお手伝いします。	
	対象	どなたでも
	費用	例）間取り・サイクル（１時間２名） １回/週　5,000円～
	◎シルバーサービス 介護保険を使わない家庭介護のお手伝い、家族に変わって身の周りのお世話、同居家族の家事も対応します。	
	対象	家庭介護をする家庭
	サービス時間	9：00～17：00（月～金）
	基本料金	１時間1,500円～（税別）
	内容	お掃除、ゴミ出し、食器洗い、庭の草取り・水やり
問合せ		025-244-3131（月～金　10：00～17：00）

弥彦村シルバー人材センター

家事・福祉・育児サービス	
内容	施設に行っての見守り・洗濯・掃除、自宅での見守り等 ※事前に要望を確認し、対応できるシルバー会員を調整します。
問合せ	0256-94-5144

3．買い物に関するサービス

ー食品や日用品、お弁当などー

品物を配達してくれる
お店はないかな？

重い物やかさばる物を
届けてくれないかなぁ

家の近くまで売りに来て
くれないかなぁ～

お弁当を届けてくれる
人がいると安心

①配達サービス

よろずや狩谷	
場所	弥彦村大字弥彦1999番地
問合せ	0256-94-2104
営業時間	月・火・木・金・土・日　8：30～19：00 （定休日：水曜）
配達範囲	村内
MEMO	生鮮食品から簡単な日用品まで取り扱っています。 バイクで元気と共にお届けします。

ファミリーマート　弥彦温泉前店	
場所	弥彦村大字弥彦2280番地
問合せ	0256-91-2500
営業時間	24時間
配達範囲	村内
MEMO	お届け日時、範囲等はご相談に応じます。 まずはお電話ください。

セブンイレブン　弥彦大鳥居店	
場所	弥彦村大字矢作7346-2
問合せ	0256-94-2923
営業時間	24時間
配達範囲	村内
MEMO	お届け日時、範囲等はご相談に応じます。 まずはお電話ください。

セブンイレブン　弥彦麓店	
場所	弥彦村大字麓3099
問合せ	0256-94-1331
営業時間	24時間
配達範囲	村内他
MEMO	お届け日時、範囲等はご相談に応じます。 まずはお電話ください。

クルコ（生活協同組合コープクルコ） 食材や日用品を自宅の玄関まで届けてくれます ※子育て割引あり　※お試し利用可能	
問合せ	0120-025-261（平日9：00～19：00まで）
配達範囲	村内他
出資金	１口1000円が必要（退会時返却）
MEMO	商品カタログと注文用紙を受け取り記入してご注文いただきます。 インターネット注文や専用アプリも充実しています。 ※注文は前の週が締切になっているので、急ぎではない商品を注文したい人向けのサービスです。

コープデリ（生活協同組合コープにいがた）

自宅玄関まで届けてくれます。
※子育て割引あり　※お試し利用可能

問合せ	0120-025-261（平日9：00～19：00まで）
配達範囲	村内他
出資金	１口1000円が必要（退会時返却）
MEMO	商品カタログと注文用紙を受け取り記入してご注文いただきます。インターネット注文や専用アプリも充実しています。 ※注文は前の週が締切になっているので、急ぎではない商品を注文したい人向けのサービスです。

パルシステム（生活協同組合パルシステム新潟ときめき）

自宅玄関まで届けてくれます。
※子育て割引あり　※お試し利用可能　※Web加入も可能

問合せ	0120-025-261（平日9：00～19：00まで）
配達範囲	村内他
出資金	1000円が必要（退会時返却）
MEMO	商品カタログと注文用紙を受け取り記入してご注文いただきます。インターネット注文や専用アプリも充実しています。 ※注文は前の週が締切になっているので、急ぎではない商品を注文したい人向けのサービスです。

ヨシケイ新潟三条営業所（株式会社オーシャンシステム）

好みのメニューを選ぶと食材を自宅玄関まで届けてくれます。

場所	三条市西本成寺2-26-55
連絡先	0256-33-3000
配達範囲	村内他
MEMO	連絡をいただければ、商品カタログをお届けします。 カタログから、お好みのメニューを選ぶと食材が配達される仕組みです。 食材はカット済みコース等もあるので、忙しい方や長時間の料理は難しい方にもお勧めです。

配食サービス
夕飯のお弁当を村内のボランティアさんが配ります（365日対応）

対象	おおむね65歳以上の高齢者世帯、準ずる世帯、心身障害者、疾病の予防、低栄養の改善が見込まれる方
配達日	希望する日、曜日（365日対応）
配達範囲	村内
費用	①村民税非課税世帯→380円（1食） ②村民税課税世帯→580円（1食） ※おかずのみ等の対応もあります。詳しくはお問い合わせください。
申込み方法	「配食サービス利用申込書」の提出が必要です。 申請用紙は弥彦村役場ホームページからダウンロード、もしくは役場福祉課で受け取り、提出ください。 ＜提出方法＞ ●持参（提出先）　弥彦村役場 住民福祉部 福祉課 ●郵送　〒959-0392　弥彦村大字矢作402 弥彦村役場 住民福祉部 福祉課　宛て
問合せ	0256-94-3133（弥彦村役場 住民福祉部 福祉課）

＜配食ボランティア募集中＞

配食サービスのお弁当は、
雨の日も、風の日も、雪の日も、1年間365日
村内の**ボランティアさん**が心を込めて配っています☆
サービスを継続していくためにはボランティア
さんの協力が不可欠です！

心を込めてお弁当を配達してくださるボランティアさんを募集しています。
詳しくは、当ガイドの25ページをご確認ください。

ワタミの宅食	
内容	日替わりの夕食宅配、冷凍総菜宅配
配達範囲	村内他
連絡先	受付センター　0120-321-510（9：00～18：00）
MEMO	お届け内容、お届け頻度等様々なメニューがあり、 不在の場合は不在BOXの設置も可能です。

②移動販売

マルイの移動スーパー「とくし丸」	
内容	お刺身、寿司、総菜、お肉、野菜・果物、パン、お菓子、日用品…軽トラックにたっぷり400品目！ 見て買えて、注文もできる、とっても便利な移動スーパー
連絡先	090-6568-4686（担当者 神代）
販売場所	村内他（近所の広場、福祉施設、個人宅前ほか）
販売日・時間	基本的には毎週2回決まったコースを巡回。 曜日や時間は、相談に応じます。
MEMO	個人宅でも団体でもご要望に応じて伺います。 まずはご相談ください。

嘉平豆腐店	
内容	その日の早朝に出来上がったばかりのお豆腐を販売
連絡先	0256-93-2422
販売域	村内他
MEMO	ざる豆腐、おぼろ豆腐、本造りもめん、本造りきぬ、おからコロッケ、油揚げ、厚揚げ、がんも、揚出豆腐、豆乳　などさまざま取り揃えています。

4．見守り・安否確認

―地域で安心して暮らし続けられるための活動―

お元気ですか？
お変わりないですか？」

離れて暮らす高齢の両親。
見守ってくれる人がいると
安心できるのになぁ。

友愛訪問	
訪問する人	弥彦村老人クラブ連合会の友愛訪問担当者
対象・内容	年齢や老人クラブの加入の有無に関係なく、地域の中での見守りが必要と思われる世帯に友愛訪問担当者が訪問します。
問合せ	0256-94-2666（弥彦村老人クラブ連合会事務局）

民生委員・児童委員の定期訪問	
訪問する人	民生委員・児童委員
対象・内容	年齢や疾病の有無、障がいの有無等に関係なく、地域の中での見守りが必要と思われる世帯に民生委員・児童委員が訪問します。
問合せ	各地域担当民生委員・児童委員 または、弥彦村役場 住民福祉部 福祉課　0256-94-3133

配食ボランティアによる見守り活動	
訪問する人	配食ボランティア
対象・内容	配食サービス（当ガイド１３ページ参照）を利用する世帯に配食ボランティアが弁当を届ける際に安否確認を行います。
問合せ	0256-94-4551（弥彦村社会福祉協議会 ）

＜郵便局＞みまもりサービス（２種+オプション）

①みまもり訪問サービス

内容	郵便局社員などが自宅へ月1回訪問し、会話を通じて生活状況を確認し、ご家族等にメールまたは郵送で報告します。 （家族が指定した報告先への連絡も可能 ※上限3か所まで） 訪問時間は30分程度です。
確認項目	毎月の訪問時に確認する10項目の質問のうち3項目は、本人の状況に合わせて選ぶことができます。 【基本確認内容】 ・体調について　・食事摂取について　・睡眠について ・運動について　・外出頻度について　など 【選択できる確認内容】 ・持病の状況　・通院　・服薬　・飲酒　など
料金	月額2,500円（税込み）

②みまもりでんわサービス

内容	毎日電話（自動音声）で体調確認を行い、回答内容はすぐにご家族などへメールで報告します。（家族が指定した報告先へ連絡も可能※上限4か所まで）
確認手順	①毎日決まった時間帯にお電話（自動音声） ②その日の体調を電話機のボタンを押して回答 ③回答内容をご家族などへリアルタイムにご連絡
料金	固定電話　月額1,070円（税込み） 携帯電話　月額1,280円（税込み）

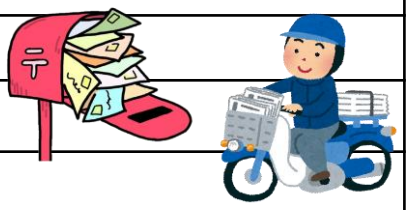
《オプション》駆けつけサービス

内容	もしもの時には、家族からの要請に応じて警備会社がご自宅に駆けつけます。
料金	月額880円（税込み） ※駆けつけ料は１回につき5,500円（税込み） 対応は1時間以内

問合せ	郵便局またはお客様サービス相談センターへ 固定電話から　0120-23-28-86（フリーコール） 携帯電話から　0570-046-666（通話料有料）

＜NIC新潟日報販売店＞あんしん・みまもりコールサービス

内容	新聞がたまっている（取り込まれていない）、いつも挨拶するのに返事がない、洗濯物が取り込まれていない、などの異変に気付いた際にご希望の連絡先に電話します。
料金	無料
対象	新潟日報購読者で希望する方（要登録）
登録・問合せ	0256-94-5464 （株式会社新潟日報サポート　弥彦営業所「NIC弥彦」）



＜ヤマト運輸＞見守りサービス　あんしんハローライトプラン

内容	おうちのトイレや廊下などの電球をハローライト（LED電球と通信機能が一体になったライト）に交換するだけで始められる見守りサービスで、点灯/消灯を24時間計測し、見守ります。電球に点灯/消灯の動きが無い場合、事前に設定した通知先へメールでお知らせします。異常時にも通知先のご依頼に応じてスタッフが設置先を訪問します。必要に応じて地域包括支援センター等の地域の窓口と連携し対応します。
申込み方法	スマートフォンで申込み専用サイトへアクセスし登録します。もしくはヤマト運輸直営店またはセールスドライバーにお申し付けください。（吉田弥彦センター：0570-200-000）
料金	月額1,078円（税込み）
問合せ	0120-545425（ヤマト運輸㈱ネコサポサービスセンター）

おでかけ応援おかえり支援ネットワーク

―行方不明になる人を未然に防ぐ、早期発見するための取り組み―

内容	認知症の方や障がいなどにより行方不明になる心配のある方の情報を事前に登録しておきます。 もしも行方不明になった場合は役場から協力事業者へ連絡し、地域の方へは防災行政無線や弥彦村防災メール（当ガイドP18を参照）で情報を流し、可能な範囲での捜索の協力や情報提供をお願いします。
登録方法	弥彦村役場 住民福祉部 福祉課または弥彦村地域包括支援センターへ情報シートを提出します。
問合せ	0256-94-3133（弥彦村役場 住民福祉部 福祉課） 0256-94-1030（弥彦村地域包括支援センター）

徘徊位置検索システム

内容	認知症による徘徊の心配がある高齢者に、外出時に小型の携帯端末を持ってもらい、行方が分からない時は、家族に位置情報を提供します。システム加入料金を補助します。
対象	おおむね65歳以上の認知症高齢者
補助限度額	システム加入料金の費用：5,000円（1人1回）
利用料	加入した会社やプランにより異なります。
登録・問合せ	0256-94-3133（弥彦村役場 住民福祉部 福祉課）

緊急通報装置の貸出し

内容	家庭内での病気や事故の際、ボタンを押すとサービス会社のコントロールセンターに通報できる装置を貸し出します。
対象	おおむね65歳以上の一人暮らしの高齢者および高齢者のみの世帯で、他の世帯員のすべてが重度の要介護状態または常に医師の治療を必要とする状態にある方
貸与費用	村民税非課税世帯：無料 村民税均等割課税世帯：月額500円 村民税所得割課税世帯：月額1,000円
登録・問合せ	「緊急通報システム設置申請書」の提出が必要です。 ＜提出先＞弥彦村役場 住民福祉部 福祉課　0256-94-3133

防災メール

内容	緊急時の避難情報、気象情報、土砂災害情報等を配信します。 ・防災、災害などに関するお知らせ　・避難情報、避難勧告 ・気象情報（大雨、洪水、大雪、暴風、暴風雪） ・土砂災害情報　・その他、村からのお知らせ
料金	登録無料
登録方法	次のアドレスにメールを送り、返信メールから登録します。 宛先：yahiko1-ent@pwa.e-msg.jp 件名（記入の必要なし） 本文：登録する名前を入力
問合せ	弥彦村役場 総務部 防災・情報対策係（0256-94-3138）

5．雪かきに関する情報

玄関から道路まで、距離が長くて除雪が大変

一日に何回も除雪しないと追いつかない

雪で通学路の安全性が心配

弥彦村シルバー人材センター	
内容	玄関から道路に出るまでの除雪を行います。 ※屋根の雪下ろし等危険な行為はできません。
利用料	利用時間、人数によって異なります。 料金は、必ず依頼する際に確認してください。 また、利用回数上限内であれば「軽度生活援助制度」の利用が可能です。（詳細は当ガイド8ページをご確認ください）
問合せ	0256-94-5144

6．交流・活躍の場

①交流したい

いきいきサロン	
内容	誰もが参加でき、仲間と会って好きなことをして楽しい時間を過ごすことが出来る交流の場です。家に閉じこもりがちな一人暮らし高齢者などの孤立感の解消・自立生活の助長を目的にしています。
対象	どなたでも
参加料	各地区によって異なります。
問合せ	0256-94-4551（弥彦村社会福祉協議会 ）

各地区のいきいきサロン

麓一区	みんなの茶の間	麓一区集落センター
麓二区	おさくらクラブ	麓二区集落センター
鴨原	いきいきサロン	鴨原公会堂
村山	いきいきサロン	村山集落センター
観音寺	いきいきサロン	観音寺集落センター
矢楯	なかよしサロン	矢楯会館
浅尾	いきいきサロン	世話人自宅
上泉	いきいきサロン	上泉公会堂
井田	いきいきサロン	井田公会堂
山崎	お茶の間	山崎公会堂
中山	ぬくもりの会	中山集落センター
二松	いきいきサロン	二松集会所
矢作	お茶の間広場	矢作集落センター
大戸	お茶の間いちご	大戸集落センター

【活動内容】
・茶話会
・講師を呼んで
勉強会、体操
・クリスマス会など
のイベント
・蕎麦打ち
など

いきいきサロンを始めてみませんか??

地域のつながり・仲間づくり

孤立・閉じこもり防止見守り効果

地域の情報交換

災害時にも強い地域づくり

身近な活躍の場所

いきいきサロンは、地域に暮らす住民同士が気軽に集まれる場所をつくることを通して、**「仲間づくり・出会いの場づくり・健康づくり」**をするための活動です。

活動費を助成する制度もありますので、いきいきサロンを始めてみたい方は社会福祉協議会までご相談ください(^^♪

弥彦村社会福祉協議会　0256-94-4551

弥彦の茶の間うさぎ庵（地域の茶の間）

内容	赤ちゃんからお年寄りまで、障がいの有無などに限らず誰でも参加でき、開放日は出入り自由な常設型の居場所です。 “困った時はお互いさま”をコンセプトとしていて、支え合いの地域づくりを進めて行く拠点として弥彦村にオープンした第１号のお茶の間です。 決められたプログラムはないため、自由に過ごすことができます。
対象	どなたでも
開放日	毎週月曜日10：00～14：00（祝日含む） 広報、社協ホームページ、 弥彦の茶の間うさぎ庵ホームページにてお知らせ
参加費	大人1日200円（お茶代）、中学生以下無料 お昼ご飯希望の方は別途300円
場所	弥彦村大字弥彦1224番地
問合せ	0256-94-5232※開放日のみ（弥彦の茶の間うさぎ庵） 0256-94-4551※開放日以外（弥彦村社会福祉協議会）

老人クラブ

内容	村内で地区ごとに10の単位クラブがあり、月1回のお楽しみ会の活動を通しながら「生きがいづくり、健康づくり、仲間づくり、地域づくり」ができます。 他にも1年通じていろいろな活動があり、ゲートボール大会・スポーツ大会、スカットボール大会、一泊研修旅行や単位クラブごとの旅行、芸能大会なども行っています。一人暮らし高齢者のお宅等へ友愛訪問活動を行ったり、公共施設周りの草取り奉仕等も行っています。
入会の条件	村内在住で60歳以上の方
会費	単位クラブによって異なる（おおよそ年1,000円程度）
申込み 問合せ	0256-94-2666（弥彦村老人クラブ連合会事務局）

介護者のつどい

内容	介護や認知症についての情報や知恵を知りたい方、介護の不安、介護に関心のある方など、誰でも参加できる介護者の交流会です。 スタッフの付き添いがあるのでご本人の参加も可能です。 ※ご希望の方には送迎もあります。ご相談ください。
開催日	毎月第3土曜日　13：30～15：30
参加費	無料
場所	弥彦村保健センター（弥彦村大字麓3047番地）
問合せ	0256-94-1030（弥彦村地域包括支援センター）

こいて茶屋（認知症カフェ）

内容	あたたかい飲み物やおやつを食べながら、楽しく交流ができる場です。介護や認知症についての相談、施設の見学も可能です。 ※送迎あり
開催日	毎月第4金曜日（原則）　14：00～15：30
参加費	無料
場所	グループホームこいて（弥彦村大字矢作4623番地）
問合せ	0256-94-1280（グループホームこいて）

②身体を動かしたい

からだスッキリ教室	
内容	健康運動指導士によるコンディショニングとウォーキングの講話・実技
開催時期 開催場所	5月～6月（4回）：農村環境改善センター 1月～3月（8回）：保健センター
周知方法	広報
問合せ	0256-94-3139（弥彦村役場 住民福祉部 健康推進課）

楽らく教室	
内容	①健康運動指導士による運動講座とやひこ楽ちょこ体操等 ②歯科衛生士による口腔講話とお口の体操 ③管理栄養士による食事講座
開催時期	春期：4月～6月のうち9回 秋期：9月～12月のうち9回 ※変更の可能性あり（詳細はお問い合わせください）
周知方法	広報
問合せ	0256-94-3139（弥彦村役場 住民福祉部 健康推進課）

③活躍したい

・弥彦村ボランティア連絡協議会に加入しているボランティア団体の情報を掲載しています。

村内のボランティア情報	
問合せ先	0256-94-4551（弥彦村社会福祉協議会）
椎の実会	
活動内容	桜井の里での洗濯物たたみや、喫茶のお手伝い
会員数	約25名
活動日	○桜井の里での洗濯物たたみ（３班体制） ・第1火曜日/第2水曜日/第2金曜日　いずれも午前10：00～11：30まで ○桜井の里での喫茶店のお手伝い（2班体制） ・毎週木曜日　13：45～15：30まで
食生活改善推進委員会	
活動内容	離乳食クッキング、男性料理教室など
会員数	約20名
活動日	随時
JA生き活きレンジャー	
活動内容	桜井の里での衣類直しや喫茶のお手伝い、村内の社会福祉施設に花植えなど
会員数	約25名
活動日	○桜井の里での衣類直し（2班体制） ・第3水曜日　13：30～ ○社会福祉施設での花管理（4班体制）
赤十字奉仕団	
活動内容	炊き出し訓練や会食会での調理、各イベントでの食事提供など
会員数	47名
活動日	不定期

	配食ボランティア	
	活動内容	村内の希望宅へ夕食弁当の宅配、安否確認 （配食サービスについては当ガイドP13を参照）
	会員数	約35名
	活動日	○年間365日 3月～9月　16：45～1時間程度 10月～2月　16：00～1時間程度 ○会員の活動可能日、希望回数に合わせてボランティア事務局が担当表を作成。月1回から活動可能。担当する地区や運転/配り手の指定も可能。
	おもちゃポケット	
	活動内容	おもちゃづくり、おもちゃライブラリーの運営、さやや・農業祭での販売など
	会員数	約15名
	活動日	毎月第2・第4金曜日　9:00～ きらめき作業工房にて
	ふれあいボランティア	
	活動内容	やひこの里での障子張り、桜井の里での洗濯物たたみ、納涼祭のお手伝いなど
	会員数	約15名
	活動日	○やひこの里での障子張り 第2水曜日　10：00～ ○桜井の里での洗濯物たたみ 第3月曜日　10：00～
	弥彦手話サークル	
	活動内容	定例学習会、手話学習の普及、クリスマス茶話会、耳の日フェスティバルなど
	会員数	7名
	活動日	○定例学習会 第1・第3水曜日　19：00～21：00 弥彦村農業環境改善センターにて

	弥彦村老人クラブ連合会　女性部	
	内容	友愛訪問活動、草取りなど
	会員数	276名（R3.4.1現在）
	活動日	○友愛訪問活動ー概ね2か月に1回 ○草取りー不定期
	百歳会	
	内容	弥彦水芭蕉池周辺の清掃、やひこ文化会館階段周辺の草刈清掃、野鳥の森山道の草刈、観察小屋の清掃など
	会員数	16名
	活動日	不定期

【お知らせ】
介護支援ボランティアポイント事業

ボランティア活動を通して社会参加や地域貢献をすることで、健康増進や介護予防になり、いつまでも元気に活躍できる地域づくりを目的としています。

対象：要介護認定を受けていない村内の65歳以上の方が介護支援施設等でボランティアを行った場合

Step1

◆ボランティア登録と手帳発行申請をする

弥彦村社会福祉協議会のボランティアセンターで登録/発行手続き
＜持ち物＞
①介護保険被保険者証
②印鑑

Step2

◆介護支援ボランティア活動をする

ボランティア当日に手帳を持参.
手帳にスタンプを貰う
※１時間につき1ポイント
1日最大2ポイントまで

Step3

◆貯めたポイントの活用申請をする（1スタンプ=1ポイント）

活用申請期間（毎年4月）役場福祉課にてポイントの活用申請を行う
＜持ち物＞
①ボランティア手帳
②振込先がわかるもの

Step4

◆ポイントに応じた交付金を受け取る

指定口座に交付金（1ポイント＝100円、年間最大5000円まで）が振り込まれます

＜介護支援ボランティアに関する問合せ＞
弥彦村役場 住民福祉部 福祉課 0256-94-3133　または　弥彦村社会福祉協議会 0256-94-4551

やひこ楽ちょこ体操サポーター

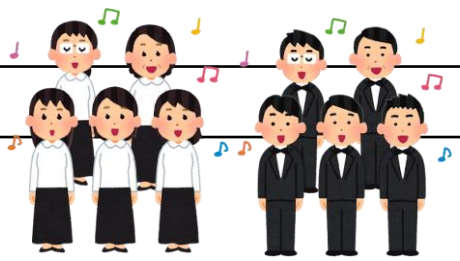
内容	**※楽ちょこ体操とは** いつでも、どこでも、誰でもできる簡単な5つの体操。毎日の生活の中でちょこちょこ体操を行うことで、姿勢がよくなり、楽に動けるようになることが期待できます。 楽ちょこ体操サポーターは、健康運動指導士の指導のもと「やひこ楽ちょこ体操」を習得し、地域で普及啓発する役割を担います。 ※毎年開講される“楽ちょこ体操サポーター養成講座”を受講することで、サポーターになれます！
	【やひこ楽ちょこ体操サポーター養成講座】 〇対象：どなたでも 〇内容：健康運動指導士によるやひこ楽ちょこ体操講座、実技等（普及に向けたサポーター育成） 〇周知：広報 〇開催時期：1～3月（5回）
問合せ	0256-94-3139（弥彦村役場 住民福祉部 健康推進課）

認知症サポーター

内容	養成講座を受講すると認知症を正しく理解し、認知症の人やその家族の応援者（認知症サポーター）になることができます。サポーターの印はオレンジリング。弥彦村はすべての公共機関にサポーターがいます。
	【認知症サポーター養成講座】 〇対象：地域住民・学生・企業従事者など、どなたでも 〇受講料：無料 〇開催方法：集会に講師が出向きます。 日時や場所は応相談
問合せ	0256-94-1030（弥彦村地域包括支援センター） 0256-94-3133（弥彦村役場 住民福祉部 福祉課）

④趣味の活動をしたい/見つけたい

レインボープラン	
内容	高齢者の生きがい・健康づくり、文化活動の促進等を目的として開催
問合せ先	0256-94-3133　（弥彦村役場 住民福祉部 福祉課）
古文書クラブ	
内容	江戸末期の書物（商屋の書物など）を読み解きます。 講師に解読してもらい、教えてもらいます。
活動場所・時間	お問い合わせください。
芸能クラブ	
内容	民謡や演歌にあわせて踊ります。弥彦村芸能大会や施設の慰問で披露しています。
活動場所・時間	お問い合わせください。
レクダンス	
内容	音楽に合わせて体を動かしたり、踊ったりします。
活動場所・時間	お問い合わせください。
ひばりの会	
内容	施設の慰問のため、歌や踊りを練習しています。慰問し、施設の方と一緒に歌や踊りを楽しみます。
活動場所・時間	お問い合わせください。



文化協会

目的	弥彦村の歴史や伝承を大切にし、村内の文化活動の振興と発展を図り、明るく豊かな生活の創造に寄与すること。
問合せ先	0256-94-4311　（弥彦村役場 教育課 社会教育係）

絵画クラブ『游』

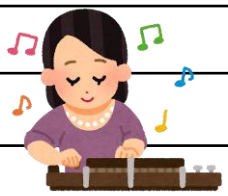
内容	講師からのテーマ提案を受けて作品を作り、完成作品を見せ合い達成感を得ます。（文化祭等で作品展示あり） 若い方、初心者も大歓迎です。
開催日・会場	月2回（第1木・第4日）・文化会館研修室
会費	年会費20,000円、画材具は自己負担
代表	石塚美智子　0256-94-3825

キルト・ぷらざ

内容	キルト中心に各自製図、構成からキルティングまで、オリジナル作品を制作します。 ※新規募集は新型ウイルス終息後に実施予定
開催日・会場	毎週金曜日・文化会館和室
会費	年会費1,000円、運営費と作品展経費
代表	古谷孝子

琴城流大正琴「山彦会」

内容	大正琴を楽しみ、なじみのある曲や発表に向けて合奏します。 先生の指導で誰でも楽しく弾けます♪
開催日・会場	月2回（第1・3水）・夢の木はうす
会費	月会費300円、月謝2,000円、楽器は貸出
代表	帰山和子　0256-94-4099



弥彦吟詠会

内容	志田岳誓先生の指導を受け、毎回楽しく、漢詩・和歌・俳句を習います。
開催日・会場	4月～11月（毎週水）月3～4回 12月～3月（毎週水）月3回
会費	月会費3,000円（支部・本部費含む）
代表	小笠原清子

社交ダンスの会

内容	元気一杯に仲間と一緒に楽しく頑張るをモットーに、自分なりに技術の向上を目指して健康的に練習しています。
開催日・会場	毎週水曜日・文化会館小ホール
会費	月500円
代表	小山利秋　090-7560-6238

弥彦村王将会

内容	初級から上級まで色々な棋力の方がいて楽しく対局しています。年5回大会があり棋力の向上と人的交流を図っています。
開催日・会場	原則日曜日（大会開催日）・文化会館
会費	年会費1,000円
代表	斉藤富男　0256-94-2333

写真愛好会

内容	会員同士で情報交換を行いながら楽しく撮影を行っています。年2回県外へ絶景地の撮影会に行っています。
開催日・会場	年2回撮影会
会費	年4回　会合費2,000円
代表	五十嵐義之　0256-94-2689

矢作里神楽保存会

内容	無形文化財を後世に伝え、神楽を舞う・観る喜びを体感してもらいます。5月第2日曜日の春祭りに13の里神楽舞を神社に奉納しています。
代表	半間幸雄　0256-94-3812

郷土料理を作る会

内容	山に入って山野草やキノコ採りなど、自然から学んだり、年1回手作り味噌を作ったりするなど、日本人の伝えていきたい料理を楽しく学んでいます。
開催日・会場	月1回程度（未定）
会費	年会費1,000円、材料費は自己負担
代表	藤澤久美子　090-5585-2006

一之宮姫太鼓

内容	村の観光の一環や施設慰問に出演し、観客に楽しんでもらっています。和太鼓の育成に取り組んでいます。
開催日・会場	毎週土曜日・文化会館
会費	無料（太鼓バチは自己負担、衣装は貸出し）
代表	兼坂友幸　080-1076-3216

弥彦村民謡協会

内容	踊りと三味線、笛、太鼓をそれぞれ練習しています。村の行事参加、地域交流・施設慰問などに出演します。
開催日・会場	毎週水・土曜日　文化会館
会費	踊りは月謝あり　浴衣・足袋等は自己負担
代表	兼坂友幸　080-1076-3216

弥彦村囲碁クラブ

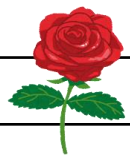
内容	年３回の大会を実施しています。
開催日・会場	年3回大会（村広報でお知らせ）　文化会館
会費	年会費1,000円
代表	本多啓昌　0256-94-2457

弥彦書友会

内容	書道を通して親睦を図っています。（三支部で活動）
開催日・会場	●麓支部　：毎月第2・4土曜日　麓支館 ●弥彦支部：毎月第2・4月曜日　改善センター ●矢作支部：毎月第2・4木曜日　矢作支館
会費	年会費2,000円
代表	細谷賢司　0256-94-3249

西蒲バラの会

内容	西蒲バラの会弥彦支部で、村文化芸能祭時に展示会を行い、維持管理・接ぎ木等の講習会を行いバラの普及に取り組んでいます。
開催日・会場	毎週日曜日（3月～11月）　西蒲区「お杉バラ園」
会費	年会費1,000円
代表	鈴木靖夫　0256-94-3197



7．医療機関の情報

・症状にあった医療機関を検索するWebサイト“にいがた医療情報ネット”もご活用ください。（https://qq.niigata-iyaku.jp/qq15/qqport/kenmintop/）

①医療機関

弥彦村	**堤内科医院**	
	診療科目	内科・小児科・循環器科・皮膚科
	診療時間	月・火・木・金（9：00～12：30/15：00～18：00） 水・土（9：00～12：30）
	住所	弥彦村大字矢作7395-1
	電話番号	0256-94-4402
	本間医院弥彦診療所	
	診療科目	内科・X線科
	診療時間	月・火・水・金（9：00～12：30/15：00～18：00） 木・土（9：00～12：30）
	住所	弥彦村大字弥彦1043-59
	電話番号	0256-94-2052

②歯科医院

弥彦村	**大橋歯科医院**	
	診療科目	一般歯科・小児歯科・矯正歯科・口腔外科
	診療時間	月～土（9：00～19：00）
	住所	弥彦村矢作7435
	電話番号	0256-94-5677
	田村歯科医院	
	診療科目	一般歯科
	診療時間	月・火・水・金・土 （9：00～12：30/14：30～18：00）
	住所	弥彦村弥彦2566-3
	電話番号	0256-94-2561

③休日や夜間の診療

西蒲原地区休日夜間急患センター		
	診療科目 診療時間	【内科・小児科】 平日・土曜日：19：00～22：00 日曜・祝日：9：00～17：00/19：00～22：00 【歯科】 平日・土曜日：診療なし 日曜・祝日：9：00～17：00
	場所	新潟市西蒲区巻甲4363番地
	電話番号	0256-72-5499

県央医師会応急診療所		
	診療科目 診療時間	【内科・小児科・外科・整形外科】 平日：19：00～22：00 休日：9：00～12：00/13：00～16：30 19：00～22：00
	場所	三条市興野1丁目13番67号
	電話番号	0256-32-0909

救急医療電話相談

●大人　概ね１５歳以上

０２５－２８４－７１１９ または **＃7119**

※毎日、１９時から翌朝午前８時まで
（発熱、頭痛、腹痛、吐き気など急な病気やけがに関する相談）

●こども

０２５－２８８－２５２５ または **＃8000**

※毎日、１９時から翌朝午前８時まで
（こどもの急な発熱、けが等に関する相談）

8.困った時の身近な相談窓口

ー気軽に相談できる窓口のご紹介ー

相談種別	相談内容	相談窓口	受付時間・場所など
一般	一般の生活全般の相談 ふれあいなんでも相談	弥彦村役場 住民福祉部 福祉課 &0256-94-3133	毎月第３木 13：00～15：00 弥彦村役場　住民相談室
法律	法律に関する悩み （司法書士や弁護士/面談相談）	弥彦村役場 住民福祉部 住民課 &0256-94-3132	司法書士による相談 毎月１回（広報に掲載）
高齢者	高齢者の総合相談	弥彦村地域包括支援センター &0256-94-1030	月～土 8：30～17：30 保健センター内
		弥彦村役場 住民福祉部 福祉課 &0256-94-3133	月～金 8：30～17：15
	高齢者の就労	弥彦村シルバー人材センター &0256-94-5144	随時
子育て	育児に関する情報交換、育児相談など	弥彦村子育て支援センターたんぽぽ広場 &0256-94-2007	月・水・木 9：00～11：30 13：00～15：30 火・金 9：00～11：30 土 不定期開所
	育児相談（すくすく子育て相談）	弥彦村役場 住民福祉部 健康推進課 &0256-94-3139	毎月１回（広報掲載） 保健センター
障がい者	障がいに関する総合相談	やひこの里 &0256-94-2362	月～金 8：30～17：15
		弥彦村社会福祉協議会 &0256-94-4551	月～金 8：30～17：30
		弥彦村役場 住民福祉部 福祉課 &0256-94-3133	月～金 8：30～17：15
生活・福祉	生活保護に関する相談	弥彦村役場 住民福祉部 福祉課 &0256-94-3133	月～金 8：30～17：15
	生活福祉資金貸付に関する相談	弥彦村社会福祉協議会 &0256-94-4551	月～金 8：30～17：30
	経済的な生活の不安や困りごと	新潟県パーソナルサポートセンター &025-250-5160	月～金 9：30～16：30

相談種別	相談内容	相談窓口	受付時間・場所など
消費生活	契約等に関するトラブルや多重債務問題等	新潟県消費生活センター ☎025-285-4196	月～金 9：00～17：00 土 10：00～16：30
心の悩み	もの忘れ・ストレス相談	弥彦村役場 住民福祉部 健康推進課 ☎0256-94-3139	毎月１回（広報掲載） 役場・保健センター
	様々な悩み	新潟県いのちの電話 ☎025-288-4343	随時
人権・権利擁護	人権に関する相談	新潟地方法務局三条支局 ☎0256-33-1375	月～金 8：30～17：15
	高齢者の権利擁護に関する相談	弥彦村地域包括支援センター ☎0256-94-1030	月～土 8：30～17：30 保健センター内
	判断能力が不十分な方の権利擁護に関する相談	弥彦村社会福祉協議会 ☎0256-94-4551	月～金 8：30～17：30

編集・発行

地域のふれあいサポートやひこ（協議体）
社会資源マップ作成部会