

します 元気な暮らしを

高齢者が生きがいを持って、心豊かに元気に暮らしていけるよう、市はさまざまな事業を通して支援を行っています。

今回は、「げんき高齢者パワー地域づくり応援プロジェクト」の中から、「外出支援事業」と、「みやシニア活動センター」を紹介します。

もっと お出かけしやすく バス乗車券購入助成 外出支援事業

高齢期になると、加齢とともに外出することが消極的になる傾向があり、心身機能の低下につながる要因ともなります。



市は、高齢者の皆さんの、外出のきっかけづくりとして、また、身近な公共交通であるバスの利用促進を目的に、バス乗車券の購入を助成する高齢者外出支援事業を行っています。

10月から、この事業を次の通り拡大します。

10月から変更1
70歳以上から利用できます

より早い年齢からの公共交通での外出を支援するため、10月から対象者を、現行の「75歳以上」から、「70歳以上」に拡大します。

対象 年度末（平成20年度は、21年3月末）において、満70歳以上の人。

10月から変更2
地域内交通も
選択できます

現在、関東自動車、東野交通、JRバス関東の協力により、5000円分乗車できる3社共通高齢者専用バスカードを、1000円で購入できる助成を行っています。

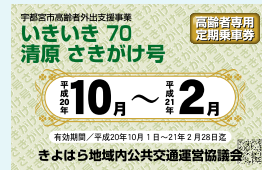
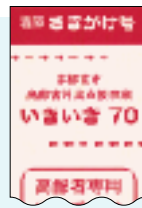
10月からは、4種類の乗車券（右図）から選ぶようになります。

助成内容 右図のバス乗車券を1000円で購入できる

選べる乗車券

1 3社共通高齢者専用バスカード
(関東自動車、東野交通、JRバス関東)
利用可能額 5,000円

2 上河内代替バス
ユッピー号
回数乗車券
利用可能額 5,000円
(100円券50枚つづり)



きよはら地域内公共交通 さきかけ号

3 回数乗車券(左)
利用可能額 5,100円
(150円券34枚つづり)

4 定期乗車券(右)
利用可能 5カ月間

日常の足の役割「地域内交通」

地域内交通は、一つの地域で、病院や商業施設、地区市民センターなど、日常生活に必要な施設を回ったり、路線バスや電車に乗り継いだりするための公共交通です。

「清原さきかけ号」は、清原地区の住民が主体となってつくった市内で初めての地域内交通で、1月からの試行期間を経て、8月に本格運行を始めました。

市は、「地域の足」を考える地域の取り組みを支援しています。



今年1月から清原地区で運行を始めた地域の足「清原さきかけ号」

助成券を交付します（一年度につき1回助成）。

助成券を、指定のバス営業所・乗車券販売所に持参し、乗車券を購入してください。

申請方法
申請・助成券交付窓口 市役所2階高齢福祉課（D8窓口）、市役所1階保健と福祉の総合相談（B1窓口）、各地域自治センター、富屋・平石・姿川地区市民センター、その他の地区市民センター、出張所で申請の場合は、後日、

助成券を自宅に郵送します。郵送でも申請できます。

持ちもの 本人を確認できるもの（健康保険証、運転免許証など）、印鑑。

前年度以前に申請した人は、全額使用済みの3社共通高齢者専用バスカードもお持ちください。

注意 今年度、すでに助成を受けた人は、今年度中の申請はできません。次年度（平成21年4月）以降の申請をお願いします。

本文中に費用などの記載がないものは、原則として無料
HP ホームページ ☑ Eメールアドレス

生きがいづくりのお手伝い

市では、紹介したプロジェクトのほかにも、次のような取り組みを支援しています。ぜひ、ご活用ください。

楽しく働きたい

シルバー人材センター



市内在住の60歳以上の高齢者を会員として登録し、家庭や企業から軽易な仕事を引き受け働くシステムです。

現在、市内で約1,500人の会員が登録し、植木のせん定、除草、家事サービス、障子張り替えなどの仕事を行っています。

入会説明会

毎月1回、入会説明会を開催しています(9月は17日に開催)参加希望者は事前に宇都宮市シルバー人材センター1(633)5300へ。

地域に貢献したい

老人クラブ



60歳以上の地域の皆さんが、自治会など集まりやすい単位で組織している自主的な団体です。

現在、市内で約2万人の会員が、生きがい・健康づくり活動や地域ボランティア活動などを通して、介護予防や地域福祉の向上に取り組んでいます。

入会

各地域の老人クラブに、直接お申し込みください。連絡先が分からない場合は、宇都宮市老人クラブ連合会1(634)4950へ。



みやシニア活動センター

げんき
高齢者パワー
地域づくり応援
プロジェクト

応援

高齢者の

「第2の人生、何かをしてみたい」

ご相談ください
みやシニア活動センター

7月に「みやシニア活動センター」が市総合福祉センター14階にオープンしました。このセンターでは、団塊世代を中心とするシニア世代の皆さんが、これまでの知識や経験を地域に生かすことで、第2の人生を健康でいきいき暮らすことができるよう支援しています。

「地域社会のために何かをしてみたいが、何をしたらよいかわからない」と悩むシニア世代を対象に、キャリア・コンサルタントの資格を持った専門相談員などが対応します。また、センターの運営は、シルバー人材センターや老人クラブなど関係機関からの情報を収集しながら、相談者が満足できるように努めていますので、気軽にご相談ください。

業務内容 地域活動、生活設計、就業・起業、研修・資格取得等に関する総合相談業務
対象 セカンドライフに関する各種情報の提供や相談を希望するシニア世代
開設日時 月～土曜日の午前9時～午後6時(日曜日、祝休日、年末年始は休み)。
所在地 市総合福祉センター14階(中央1丁目)。

開設記念講演会
「地元で輝け団塊パワー」
日時 10月2日(木)午後2時～3時30分(受付は1時30分)。
会場 市役所14階大会議室
内容 団塊世代をはじめとしたシニア世代の退職後の自分づくりについて、廣瀬隆人さん(宇都宮大学生涯学習教育研究センター教授)による講演。
定員 先着100人。
申込 電話またはファクスで、みやシニア活動センター1(639)8585、6(639)8575へ。

みやシニア活動センターの機能

働きたい(就労・起業支援)

働き方の希望に応じたさまざまな情報・メニューなどの提供(企業・事業所への再就職、登録制度の活用など)
事業を起こしたい方の支援

地域や社会に貢献したい(地域活動)

あなたの技術・技能・知識・人脈を地域で役立てるための情報の提供(自治会・老人クラブ・NPO・ボランティア活動への参加など)
地域活動の実践者を講師に迎え、さまざまな活動に役立つ質の高い情報の提供

趣味・スポーツ・健康づくりがしたい(学習活動)

趣味・生涯学習のための施設紹介
健康で自立した生活のための学習支援(生涯学習センターでの各種講座の紹介など)

新しい暮らし方を探したい(定住・交流)

新規就農や帰農希望者に対する農業の技術・知識の学習機会情報の提供(田舎暮らし体験やイベントへの参加など)