

# 第1章 生きがいくりと社会参加

## 敬老事業

### 【長寿祝金を贈呈】

長年社会の発展に貢献された高齢者のうち節目となる満百歳を迎えた方に対して、その長寿を祝うため祝金2万円をお贈りします。

- 対象者 昭和2年1月2日から昭和2年3月31日までの間に出生した方で、令和8年4月1日から9月15日まで引き続き本市に住所を有する方  
※来年度は昭和2年4月1日から昭和3年3月31日までの間に出生した方が対象。
- 贈呈時期 9月15日以降

### 【敬老会】

民生委員児童委員協議会、社会福祉協議会地区部会、町内自治会、マンション等の管理組合等に対し、敬老会の開催に係る経費の一部を助成します。

- 補助対象 満75歳以上（生年月日：昭和27年1月1日以前）の方で、令和8年4月1日から9月1日まで引き続き本市に住所を有する方
- 補助額 敬老会開催経費の4分の3 ※上限額あり

### 【満百歳者にお祝い状及び記念品を贈呈】

老人の日の記念行事として、今年度中に百歳を迎える高齢者に対し、内閣総理大臣からお祝い状及び記念品をお贈りします。

- 対象者 大正15年4月1日から昭和2年3月31日までの間に出生した方で、令和8年9月15日現在においてご存命の方。
- 贈呈時期 9月15日以降

《お問い合わせ先》			
中央区高齢障害支援課	221-2150	緑区高齢障害支援課	292-8138
花見川区高齢障害支援課	275-6425	美浜区高齢障害支援課	270-3505
稲毛区高齢障害支援課	284-6141	高齢福祉課	245-5169
若葉区高齢障害支援課	233-8558		

## 高齢者に対する入場優待・割引施設

市内在住の満65歳以上の方は、運転免許証やマイナンバーカード・介護保険被保険者証などの住所・氏名・年齢の分かる身分証明書を提示することにより、下記の施設が優待・割引価格でご利用いただけます。（一部施設は満60歳以上が対象）

### 【満60歳以上の方が利用する際、身分証明書の提示が必要な市の高齢者施設（無料）】

※いきいきプラザの浴室利用は有料

施設名	所在地	電話番号
中央いきいきプラザ	中央区松ヶ丘町 257-1	209-9000
蘇我いきいきセンター	中央区今井 1-14-38	264-6966
花見川いきいきプラザ	花見川区三角町 750	216-0080
花見川いきいきセンター	花見川区花見川 9-1	286-8030

さつきが丘いきいきセンター	花見川区さつきが丘 1-32-3	250-4651
稲毛いきいきプラザ	稲毛区稲毛東 6-19-1	242-8005
あやめ台いきいきセンター	稲毛区園生町 446-1 (あやめ台小学校内)	207-1388
若葉いきいきプラザ	若葉区北谷津町 333-2	228-5010
大宮いきいきセンター	若葉区大宮台 7-8-1 (大宮小学校内)	265-1751
都賀いきいきセンター	若葉区都賀 4-20-1 (都賀コミュニティセンター内)	232-4771
緑いきいきプラザ	緑区誉田町 2-15-65	300-1313
越智いきいきセンター	緑区越智町 822-7	205-1290
土気いきいきセンター	緑区土気町 1634 (土気市民センター内)	205-1000
美浜いきいきプラザ	美浜区高洲 3-5-6	270-1800
真砂いきいきセンター	美浜区真砂 4-4-10	278-9641

【満 65 歳以上の方が身分証明書の提示により無料で利用できる市の施設】

施設名	所在地	電話番号
千葉ポートタワー	中央区中央港 1 丁目地内	241-0125
市美術館 ※常設展のみ、企画展は 2 割引 ※常設展は県内在住満 65 歳以上の方対象	中央区中央 3-10-8	221-2311
市科学館 ※常設展示・プラネタリウム一般投影のみ、 特別投影・企画展・特別展は 2 割引 ※プラネタリウムは 1 日につき 1 回限り	中央区中央 4-5-1	308-0511
動物公園	若葉区源町 280	252-1111

【満 65 歳以上の方が利用する際、利用料金が減額 (2 割引) となる市の施設】

●体育館・トレーニング室等

施設名	所在地	電話番号
蘇我コミュニティセンター	中央区今井 1-14-43	264-8331
千葉ポートアリーナ (サブアリーナ、トレーニング室(1)(2)、体力測定室)	中央区問屋町 1-20	241-0006
蘇我コミュニティセンターハーモニープラザ分館 (フィットネスルーム)	中央区千葉寺町 1208-2	420-8001
YohaS アリーナ ~本能に、感動を。~	中央区弁天 4-1-2	253-8050
畑コミュニティセンター	花見川区畑町 1336-2	273-5454
幕張コミュニティセンター	花見川区幕張町 3-7730-4	272-5001
花島公園体育館	花見川区花島町 308	286-8825
こてはし温水プール (スポーツ室・トレーニング室)	花見川区三角町 750	216-0090
穴川コミュニティセンター	稲毛区穴川 4-12-3	284-6155
長沼コミュニティセンター	稲毛区長沼町 461-8	257-6731
宮野木スポーツセンター	稲毛区宮野木町 2150-4	258-9690
長沼原勤労市民プラザ	稲毛区長沼原町 304-1	257-1863
千城台コミュニティセンター	若葉区千城台西 2-1-1	237-2241
都賀コミュニティセンター	若葉区都賀 4-20-1	233-4211
みつわ台体育館	若葉区みつわ台 3-3-1	287-3730
鎌取コミュニティセンター	緑区おゆみ野 3-15-2	292-6131
土気あすみが丘プラザ	緑区あすみが丘 7-2-4	295-0301
古市場体育館	緑区古市場町 474-277	265-3005
真砂コミュニティセンター	美浜区真砂 2-3-1	277-2512
高洲スポーツセンター	美浜区高洲 4-2-2	279-9235
幕張勤労市民プラザ	美浜区若葉 3-1-8	274-0027
磯辺スポーツセンター(体育館のみ)	美浜区磯辺 1-50-1	270-6780

●プール（「\*」は夏期のみ）

施設名	所在地	電話番号
こてはし温水プール	花見川区三角町 750	216-0090
北谷津温水プール	若葉区北谷津町 327-1	228-5000
千葉公園プール *	中央区弁天 3-1-1	253-7844
みつわ台第2公園プール *	若葉区みつわ台 3-3-1	254-0105
有吉公園プール *	緑区おゆみ野有吉 32	291-1800
古市場公園プール *	緑区古市場町 474-277	265-3005
幸町公園プール *	美浜区幸町 1-4	241-5305
高洲スポーツセンタープール *	美浜区高洲 4-2-2	279-9235

●その他

施設名	所在地	電話番号
青葉の森スポーツプラザ（弓道場、陸上競技場）	中央区青葉町 654	262-8899
YohaS アリーナ ～本能に、感動を。～ （武道場、弓道場・アーチェリー場）	中央区弁天 4-1-2	253-8050
花島公園弓道場	花見川区花島町 308	286-8825
中田スポーツセンターグラウンドゴルフ場	若葉区中田町 1200-1	228-2415
市民ゴルフ場	若葉区下田町 1005	237-0020
アクアリンクちば（アイススケート場）	美浜区新港 224-1	204-7283
千葉市相撲場	緑区古市場町 474-277	265-3005

【身分証明書の提示により、割引で利用できる施設：市内】

●映画館

シニア料金の設定がある映画館があります。詳しくは各映画館へご確認ください。

●ZOZO マリンスタジアム

千葉ロッテマリーンズ公式戦の平日開催試合（開幕戦他、一部試合を除く）の当日券のみ

《割引対象席種・シルバー割引価格（65歳以上対象）》

席種	内野指定席 IA	内野指定席 A	内野指定席 OA
金額（円）	3,400	3,000	2,000

ご来場者の観戦座席位置把握のため、初めてチケットを購入される場合、マリーンズ ID の発行が必要です。対象座席が完売となった場合の販売はありません。

※お問い合わせ マリーンズ・インフォメーションセンター 0570-026-226

【お知らせ】 ほとんどの方がマイナンバーカード、健康保険資格確認書などの公的身分証明書を所持することが可能なことから、平成 22 年 3 月 31 日をもって「シルバーカード」の交付は終了いたしました。

《お問い合わせ先》

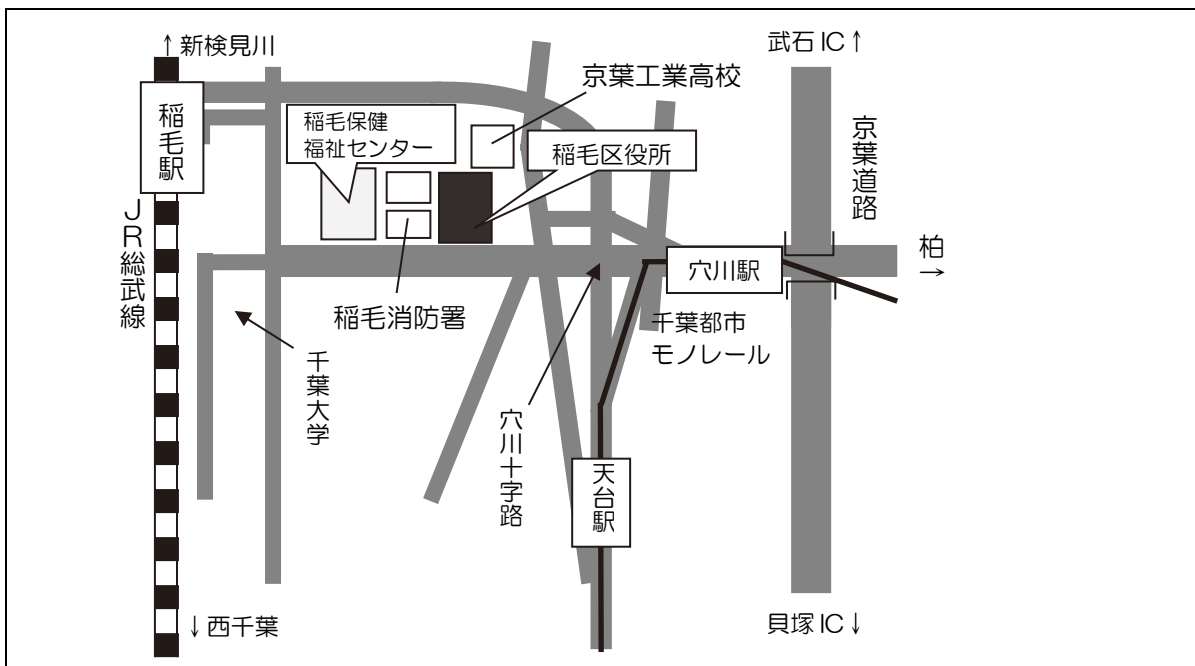
中央区高齢障害支援課	221-2150	緑区高齢障害支援課	292-8138
花見川区高齢障害支援課	275-6425	美浜区高齢障害支援課	270-3505
稲毛区高齢障害支援課	284-6141	高齢福祉課	245-5169
若葉区高齢障害支援課	233-8558		

# 生涯現役応援センター

シニア層による就労やボランティア等地域活動のための情報を集約し、情報提供・相談・紹介を行うことで、社会参加を促進し、自身の生きがいの向上と社会を支える存在として活躍いただくことを目的として設置した総合相談窓口です。

- 主な業務** 高齢者の多様な就業・社会参加の促進に関する支援
  - ・就労やボランティア活動など各種相談及び情報提供
  - ・セミナーや講習会、イベントなどの実施
- 所在地** 稲毛区役所 2階（稲毛区穴川 4-12-1）
- 開所時間** 月～金曜日（祝日、年末年始を除く）午前9時から午後5時まで
- 対象者** 市内において社会参加を希望する概ね60歳以上の方
- 利用方法** 直接、または電話でセンターへ相談

## ●案内図



## ●交通案内

- バス：①JR「稲毛駅」東口で、「山王町」「千葉センター（ポリテクセンター千葉）」「ザ・クイーンズガーデン稲毛」行きに乗車、「稲毛区役所」下車。目の前。  
 ②JR「稲毛駅」東口で、「草野車庫」「こてはし団地」「ファミリーハイツ」行きに乗車、「穴川十字路口」下車。徒歩約5分。  
 鉄道：①千葉モノレール「穴川駅」下車。徒歩約8分。  
 ②千葉モノレール「天台駅」下車。徒歩約11分。

## 《お問い合わせ先》

生涯現役応援センター	256-4510	高齢福祉課	245-5169
------------	----------	-------	----------

# シルバー人材センター

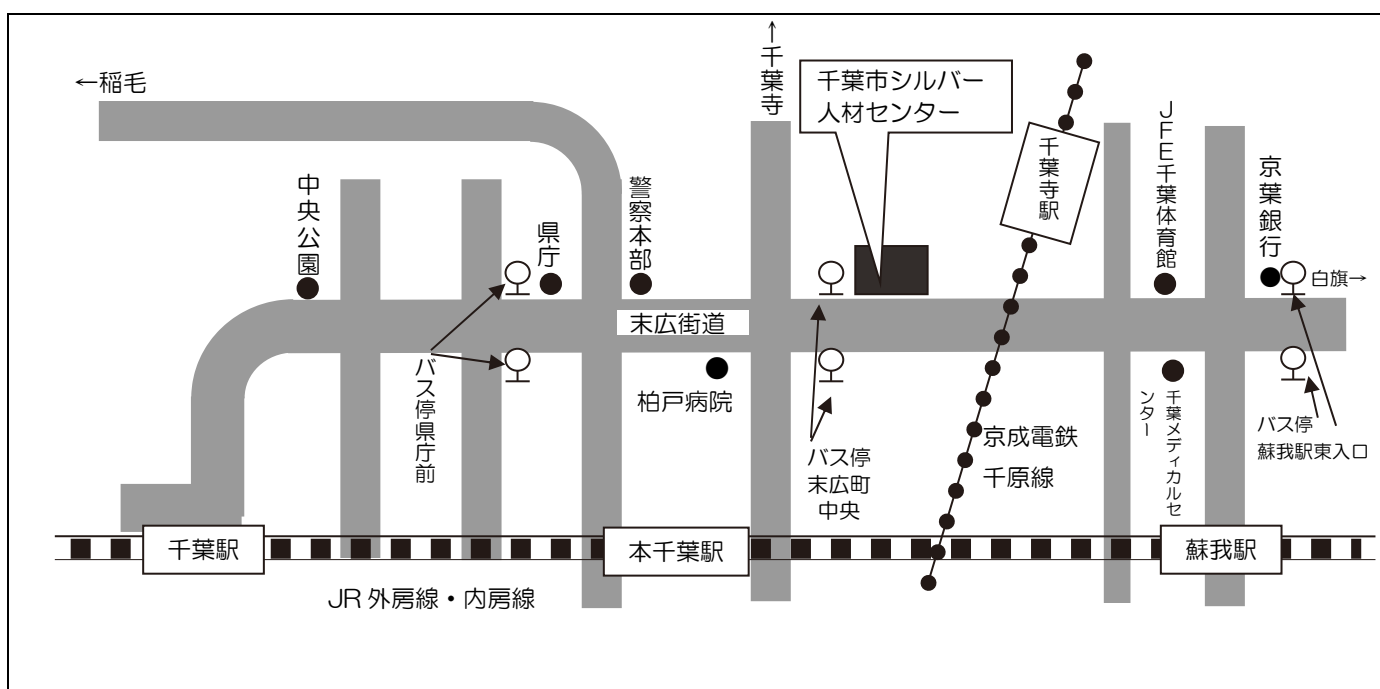
公益社団法人千葉市シルバー人材センターは、民間企業や一般家庭および行政機関などから、高齢者に適した仕事の依頼を受け、高齢者が豊かな経験と能力を発揮しながら、働くことにより「生きがい」を高め、健康な日々を過ごし、地域社会に貢献することを目的とする団体です。

市内に居住する、60歳以上の健康で働く意欲のある方の入会をお待ちしています。

- 会費 年度会費 2,000 円
  - ※初年度会費については 4月1日から9月30日までの入会者 2,000 円
  - 10月1日から12月31日までの入会者 1,000 円
  - 1月1日から3月31日までの入会者 500 円

●所在地 本部・事務局 千葉市中央区末広 3-17-15

●案内図



●交通案内

- バス：①JR「千葉駅」東口バスターミナル3番乗り場から「イオンおゆみ野」行き、「明德学園」行き、「鎌取駅」行き、「千葉県がんセンター」行き、「白旗」行き、バスターミナル2番乗り場から「花輪」行きのいずれも末広町経由のバスに乗り、「末広町中央」で下車、目の前。
- ②JR「本千葉駅」付近の「県庁前」バス停で上記①の表示のバスに乗り、「末広町中央」で下車、目の前。
- ③JR「蘇我駅」付近の「蘇我駅東入口」バス停から千葉中央バスの「千葉駅」行きバスに乗り、「末広町中央」で下車、目の前。
- 鉄道：①京成千原線「千葉寺駅」で下車、徒歩約7分。
- ②JR「本千葉駅」で下車、徒歩約15分。

《お問い合わせ先》

公益社団法人 千葉市シルバー人材センター	265-0070	高齢福祉課	245-5169
-------------------------	----------	-------	----------

## いきいき活動外出支援事業

高齢者の社会参加促進を図ることを目的に、高齢者団体（11人以上）が実施する研修、視察、ボランティア活動等の自主的な活動のために、民間バスを借り上げた場合に、その費用の一部を助成します。

- 補助対象 千葉市に住所を有する 60 歳以上の高齢者で構成され、千葉市に活動拠点がある団体（11人以上）

※乗車する方全員が市内在住で 60 歳以上であること。

### ●補助金額

補助対象条件	バスの種類	補助額
本市内に住所を有する 60 歳以上の者が 30 人以上乗車する場合	大型バス等	バス借上げ料の 2 分の 1 ※限度額 4 万円
本市内に住所を有する 60 歳以上の者が 11 人から 29 人乗車する場合	マイクロバス等	バス借上げ料の 2 分の 1 ※限度額 3 万円

- 補助対象活動 視察、研修又は学習活動及び社会福祉等に関するボランティア活動（観光、遊興その他娯楽が主たる目的の活動は利用できません。）
- 補助対象経費 バスの借上費（高速道路等の通行料、駐車場の使用料及び運転手に係る食事代、宿泊料その他の付帯費用を除きます。）
- 補助回数 1 団体につき 1 年度（4 月 1 日から翌年の 3 月 31 日まで）あたり 2 回まで（社会福祉等に関するボランティア活動を行う場合は、1 年度あたり 3 回まで）※予算と申込状況を勘案し、年度途中から 1 回目の団体を優先する場合があります。
- 申し込み時期 ①6 月から翌年 3 月の利用分は、利用月の 2 か月前の月の 1 日から末日までに申請してください。  
②4 月と 5 月の利用分は、3 月 2 日～31 日で受け付けます。
- 借上バス 民間バス会社等からバス（道路運送法(昭和 26 年法律第 183 号)第 3 条 1 号ロに規定する一般貸切旅客自動車）を団体で直接借り上げてください。

《お問い合わせ先》	
高齢福祉課	245-5169

# 老人クラブ

地域に住む方々が集まり、各種の活動を行うなかで、健康増進や地域社会との交流を深め、高齢者の日常生活を健全で豊かなものにする自主的な組織です。

活動に参加してみたい方は、お近くの老人クラブに加入されてはいかがですか。

加入したいけれども、お近くの老人クラブがわからないという方は、下記までお問い合わせください。

また、老人クラブのない地域では皆さんで相談して、老人クラブを設立されてはいかがですか。

## 【老人クラブへの補助金】

千葉市では、老人クラブに対する2種類の補助金制度があります。

なお、補助金の対象者はいずれも60歳以上の会員です。

- 老人クラブ設立補助金（老人クラブを新規に設立する際の設立総会に対する補助金）

<補助額> 200円×会員数

- 老人クラブ振興事業補助金（老人クラブ活動に対する補助金）

<補助額（年額）> 会員数30人 50,000円

会員数31人以上 50,000円+（会員数-30人）×500円

上限10万円

※補助金の申請に必要な書類等については、下記までお問い合わせください。

## 【補助金の対象となる老人クラブの基準】

- ① 会員は60歳以上の方が30名以上とする。
- ② 会則を定めるものとする。
- ③ 会の活動経費に充てるため、会員から定期的に会費を集金するものとする。
- ④ 会の活動は恒常的かつ計画的に行い、相当数の会員が常時参加するものとする。
- ⑤ 会は政治上および宗教上中立であり、会員の民主的運営によるものとする。

《お問い合わせ先》			
中央区高齢障害支援課	221-2150	緑区高齢障害支援課	292-8138
花見川区高齢障害支援課	275-6425	美浜区高齢障害支援課	270-3505
稲毛区高齢障害支援課	284-6141	高齢福祉課	245-5169
若葉区高齢障害支援課	233-8558		

## 高齢者学級・高齢者教室

高齢者を対象に、健康・介護予防・消費生活などに関する問題や課題を解決するための一助となる講座や歴史、芸術などの講座を開設し、より豊かで、充実した生活を送るための学習機会の提供を図るとともに、学習を通じての仲間づくりや社会参加活動の促進を図ります。

●事業内容 健康体操、食生活、歴史、音楽、身近な法律、料理などの教室、講座

●場 所 市内各公民館（47館）

●費 用 公民館は無料（ただし教材費は受講者負担）

※市政だよりなどで募集しますので、主催する公民館へお申し込みください。

### 【市内公民館一覧】

公民館名	所在地	電話番号	公民館名	所在地	電話番号
松ヶ丘公民館	中央区 松ヶ丘町 257-2	261-5990	草野公民館 図書室	稲毛区 園生町 384-93	287-3791 287-3790
生浜公民館 図書室	中央区 生実町 67-1	263-0268 268-3500	山王公民館 図書室	稲毛区 六方町 55-29	421-1121 421-1123
新宿公民館	中央区 新宿 2-16-14	243-4343	都賀公民館 図書室	稲毛区 作草部 2-8-53	251-7670 251-7673
宮崎公民館	中央区 宮崎 2-5-22	263-5934	緑が丘公民館 図書室	稲毛区宮野木町 1807-3	259-2870 259-2871
葛城公民館	中央区 葛城 2-9-2	222-8554	千城台公民館	若葉区 千城台西 2-1-1	237-1400
未広公民館	中央区 未広 3-2-2	264-1842	更科公民館 図書室	若葉区 更科町 2254-1	239-0507 239-0508
椿森公民館	中央区 椿森 6-1-11	254-0085	白井公民館	若葉区 野呂町 622-10	228-0503
川戸公民館	中央区 川戸町 403-1	265-9256	加曽利公民館	若葉区 加曽利町 892-6	232-5182
星久喜公民館	中央区 星久喜町 615-7	266-4392	大宮公民館 図書室	若葉区 大宮町 3221-2	265-2284 265-2889
幕張公民館 図書室	花見川区 幕張町 4-602	273-7522 275-7888	みつわ台公民館 図書室	若葉区 みつわ台 3-12-17	254-8458 254-8839
花園公民館	花見川区 花園 3-12-8	273-8842	若松公民館 図書室	若葉区 若松町 2117-2	231-7991 231-7992
犢橋公民館	花見川区 犢橋町 162-1	259-2958	桜木公民館 図書室	若葉区 桜木 3-17-29	234-1171 234-3000
検見川公民館 図書室	花見川区 検見川町 3-322-25	271-8220 273-7899	誉田公民館 図書室	緑区 誉田町 1-789-49	291-1512 291-6682
花見川公民館	花見川区 柏井町 1590-8	257-2756	椎名公民館	緑区 富岡町 290-1	292-0210
さつきが丘公民館 図書室	花見川区 さつきが丘 1-32-4	250-7967 250-7968	土気公民館	緑区 土気町 1631-7	294-0049
こてはし台公民館	花見川区 こてはし台 5-9-7	250-7977	越智公民館 図書室	緑区 越智町 822-7	294-6971 294-6972
長作公民館 図書室	花見川区 長作町 1722-1	258-1919 257-5115	おゆみ野公民館	緑区 おゆみ野中央 2-7-6	293-1520
朝日ヶ丘公民館 図書室	花見川区 朝日ヶ丘 1-1-30	272-4961 272-4962	稲浜公民館	美浜区 稲毛海岸 3-4-1	247-8555
幕張本郷公民館	花見川区 幕張本郷 2-19-33	271-6301	幕張西公民館 図書室	美浜区 幕張西 2-6-2	272-2733 272-2734
小中台公民館	稲毛区 小中台 5-7-1	251-6616	磯辺公民館 図書室	美浜区 磯辺 1-48-1	278-0033 278-0034
黒砂公民館	稲毛区 黒砂 2-4-18	241-2811	幸町公民館 図書室	美浜区 幸町 2-12-14	247-0666 247-3777

轟公民館	稲毛区 轟町 1-12-3	251-7998	高浜公民館	美浜区 高浜 1-8-3	248-7500
稲毛公民館	稲毛区 稲毛 1-10-17	243-7425	打瀬公民館	美浜区 打瀬 2-13	296-5100
千草台公民館 図書室	稲毛区 天台 3-16-5	255-3032 255-3052			

●公民館指定管理者 公益財団法人 千葉市教育振興財団

《お問い合わせ先》			
公民館管理室	285-5551	生涯学習振興課	245-5954

## スポーツ教室

スポーツなどの指導をとおり、健康づくり、仲間づくりを推進し、多くの高齢者が積極的にスポーツ・レクリエーション活動に参加できる機会をつくることを目的とします。

※参加対象年齢 60 歳以上

●実年健康体操教室 8 回を 1 教室とし、年 4 教室実施  
 指導者：2 人 定員：30～40 人  
 会 場：真砂コミュニティセンター体育館（1・4 回目）  
 鎌取コミュニティセンター多目的室・体育館（2・3 回目）

●実年卓球教室 10 回を 1 教室とし、年 2 教室実施  
 指導者：2 人 定員：25 人  
 会 場：高洲スポーツセンター体育館（1 回目）  
 磯辺スポーツセンター体育館（2 回目）

●実年テニス教室 8 回を 1 教室とし、年 1 教室実施  
 指導者：2 人 定員：30 人  
 会 場：稲毛海浜公園スポーツ施設庭球場（1 回目）

※その他、対象年齢を 15 歳以上としたスポーツ教室（卓球、テニス、バドミントン他）の開催を予定しています。

●応 募 市政だよりなどで募集します。

《お問い合わせ先》			
公益財団法人 千葉市スポーツ協会	238-2380	スポーツ振興課	245-5968