

必見!

# 介護予防・日常生活支援総合事業がはじまります!

第2回

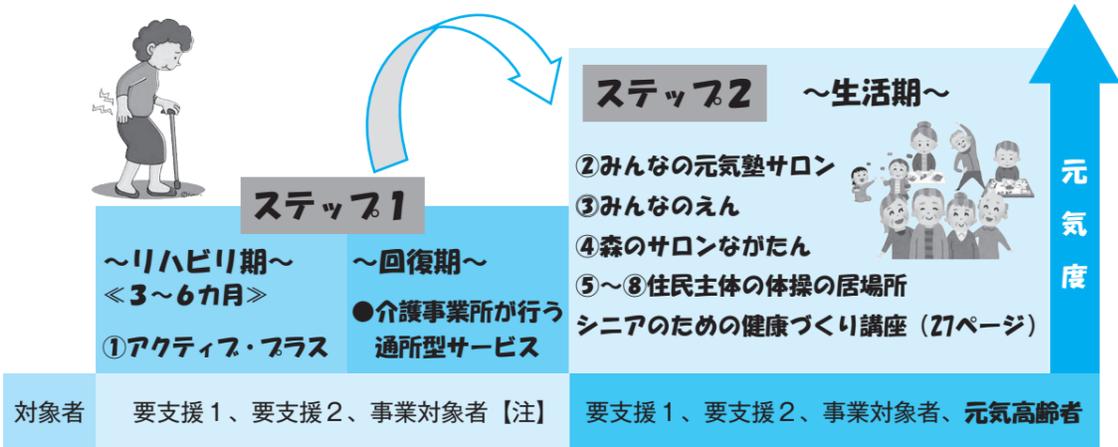
今回は、本町の総合事業の通所型サービス(介護予防の居場所)などを紹介します。

★利用希望のある方は、地域包括支援センターへご相談ください。

## 元気高齢者をめざしましょう!

【注】「基本チェックリスト」で判定を行い生活機能の低下がみられた方。

※平成29年4月から総合事業が始まると、要支援1・要支援2のホームヘルプとデイサービスは、総合事業へ移行し、介護保険事業所以外にNPO法人やボランティアなどがサービスを行います。



## ◆精華町通所型サービス(介護予防の居場所) 平成29年4月から実施予定

### ①アクティブプラス~専門家のサポートで短期間で筋力アップ~【対象:町全域】

時間帯	火・金曜日/午前10時~11時30分
場所	精華町社会福祉協議会デイサービスセンター
利用料	2000円/月(予定)※送迎...無料(要相談)
実施主体	精華町社会福祉協議会
内容	マシンを使った筋力トレーニングなど ※3~6カ月で終了するプログラムです。



### ②みんなの元気塾サロン~住民主体の居場所~【対象:精華西中学校区】

時間帯	月・火・木・金曜日/午前11時~午後3時30分
場所	みんなの元気塾(精華町東畑地区)
利用料	500円/回、昼食代(実費)※送迎...有料(要相談)
実施主体	NPO法人みんなの元気塾
内容	認知症予防ゲーム・健康体操・体力測定・カラオケ、唱歌など・マージャン・習字・刺し子などの創作活動



### ③みんなのえん~住民主体の居場所~【対象:精華中学校区】

時間帯	木曜日/午後1時30分~3時30分
場所	岩井三郎宅離れスペース(里地区)
利用料	300円/回(喫茶代含む)※送迎...無料(要相談)
実施主体	精華町北部みんなのえんづくりの会
内容	茶話会やゲームなど



### ④森のサロンながたん~住民主体の居場所~【対象:町全域】

時間帯	月曜日/午後1時30分~3時30分
場所	けいはんな記念公園 水景園 観月楼 1階 展望室
利用料	400円/回(飲み物付き)※送迎...なし
実施主体	NPO法人精華町ふるさと案内人の会
内容	自然観察・水景園内散歩・茶話会など



## ◆住民主体の体操の居場所

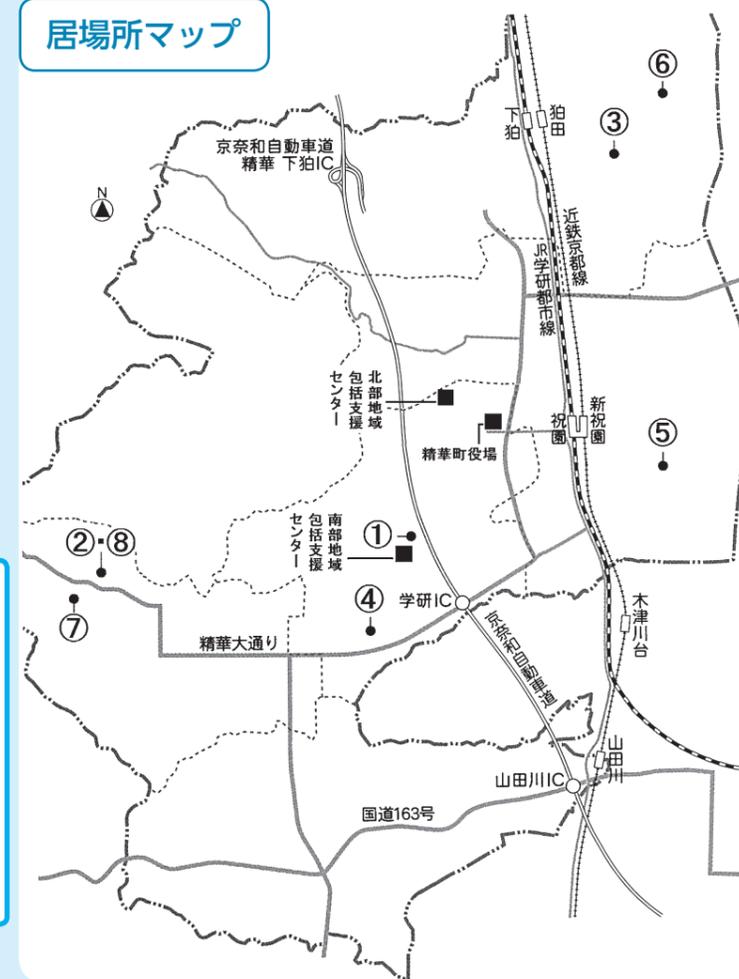
⑤北ノ堂「すてき65メイト介護予防体操」(毎週水曜日午後1時30分から:北ノ堂集会所にて)

⑥滝ノ鼻「滝の鼻体操クラブ」(第1・3金曜日午前9時30分から:滝ノ鼻集会所にて)

⑦東畑「元気体操クラブ」(第1・3火曜日午後8時から:東畑集会所にて)

⑧東畑「若返り体操」(毎週火曜日午前10時~11時:みんなの元気塾にて)

## 居場所マップ



## ~総合事業は、地域づくりです!!~

現在、町はコーディネーターとともに、住民団体やNPO、ボランティアなどが主体となって、「介護予防の居場所づくり」「地域による支え合い体制づくり」を行うことができるよう支援しています。居場所や地域の支え合い体制づくりにご興味のある方は、次のところまでご連絡ください。

次回は本町の総合事業の訪問型サービス(生活支援)などをお知らせします。

問 精華町役場 福祉課 包括ケア推進係・高齢介護係 ☎95-1904、精華町北部地域包括支援センター(川西・精北小学校区) ☎94-5677、精華町南部地域包括支援センター(東光・精華台・山田荘小学校区) ☎94-4573