

一般介護予防事業

対象者 65歳以上のすべての方

●シニアのための健康づくり講座“若返り大作戦”

(※日程等は、広報誌「華創」をご覧ください)

「さわやか運動編」「元気づくり音楽会」の2つの内容の講座を町内4カ所の施設で行っています。皆さんの健康づくりに役立つこと間違いなし!!です。皆さんお誘いあわせの上、ぜひご参加ください。

～さわやか運動編～

講師を招き、いつもハツラツと心身ともに元気であるためのお話と自宅でもできる簡単な体操を行います。

～元気づくり音楽会～

懐かしの名曲を中心に幅広いジャンルの音楽を楽しむことができます。一緒に歌ったり身体を動かします。

★問い合わせ・申し込みは、福祉課または地域包括支援センターまで。



●「体操による居場所づくり」支援

身近な地域で「住民主体の体操の居場所づくり」を行いたいと考えている方や団体の方へ普及啓発の出前講座を介護予防サポーター(すてき65メイト)と共に行います。

立ち上げ支援条件

- ①継続できる仲間を5人以上見つけましょう。
- ②実施場所を決めましょう。(集会所、自宅などどこでも可)
- ③週1～2回以上6か月以上、継続して体操を行いましょ。
- ④必要なものを用意しましょう。(いす、テレビ、DVDプレーヤー等)



立ち上げ支援

- ①体操のDVDを差し上げます。
- ②年1～2回体力測定を行います。成果や効果が見えて「やる気」がアップします。
- ③初回から数回、職員やすてき65メイトが会場にお邪魔し一緒に体操をします。
- ④活動のご相談をうけたまわります。

★立ち上げ支援に関する問い合わせは、福祉課まで。

●健康づくり・介護予防サポーター(すてき65メイト)養成事業

「自らの健康づくり」と「地域活動」に興味のある方、ぜひ介護予防サポーター養成講座を受け「介護予防体操」や「体力測定」を通して地域の居場所づくりや介護予防サポーター活動を行いましょ。

★養成講座に関する問い合わせは、福祉課まで。



65歳以上のみなさんへ

いつまでも 自分らしく暮らすために

新しく介護予防・日常生活支援総合事業 が始まります!



これから私たちの社会は、若年層の人口がますます減少し、高齢者が増加する社会になっていきます。このような背景のもと、平成29年4月から、精華町が実施する介護予防のための事業「介護予防・日常生活支援総合事業(総合事業)」が始まります。

住み慣れた地域で自分らしく生活するためには、健康の保持増進に努め、自分自身の能力の維持向上に努めることがとても大切です。総合事業の実施により、高齢者の社会参加を促進し、元気な高齢者を増やすとともに、地域の支え合いの体制づくりを目指します。

UD FONT
by MORISAWA

ユニバーサルデザイン(UD)の考えに基づき、より多くの人へ適切に情報を伝えられるよう配慮した見やすいユニバーサルデザインフォントを採用しています。

R280



環境に配慮し、古紙配合率80%以上・グリーン購入法
総合評価値80以上の用紙及び植物油インキを使用しています

平成29年2月作成
禁断転載©東京法規出版
KG012180-R16

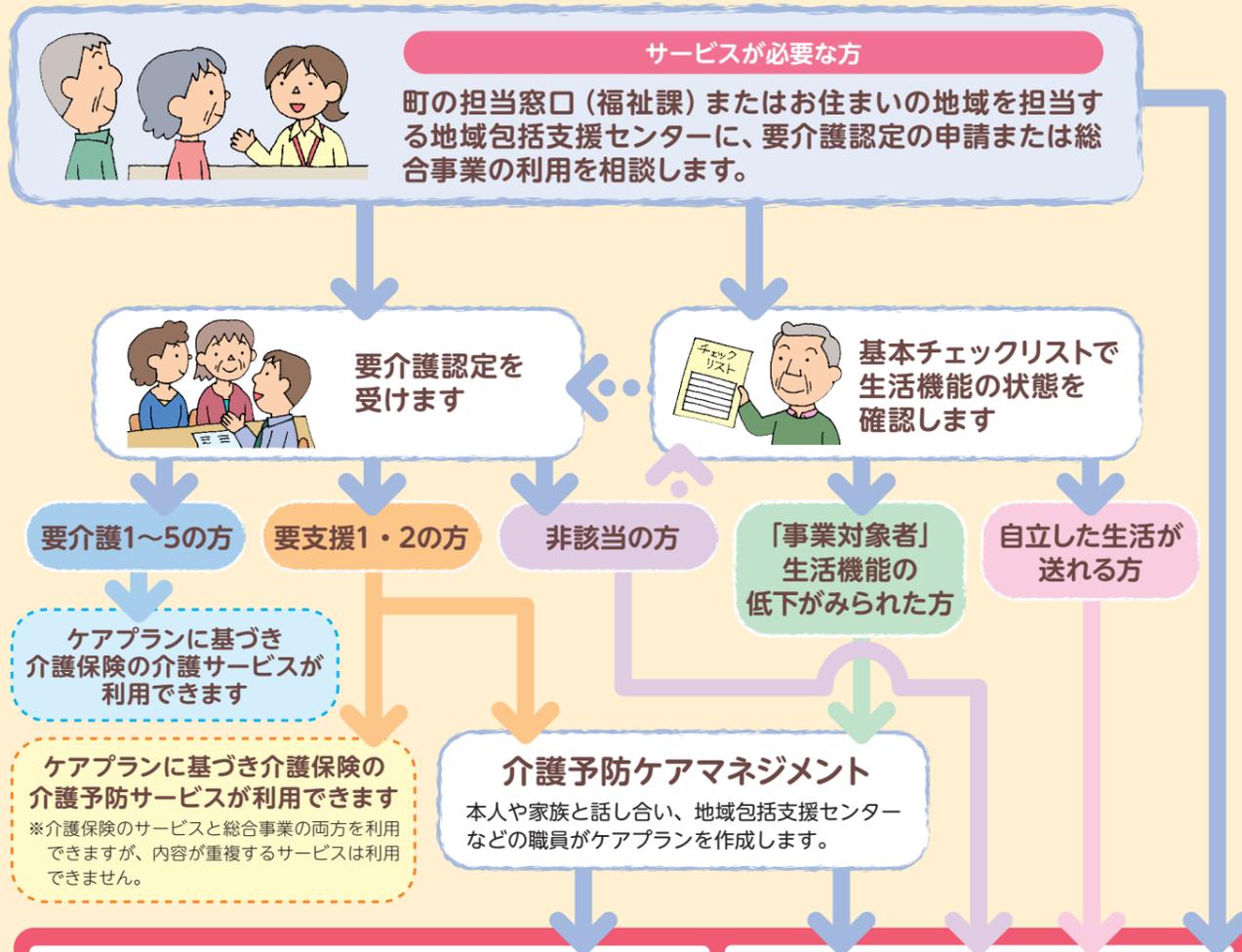
お問い合わせ先：精華町福祉課 高齢介護係 包括ケア推進係
☎0774-95-1904(直通)

「介護予防・日常生活支援総合事業」を利用して自立した生活を続けましょう!

介護予防・日常生活支援総合事業（以下「総合事業」といいます）は、65歳以上のすべての方を対象とした、町が行う介護予防事業です。利用にあたっては、お住まいの地域の地域包括支援センターまたは精華町役場福祉課にご相談ください。

利用までの流れ

総合事業には、要介護認定で要支援1・2の判定を受けた方や、基本チェックリストにより生活機能の低下がみられた方が利用できる「**介護予防・生活支援サービス事業**」と、65歳以上のすべての方が利用できる「**一般介護予防事業**」があります。



要介護認定で要支援1・2の判定を受けた方 **事業対象者**

介護予防・生活支援サービス事業

- 訪問型サービス：掃除・洗濯・買い物などの生活支援
- 通所型サービス：ミニデイサービスや介護予防の居場所など

65歳以上のすべての方

一般介護予防事業 (裏面をご覧ください)

- シニアのための健康づくり講座
- 「体操による居場所づくり」支援
- 健康づくり・介護予防サポーター養成事業

介護予防・日常生活支援総合事業

これまでの要介護・要支援認定に加えて新しい判定区分「**事業対象者**」が新設されます!

事業対象者とは?

平成29年4月から精華町で開始する訪問型サービスと通所型サービスを利用することができる新しい判定区分です。事業対象者になったあとや、サービスを利用したあとでも、要介護認定を申請することができます。

介護予防・日常生活支援総合事業

介護予防・生活支援サービス事業

(サービスの詳細は、地域包括支援センターにお問い合わせください)

- 対象者** ①要支援1・2の認定を受けた方
②事業対象者（基本チェックリストにより生活機能の低下がみられた方）
- 費用** サービスの種類・内容に応じて、利用者の負担額は変わります。

訪問型サービス

- 生活支援サービス
(介護保険事業所・住民団体等が行うサービスがあります)
自立した生活をするために、訪問介護員やボランティア等が、掃除、洗濯、買い物などの生活支援を行います。



通所型サービス

- 介護予防の居場所サービス
(介護保険事業所・NPO・住民団体等が行うサービスがあります)
通所介護施設での食事や入浴や機能訓練の実施、NPOや住民団体が様々な場所で行う介護予防等の居場所の取り組みがあります。
- アクティブ・プラス（短期集中介護予防サービス）
3～6か月間の運動を中心とした予防教室です。
マシンを使った筋力トレーニングなどに取り組み、状態の改善を目指します。



●精華町地域包括支援センター

地域包括支援センターは、地域で暮らす高齢者の介護や健康、生活についての総合相談窓口です。お気軽にご相談ください。

対象地区	委託先	名称・愛称	住所・電話番号
川西・精北小学校区	高齢者総合福祉施設 神の園	精華町北部 地域包括支援センター あんしんサポート北部	精華町南稲八妻笹竹41番地 (高齢者総合福祉施設神の園内) 電話番号：94-5677
精華台・山田荘・東光小学校区	精華町社会福祉協議会	精華町南部 地域包括支援センター あんしんサポート南部	精華町南稲八妻砂留22番地1 (地域福祉センターかしのき苑内) 電話番号：94-4573