

総合事業で利用できるサービス

介護予防・生活支援サービス事業

サービス内容

- 訪問型サービス
訪問介護員等による掃除、洗濯など利用者が自力では困難な行為について、自立のための支援を行います。
- 通所型サービス
通所介護施設において生活機能向上のための体操や筋力トレーニングなどを行います。



一般介護予防事業

サービス内容

- 各種介護予防教室
介護予防に関する教室を開催し、介護予防活動の重要性を周知します。
- 介護予防出前講座
地域のコミュニティの活動団体等からの要請に基づき、自主的な介護予防の取り組みができるよう、音楽療法や筋力アップ指導等、各分野における専門の講師を派遣します。
- とみさと健康ちょきん体操
重りを付けて、歌を歌いながらゆっくり行う体操です。日常生活で使う筋肉をバランスよく鍛えることができます。
- ボランティアポイント
登録されている施設でボランティア活動を行った場合、ポイントをためることができ、ポイントの合計に応じて交付金が受け取れます。ボランティア活動に参加することで、ご自身の健康増進と介護予防を図ります。
- いきいきテレフォン
高齢者の健康・介護に関する相談を24時間365日お受けします。



電話 0120-963-112 (通話料無料)

介護予防が大切なのはなぜ？

「介護予防」とは、健康な生活を長く続け、介護を受ける状態にならないようにする取り組みのことです。身体を使わないでいると筋力が落ち、ますます全身の状態が弱ってきます。この状態が「生活不活発病」です。そうなると疲れやすくなり、閉じこもり気味の生活になるなど悪循環におちいってしまいます。早く気付けば、生活を少し変えるだけで元の身体に戻れるので、介護予防の活動に積極的に参加しましょう。

「年を取ったから」だけでなく、動かなくなるから弱るんだよ。

運動に加えて、栄養バランス、お口のケアに気を付けて、いつまでも自分らしい生活を続けたい！



いつまでも自分らしい生活を続けるために 介護予防・日常生活支援総合事業 利用の手引き



介護予防・日常生活支援総合事業(総合事業)

介護予防・日常生活支援総合事業(以下総合事業)は、高齢者が安心して日常生活が送れるよう地域の実情に応じたサービスを提供する事業です。「介護予防・生活支援サービス事業」と「一般介護予防事業」の二つからなります。

地域のニーズや実情に応じた多様なサービスが提供されることが期待されています。

介護予防・生活支援サービス事業

一般介護予防事業

発行／富里市役所 健康福祉部高齢者福祉課

〒286-0292 千葉県富里市七栄652番地1

TEL:0476-93-4981 FAX:0476-93-2215

2023年5月発行

総合事業を利用して自分らしい生活を続けましょう

総合事業のポイント

- ポイント1 **介護予防・生活支援サービス事業** と **一般介護予防事業** の二つからなります。
- ポイント2 要支援1・2の方は **介護予防サービス** と **介護予防・生活支援サービス事業** を利用できます。
- ポイント3 **介護予防・生活支援サービス事業** のみを利用する場合は、基本チェックリストによる判定で利用できます。(要介護認定は不要です)
- ポイント4 **一般介護予防事業** は65歳以上のすべての方が利用できます。

総合事業

介護予防・生活支援サービス事業

地域の実情に応じた「介護予防」と「生活支援」を目的としたサービスなどがあります。

対象者

- 要支援1・2の方
- 基本チェックリストにより介護予防・生活支援サービス事業対象者となった方
- 介護予防・生活支援サービス事業を利用していた方で、要介護1～5となったあとも本人が利用を希望し、市区町村が必要と判断した方

サービス内容

- 訪問型サービス
- 通所型サービス

一般介護予防事業

高齢者のみなさんが元気でいきいきと生活し、要介護状態にならないようにするための教室(介護予防教室)などを実施します。

対象者

- 65歳以上のすべての方、およびその支援のための活動に関わる方

サービス内容

- 介護予防教室など

※市区町村によって提供されるサービスは異なります。

基本チェックリストとは

基本チェックリストは、25の質問項目で日常生活に必要な機能が低下していないかを調べます。介護予防・生活支援サービス事業のみを希望する場合には、基本チェックリストによる判定で、サービスを利用できます。

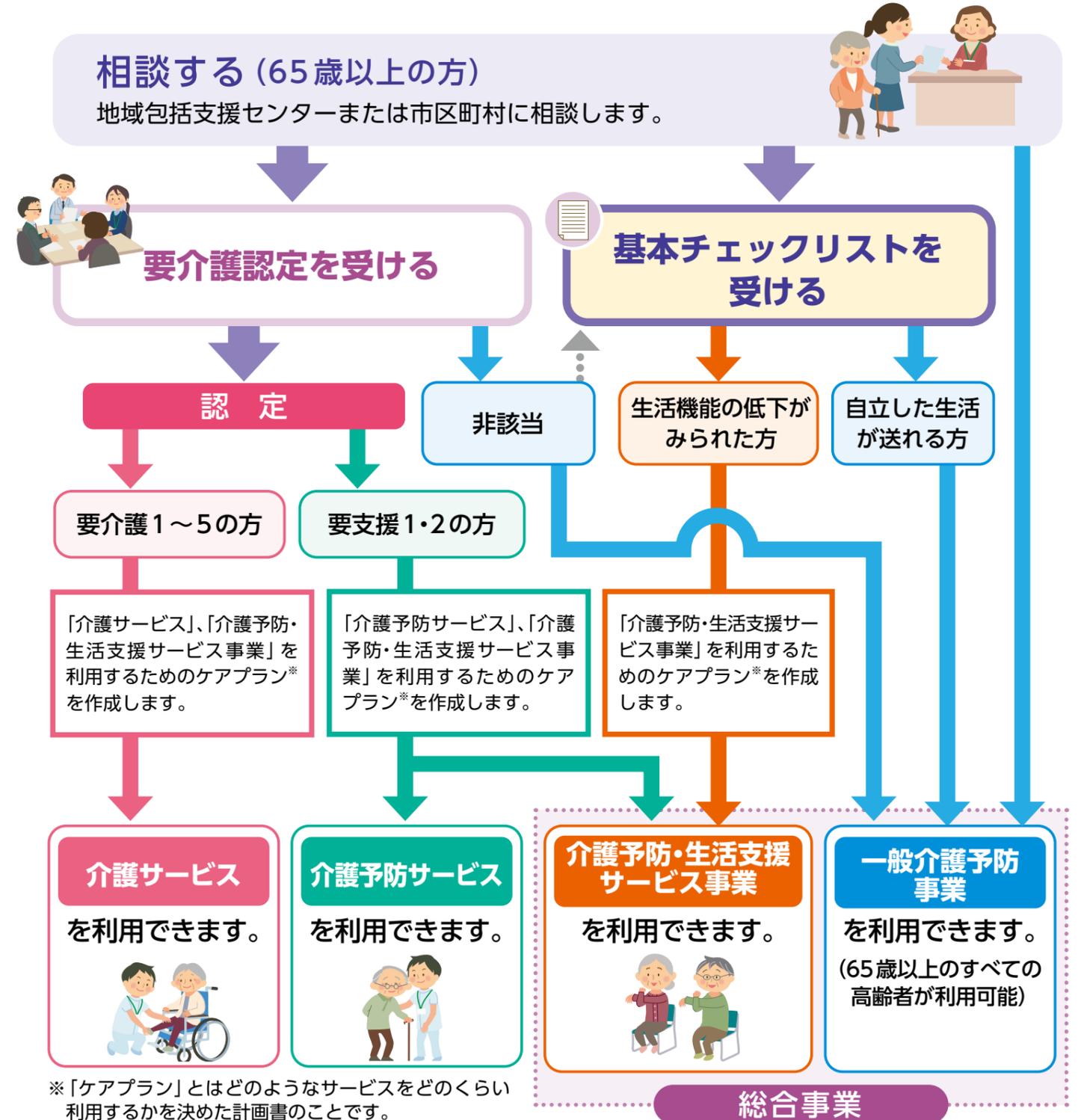


基本チェックリスト(一部)

- バスや電車で1人で外出していますか？
- 転倒に対する不安は大きいですか？
- 週に1回以上は外出していますか？
- 今日が何月何日かわからない時がありますか？

総合事業 利用の流れ

総合事業の利用を希望する場合は、まずは、地域包括支援センターやお住いの市区町村に相談しましょう。必要な支援の度合いによって、利用できるサービスは異なります。



- 要支援1・2と判定された方は **介護予防サービス** と **介護予防・生活支援サービス事業** の利用が可能です。
- 介護予防・生活支援サービス事業を利用していた方が **要介護1～5** となった場合、本人が希望し、市区町村が必要と判断すれば **介護予防・生活支援サービス事業** を引き続き利用できます。