

① 介護予防・日常生活支援総合事業とは？


要支援1、要支援2と認定された方または基本チェックリストにより生活機能の低下が見られた方を利用対象者とした介護予防・生活支援サービス事業と65歳以上の高齢者を利用対象者とした一般介護予防事業があります。

●介護予防・日常生活支援サービス事業



<利用対象者> 要支援1、要支援2認定者、および基本チェックリストにより利用対象者と判断された方。

<利用方法> 豊見城市地域包括支援センターにご相談の上ご利用下さい。

自宅で受けるサービス（訪問型サービス）

事業名	内容	利用料
訪問家事援助業	在宅で過ごす虚弱な高齢者に対し、掃除や洗濯、買い物等の生活支援を実施するため、支援員を派遣します。 	週2回程度 1回100円 (1時間以内)

施設等へ通って受けるサービス（通所型サービス）

教室名	内容	利用料
筋力向上トレーニング教室	筋力トレーニングマシンをメインとした筋力向上運動を行い運動機能の改善を行います。 	週2回程度 月1,600円
流水運動教室	流水マシンを使った水中運動を行い運動機能の改善を行います。	週1回 月800円
さらばんじサービス	レクリエーション等による参加者同士のコミュニケーションを図り、閉じこもりを防止します。 	週1回 月1,500円 ※別途食費

食事管理、安否確認をしてもらうサービス（生活支援サービス）

事業名	内容	利用料
「食」の自立支援業	低栄養状態の改善、自立に向けた支援を行います。 	1食400円

●一般介護予防事業

<利用対象者> 65歳以上の方。



<利用方法> 広報誌「とみぐすく」にて掲載し随時参加を募ります。



介護予防普及啓発事業

教室名	内容	参加費
ちゃ〜がんじゅう運動教室	自宅でも実施できる運動機能向上を目的とした介護予防体操を学ぶため3ヶ月間の教室を実施します。	無料
水中トレーニング教室	足腰に負担の少ない水中運動教室を3ヶ月間実施し運動機能向上を図ります。 	無料
脳がんじゅう室	認知症予防を目的とした初心者向けパソコン教室を3ヶ月間実施します。 	無料
口腔機能向上教室	虫歯や歯周病、嚥下等について学び、正しい口腔ケアについて指導する教室を実施します。	無料
男の健康自炊教室	自炊能力が低い傾向にある男性高齢者に対し、調理実習を通して栄養について学び、栄養不足予防や認知症予防を行う。	材料費 実費
いきいき健康教室	自身、家族、地域における介護予防の方法について、運動、病気、認知、栄養等の広い分野で学ぶ教室を実施します。 	無料

地域リハビリテーション活動支援事業（各地域の公民館等で開催）

教室名	内容	参加費
ミニデイサービス	地域高齢者の社会参加を目的とした憩い場づくりを支援するため、地域に生きがい活動援助員を派遣しています。 	各地域にて徴収
転倒骨折予防室	地域高齢者の転倒予防を目的とした運動教室の実施を支援するため、地域に理学療法士等を派遣しています。 	無料