

介護予防についての相談は地域包括支援センターへ！

地域包括支援センターは、みなさんが住み慣れた地域で安心して暮らしていくために、必要な援助・支援を行う総合相談窓口です。新しい総合事業や介護保険サービスの利用について、わからないことや相談があるときには、お近くの地域包括支援センターへお問い合わせください。

● 地域包括支援センターでは、こんなことを行っています

介護予防ケアマネジメント

要支援と認定された方のケアプランを作成し、生活機能が低下している方に総合事業の利用を支援します。

権利擁護

高齢者虐待の防止や早期発見、また悪質商法等の被害防止を、関係機関と連携しながら支援します。

総合相談支援

高齢者の抱える生活全般の悩み・相談に対して、適切なサービスの紹介や、解決のための支援をします。

包括的・継続的ケアマネジメント

適切なサービスが提供されるように、地域のケアマネジャーへ助言や支援をします。

● 各種サービスについてのお問い合わせ

名称	多賀城市西部 地域包括支援センター	多賀城市中央 地域包括支援センター	多賀城市東部 地域包括支援センター
住所	高橋四丁目24番1号 〔特別養護老人ホーム 多賀城苑内〕	中央二丁目1番1号 〔多賀城市役所向い 社会福祉センター内〕	下馬四丁目1番33号 〔下馬交差点すぐ〕
担当区域 (行政区)	新田全区・高橋全区・山王・ 南宮・市川・浮島・城南	高崎・東田中・志引・ 東田中南・新田中・旭ヶ岡・ 留ヶ谷・伝上山・隅田・向山・ 東能ヶ田・西能ヶ田・八幡全区	鶴ヶ谷・丸山・黒石崎・ 下馬全区・笠神全区・ 大代全区・桜木全区
電話	(022)309-3950	(022)368-6350	(022)363-4055
地図			

● 本パンフレットについてのお問い合わせ先

〒985-8531 多賀城市中央二丁目1番1号
多賀城市保健福祉部 介護福祉課 介護予防係
電話番号：022-368-1141 内線：665・666
FAX番号：022-368-7394

いつまでも住み慣れた 「たがじょう」で 自分らしく暮らすために

65歳以上のみなさんへ



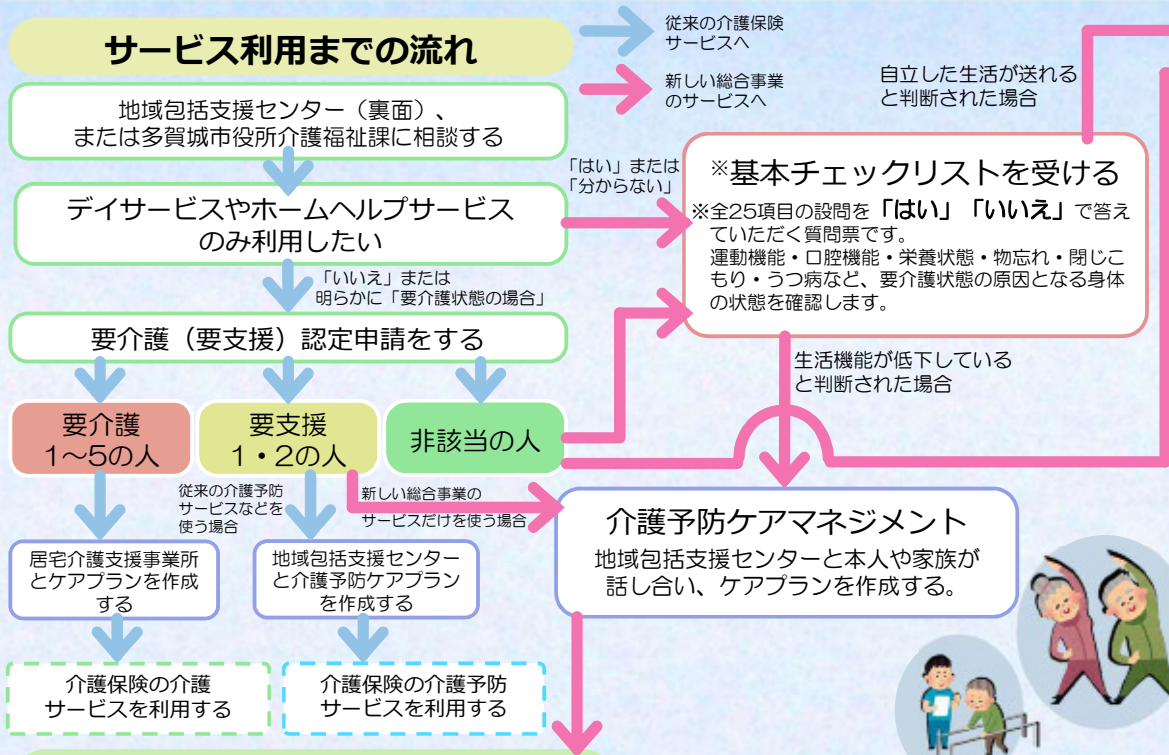
- あした** を合言葉に、いつまでも健やかに自立した生活を送りましょう！！
- あ** るく… 「毎日外へ出て歩きましょう」
- し** ゃべる… 「外へ出たら、皆さんとあいさつし、お話ししましょう」
- た** べる… 「健康のために、よくかんで規則的な時間に食事をとりましょう」

元気な **あした** を迎えるために
「介護予防・日常生活支援総合事業(新しい総合事業)」
を利用して、介護予防に取り組みましょう！

「新しい総合事業」を活用して地域で共に支え合い、自立して生活していきましょう！

『新しい総合事業』は、65歳以上のすべての人を対象とした、市町村が実施する介護予防事業です。介護保険の認定を受けていなくても、一人ひとりの生活に合わせた介護予防事業を利用できるようになります。地域で自分らしく暮らし続けるために、『新しい総合事業』を利用して自立した生活を続けましょう。

サービス利用までの流れ



介護予防・生活支援サービス事業

●要介護認定で要支援1又は2の判定を受けた人、または基本チェックリストにより生活機能の低下が認められる人が利用できます。

類型	訪問型サービス		通所型サービス		その他の生活支援サービス
サービスの種類又は名称	従来の介護予防訪問介護と同様のサービス	軽度生活援助サービス事業（市の独自基準によるサービス）	従来の介護予防通所介護と同様のサービス	短期集中予防サービス事業（市の独自基準によるサービス）	認知症高齢者見守りサービス事業（市の独自基準によるサービス）
提供者又は事業所	訪問介護事業所	シルバー人材センター	通所介護事業所	通所介護事業所、接骨院など	シルバー人材センター
内容	ホームヘルパーが自宅を訪問し、身体介護や生活を支援します。 ※自分で行うことが難しい生活上の支援を行います。※家族のための家事や日常的な家事の範囲を超えるものについては、サービス対象外です。	身体介護を必要としない家事援助などの生活支援をします。	食事・入浴などのサービスや、生活機能の維持向上のための体操や筋力トレーニングなどを支援します。 ※施設によって内容が異なります。	約3ヶ月間でリハビリ専門職（機能訓練指導員、柔道整復師など）による機能訓練を実施し、身体機能の改善を支援します。 ※施設によって内容が異なります。	認知機能低下が認められる方に対し、話し相手や散歩の付添いなどの見守り支援を行います。
提供時間/回	内容により異なる	30分以上1時間未満/回（週2回まで）	施設により異なる	2時間程度/回（週1回まで）	2時間まで/回（週2回まで）

一般介護予防事業

●65歳以上のすべての高齢者とその支援活動に関わる方が利用できます。

介護予防普及啓発事業（運動の機会の提供と正しい知識の普及を目指します。）			地域介護予防活動支援事業	
事業名	健康ストレッチ教室	筋運アップ教室	事業名	住民運営サロン立ち上げ事業
場所	シルバーヘルスプラザ(月4回)	山王地区公民館(月2回) 大代地区公民館(月2回)	対象	地域でサロンを始めようとする団体
時間	・10:00~10:50 ・11:00~12:00 山王地区公民館(月2回) 大代地区公民館(月2回) ・13:30~14:30	山王地区公民館(月2回) 大代地区公民館(月2回) ・13:30~14:30	内容	運営方法や周知方法を一緒に考え、住民が主体的に運営するサロンの立ち上げを支援します。
内容	ストレッチ体操、転倒予防の体操、手遊びや頭の体操など	ラジオ体操、ストレッチ体操、下肢筋力トレーニング、ゴムバンド体操、体力測定など		

地域介護予防活動支援事業（住民運営の通いの場への支援や、地域で自ら介護予防に進んで取り組む担い手の養成などを目指します。）

事業名	地域介護予防スタートアップ事業	介護予防サポーター支援事業	介護支援ボランティア活動ポイント事業	いきいきシニアの介護予防活動促進事業
対象	地域で介護予防活動を始めようとする団体又は開始して2年以内の団体	介護予防を地域に広めるお手伝いをしたい概ね40歳以上の方	介護施設等でのボランティア活動に関心のある65歳以上の方	専門講師を招き、地域で定期的に介護予防活動を行う団体
内容	専門の運動指導員が技術支援を行い、介護予防の通いの場の立ち上げを支援します。	「介護予防サポーター養成講座」を開催し、軽運動などの介護予防に関する知識や技術を学習します。	介護施設等で行ったボランティア活動の時間に応じてポイントを付与し、ポイント数に応じて、転換交付金を支給します。	地域での介護予防活動を応援するため、活動費の一部を支援します。

地域リハビリテーション活動支援事業（リハビリテーション専門職の技術的助言により、介護予防の機能強化を目指します。）

内容	「地域ケア会議」「通所・訪問介護事業所」「サービス担当者会議」の他、介護予防活動を行う「住民運営の通いの場」などに、リハビリテーション専門職（理学療法士、作業療法士等）を派遣し、様々な技術的助言を行います。
----	---