

下関市彦島地域包括支援センター通信

第2号 平成29年6月発行

「介護予防・日常生活支援総合事業」が始まりました！

「介護予防・日常生活支援総合事業」は **65歳以上の人**を対象とした、市が行う介護予防のための事業です。自立した日常生活を送って頂けるよう、一人ひとりの目標や状態に合わせたサービスを提供します。

「介護予防・日常生活支援総合事業」は「**介護予防・生活支援サービス**」と「**一般介護予防事業**」（裏面）の2つがあります。

①「介護予防・生活支援サービス」

「**介護申請を行い要支援1・2の認定がある人**」または「**基本チェックリスト（彦島地域包括支援センターで実施）を行い生活機能の低下がみられた人（事業対象者）**」が利用できるサービスです。このサービスにより、今まで介護保険の認定がなければ受けられなかったサービスの一部が、基本チェックリストに該当すれば受けることができるようになりました。生活でお困りのことがあるかたは彦島地域包括支援センターへご相談ください。
※利用者負担あり

訪問型サービス

利用者の居宅を訪問してサービスを行います。

①予防給付型

身体介護（身の周りの介護など）や生活援助（調理、掃除、ゴミ出しなど）を行います。

②生活維持型

生活援助（調理、掃除、ゴミ出しなど）を行います。



通所型サービス

デイサービスセンターなどでサービスを行います。

①予防給付型

日常生活上の支援や生活行為向上のためのサービスを行います。（専門的な支援が必要な方向け）

②生活維持型

日常生活上の支援や生活行為向上のためのサービスを行います。（専門的な支援の必要性が低い方向け）

③運動特化型

介護予防を目的とした運動器機能向上のサービス（半日）

④短時間運動特化型

介護予防を目的とした運動器機能向上のサービス（短時間）

⑤短期集中型

特に運動器機能向上を目的とした保険・医療の専門職等により短期集中型のリハビリテーション



②一般介護予防事業

健康教室

彦島地域包括支援センターでは「いきいきふれあい教室」を開催しています。

平成 29 年度いきいきふれあい教室(後期) 参加者募集!

【参加費】無料 【募集人数】限定 25 名

【開催日時】平成 29 年 10 月～平成 30 年 2 月 水曜日 10～12 時

【会場場所】彦島公民館 レクリエーション室

【内容】転倒骨折予防体操を中心に、健康チェック、レクリエーション、講話を行います。

詳細は彦島地域包括センターへ問い合わせ下さい。



自主的な活動の支援

いきいき百歳体操の実施を支援しています。

「いきいき百歳体操」は介護予防のために効果的な体操です。近所のかたと一緒に始めてみませんか？

【いきいき百歳体操とは】

・手首や足首におもりを付けて、ゆっくりと手足を動かす30分間の筋力運動です。ビデオ(DVD)またはCDで気軽に始められます。

・初回、3ヶ月、1年後の3回の体力測定を行うため、効果が数値で実感できます。

【支援の条件】

・原則週1回以上、3ヶ月間自主的な継続実施が可能であること。

・5人以上の参加者がいること。

・会場、椅子、DVD(もしくはCD)デッキ、テレビの準備があること。

※百歳体操のDVD、貸与用のおもり(10個程度1年間のみ)は地域包括で準備します。

【流れ】

①最初の1ヶ月程度は包括職員が伺い、健康チェック等を行います。

②その後、3ヶ月後/半年後/一年後に体力測定を包括職員が行います。

③1年後におもりの返却、包括職員の支援終了となります。



彦島地域包括支援センター

【社会福祉法人 松美会】

彦島江の浦町一丁目5-2

電話：266-6516 FAX：227-3112

アクセス：ロータリーバス停すぐ

営業日：月曜日～土曜日(祝日は休み)

営業時間：8時30分～17時15分

担当区域：彦島全域・六連島



お問い合わせはこちらまで。お待ちしております。

