

介護予防・日常生活支援総合事業が

みなさんの毎日をサポートします！

介護予防・日常生活支援総合事業が開始されました。

介護予防・日常生活支援総合事業（以下、総合事業）は、地域の65歳以上の人を対象に、その人の状態や必要性に合わせたさまざまなサービスなどを提供する市主体の事業です。

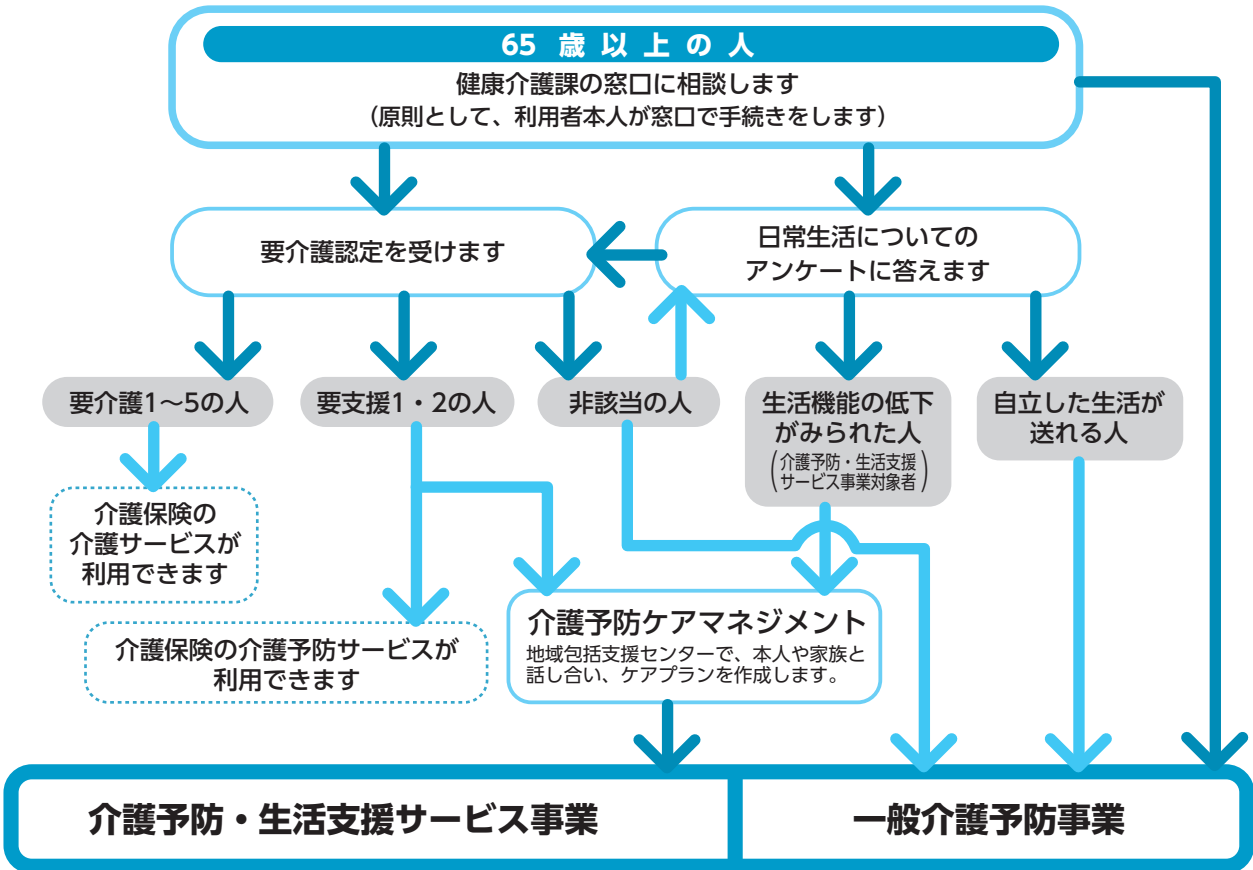
総合事業には、要支援に認定された人や生活機能の低下が見られる人が利用できる「介護予防・生活支援サービス事業」と65歳以上のすべての人が利用できる「一般介護予防事業」があります。

まずは地域包括支援センターに相談してください。

☎地域包括支援センター（健康介護課内）TEL22-6838

| 一般介護予防事業                                                                                                                                                        | 介護予防・生活支援サービス事業                                                                                                                                       |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>65歳以上すべての人が筋力向上、閉じこもり予防、認知症予防などを目的とした介護予防教室が利用できます。</p> <p>介護予防教室には、いこいの広場、かたん筋トレ教室、ひらめき脳トレ学校、歌カフェなどがあります。新しい教室も予定しています。</p> <p>☎ NPO法人 どんぐり会 TEL52-2512</p> | <p>訪問型サービスと通所型サービスを受けることができます。</p> <p>※今まで介護保険のサービスとして受けていた介護予防訪問介護・介護予防通所介護と同等でサービス内容や利用料金に変更はありません。新たに、時間短縮型のミニデイサービスや短期集中の機能訓練サービスも受けることができます。</p> |

利用までの流れ



## 地域のお元気応援隊！

「あなたも「介護予防サポーター」になりませんか？」

介護予防サポーターは、地域で介護予防活動を行うボランティアです。地域の皆さんが、いつまでも自分らしく元気で過ごせるようお手伝いすることを目的に活動しています。

### サポーターって誰でもできる？

介護予防サポーターは、「やる気」と「元気」があればどなたでも大丈夫です。

サポーターは、①介護予防について自ら学び実践する②学んだ知識を周りの人に伝える③周りの人に声をかけて元気をあげるなどを目指しています。「いつも元気をもらってありがとう」と言われるようなサポーター仲間の輪を広げます。

### こんな活動をしています

介護予防教室のお手伝いや、ふれあいサロンなどで介護予防体操の普及や、公民館講座を開催しているサポーターもいます。

また、2カ月に1回定例会で情報交換や勉強会などを行っています。自分にあった頻度で、無理なくサポーター自身が楽しんで活動できるようにすすめています。



### 介護予防サポーター養成講座のお知らせ

#### 対象

介護予防活動に関心があり、ボランティアとして活動できる人

#### 講座内容

介護予防の基礎知識、認知症に関する講習・運動実技講習など

#### 開催日時

初回は6月6日(月) 13時30分～15時(全6回開催)

詳細な日程は申込時にお伝えします。

#### 場所

ふれあいセンターなど

#### 申込締め切り

5月30日(月)  
 圏地域包括支援センター(健康介護課内)TEL 22-6838

## 市民の健康づくりを考えてみませんか

「健康山県21(山県市健康増進計画)推進委員会」

### 企画運営委員の募集

第2次健康増進計画を推進するため、具体的な企画を立案し運営する健康山県21企画運営委員会の委員(無償ボランティア)を追加募集します。

#### ▼申込期限

5月27日(金)

#### ▼会議内容

平日の昼間に年5回程度  
 健康づくりに関する企画立案

#### ▼要件

市内に在住または在勤の健康づくりに関心のある人

### 活動団体を募集

企画運営委員会の企画した次の活動に協力していただける団体を募集します。

#### ○健康管理分野

#### ○食生活分野

#### ○運動分野

#### ○こころ分野

#### ▼申込期限

5月27日(金)

### 助成金の活用

計画の目標にあった健康づくり活動を行う団体などは助成金制度を活用してください。

#### ▼助成対象団体

次のすべてを満たす団体

#### ①市内で活動する団体で、市内に在住または在勤の会員数が全体の過半数を占める団体

#### ②健康づくりの活動を継続的に行う団体

#### ③政治活動や宗教活動、営利活動を目的としない団体

#### ▼助成対象活動

##### ①食生活の改善を図る活動

##### ②運動に関する意識の向上を図る活動

##### ③こころの健康づくりに関する活動

##### ④健康に関する知識の普及を図る活動など

#### ▼助成金額

助成対象経費から参加費などの収入額を差し引いた額または5万円のいずれか低い額。同一団体の同じ内容の活動は、1年度で5万円を上限とします。

#### 健康介護課 TEL 22-6839

