

●介護予防・生活支援サービス事業（要支援1・2、チェックリスト該当者）

※ご利用にはケアプランの作成が必要です。

事業名		内容
訪問型サービス	従来型サービス	予防訪問介護事業所による現状と同様のサービス
	基準緩和型サービス	予防訪問介護事業所の緩和した基準によるサービス
	シルバーお助けサービス	シルバー人材センターによる家事援助などのサービス
	栄養改善個別指導	管理栄養士による指導を3月で1クールとして実施
通所型サービス	従来型サービス	予防通所介護事業所による現状と同様のサービス
	基準緩和型サービス	予防通所介護事業所の緩和した基準によるサービス
	筋力向上トレーニング	筋力アップを目指したトレーニングを3か月12回で実施
その他の生活支援サービス	栄養改善を目的とした配食	委託業者による高カロリーな配食サービスを実施

●一般介護予防事業（65歳以上の方）

※送迎はありません

事業名	内容
転倒骨折予防教室	3地区で実施。1年(12回)後に、自主グループとしての活動へ移行が前提。無料
プールDE筋トレ教室	ふれあい館プールでの水中筋トレ教室。1クール3回で入浴も無料
脳力アップトレーニング	南河内公民館で週1回。いつからでも参加可の運動と脳トレ。1回200円
ふれあいサロン陽だまり	仁良川コミュニティセンターで週2回。介護予防運動も実施。昼食代として1回500円
しもつけ元気はつらつ体操	自分の体力に合わせた「おもり」を使った体操。無料。実施希望団体を募集中

◆地域の相談窓口「地域包括支援センター」を利用しましょう

地域包括支援センターは、高齢者の皆さんが住み慣れた地域で、安心して暮らし続けることができるように、必要な援助・支援を行う総合相談窓口です。主任ケアマネジャー・社会福祉士・保健師等が、皆さんの生活を支える役割を担っています。

名称	場所	電話
地域包括支援センター みなみかわち	南河内児童館内	44-3002
地域包括支援センター こくぶんじ	ゆうゆう館	43-1229
地域包括支援センター いしばし	きらら館	51-0633

■問い合わせ先

高齢福祉課（きらら館）

☎52-1115

地域包括支援センターみなみかわち（基幹型）

☎44-3002