

## 介護保険事業者が行う 介護予防サービス

要支援1、2の認定者に対して、従来の介護サービスの内容・提供方法の見直しを行い、本人の自立意欲を高め、生活機能の悪化防止や改善につながるサービスを提供します。

## 介護予防のために市が行う 保健事業とサービス

要介護・要支援状態にならないように、虚弱または元氣な高齢者に対して、介護予防に効果的な保健事業やサービス(下表2参照)を提供します。

### 具体的なサービス例

#### ○介護予防通所介護 (デイサービス)

通所介護(デイサービス)で行っているサービスのほかに、個々の必要性や希望に応じた選択サービス(運動機能の向上、栄養改善、口腔機能の向上など)を組み合わせて提供します。

#### ○介護予防訪問介護 (ホームヘルプ)

可能な限り自分で行うことを基本に、ホームヘルパーが訪問し、できないことを本人に代行行います。

### 介護予防の保健事業

#### ○地域ふれあい事業(新規)

運動機能の維持・向上および高齢者の交流を図るために、身近な集会所などを拠点として、地域のボランティアとしての体操指導者(サポーター)の育成を図りながら、市のオリジナル体操の普及を図ります。

#### ○基本健康診査(見直し)

従来の基本健康診査に介護予防基本チェックリストや生活機能低下を評価する検査項目を追加。これにより、必要の人に適切な介護予防サービスが提供できるようになります。

介護予防に向けたサービス表2

項目	このようなときに	内容	対象者	負担額
おたっしや教室 (新規)	運動機能などの低下により、そのままでは要介護状態になる恐れのあるとき。	筋力向上、認知症予防などのために、筋力トレーニング、口腔ケア、食生活の指導などを行う教室を、市内3区域に分けて実施(半年間、各区域で12回開催予定)。	生活機能のチェックにより運動機能などの低下が認められる、介護保険で「要介護」または「要支援」と認定されていない虚弱な高齢者。 ※参加する場合は、医師の意見書が必要です。	医師の意見書作成料
配食サービス	寝たきりや体が弱いなどの理由により、食事の準備ができないとき、または、栄養のバランスの取れた食事を作ることができないとき。	・栄養のバランスのとれた食事(おかず)の提供と同時に安否を確認(週3回程度)。 ・自分で炊飯ができない人には、おかずとご飯を提供します。また、必要に応じて栄養士が訪問し食生活の指導を行います。	虚弱などのため、食事の準備ができないか、栄養のバランスの取れた食事を作れない一人暮らし高齢者など。	一部自己負担

募集します!

## 家族介護教室(会場:鳥取地域)の参加者



とき・ところ 左表日程参照

**内容** 介護保険サービスや高齢者福祉サービスの紹介/認知症、高齢者の栄養管理、健康管理についての講話/介護技術の講習、調理実習など  
**対象者** 在宅で高齢者を介護している家族、または介護に関心のある人で、第1回から第4回までの全ての日程に参加できる人

**参加費** 無料(ただし、調理実習の材料費(300円)は自己負担)  
**定員** 各会場ごとに30人(先着順)

**申込方法** 市役所駅南庁舎高齢社会課、または市役所本庁舎1階総合案内所に備え付けの申込用紙に記入のうえ、持参、郵送、またはファクシミリのいずれかで ※電話による申し込みも行っていきます。

**申込期限** 前期・5月2日(火)後