4月から

新しい介護予防・日常生活支援総合事業（総合事業）が始まります

65歳以上の皆さんへ

市では、4月から、介護保険制度の地域支援事業として実施する、介護予防・日常生活支援総合事業がスタートします。

介護予防・日常生活支援総合事業は、65歳以上の全ての人を対象に、高齢者の皆さんが住み慣れた地域で自分らしく暮らし続けられるように、ニーズにあった多様な介護予防と生活支援サービスを提供するものです。

また、これまで要支援1・2の認定を受けて利用していた介護予防サービスの一部（訪問介護と通所介護）がこの事業に移行します。

▶問合せ　長寿介護課（☎95-0150）

Q どんなサービスが利用できるの？
A 大きく2つの事業があります。

介護予防・生活支援サービス事業

対象　介護保険の要支援1・2の認定を受けた人、事業対象者（※）と判定された人

●訪問型サービス（ホームヘルプサービス）…ホームヘルパーによる身体介護や掃除・洗濯などの生活援助

●通所型サービス（ディサービス）…通所介護事業所などでの生活支援、運動機能向上や栄養指導

一般介護予防事業

対象　65歳以上の全ての人

●健康教室、健康教育、健康相談、認知症予防体操など

●高齢者の居場所づくりを通じての交流促進

※市役所や地域包括支援センター等で実施する**基本チェックリスト（7ページ）**で生活機能の低下のおそれがあると認められた人

Q 新しく始まる総合事業を利用してみたいのですが、どうすればいいの？
A 長寿介護課、または包括支援センター等に相談して下さい。事業対象者を決定します。

介護予防・生活支援サービス事業

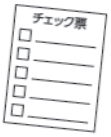
事業対象者の判定は、上記の各窓口などで基本チェックリストを用いて行います。

一般介護予防事業

65歳以上全ての人が利用できます。上記の各窓口などで利用者に合った事業を紹介します。

Q 現在、要支援認定の人は何が変わるの？
A 事業の枠組みが変わる以外大きな変更はありません。

要支援認定の人への予防給付のうち、訪問介護・通所介護が介護予防・日常生活支援総合事業に移行します。現在サービスを利用している人は、認定有効期間中は継続して同じサービスを利用できます。



やるっぴ生活支援サポーター募集

市では4月から、軽度の支援を必要とする高齢者を対象とした生活支援サービスを始めます。

「掃除」「洗濯」等介護の専門的な知識がなくてもお手伝いができる生活支援サービスの担い手を養成します。

介護保険制度、高齢者の特性、接遇マナー、認知症の理解など、介護保険関連の事業所、ボランティア活動、地域福祉活動などで活用できる内容を学びます。

「住み慣れた地域で暮らし続けたい」そんな思いを応援し、高齢者を支える活動に興味のある人大歓迎です。

※本研修受講後、事業所での実務研修（3時間程度）を修了した人には、市内の介護事業所が提供する基準緩和型のホームヘルプサービスに従事できる資格証が発行されます。

▼とき　2月10日(金)、3月15日(水)午前9時30分～午後4時30分

▼定員　各回40人

▼ところ　中央公民館　中会議室

▼参加費　無料

▼持ち物　筆記用具、昼食

▼申込み　1月31日(火)までに長寿介護課長寿係（☎(95)0150）まで電話でお申込みください。

基本チェックリスト

チェックしてみるっぴ！

いつまでも自分らしく元気な暮らしを送るためには、心身の老化のサインに早く気づき、からだの機能を維持・向上させるなどの取り組み（介護予防）が大切です。この25項目の質問に答えることで、ご自身に必要な介護予防の取り組みを知ることができます。
あなたの日常生活を「はい」と「いいえ」でチェックしてみましょう。

基本チェックリスト

	No.	質問項目	回答		得点	判定基準
暮らしぶりその1	1	バスや電車で1人で外出していますか	0. はい	1. いいえ		
	2	日用品の買い物をしていますか	0. はい	1. いいえ		
	3	預貯金の出し入れをしていますか	0. はい	1. いいえ		
	4	友人の家を訪ねていますか	0. はい	1. いいえ		
	5	家族や友人の相談にのっていますか	0. はい	1. いいえ		
			No.1～5の合計			
運動器関係	6	階段を手すりや壁をつたわらずに昇っていますか	0. はい	1. いいえ		
	7	椅子に座った状態から何もつかまらずに立ち上がっていますか	0. はい	1. いいえ		
	8	15分間位続けて歩いていますか	0. はい	1. いいえ		
	9	この1年間に転んだことがありますか	1. はい	0. いいえ		
	10	転倒に対する不安は大きいですか	1. はい	0. いいえ		
			No.6～10の合計			▶ 3点以上
栄養・口腔機能等の関係	11	6ヶ月間で2～3kg以上の体重減少はありましたか	1. はい	0. いいえ		
	12	身長（　　）cm　体重（　　）kg　(BMI 18.5未満なら該当) BMI（＝体重（kg）÷身長（m）÷身長（m））	1. はい	0. いいえ		
			No.11～12の合計			▶ 2点以上
	13	半年前に比べて堅いものが食べにくくなりましたか	1. はい	0. いいえ		
	14	お茶や汁物等でむせることがありますか	1. はい	0. いいえ		
	15	口の渇きが気になりますか	1. はい	0. いいえ		
			No.13～15の合計			▶ 2点以上
暮らしぶりその2	16	週に1回以上は外出していますか	0. はい	1. いいえ		▶ 16に該当
	17	昨年と比べて外出の回数が減っていますか	1. はい	0. いいえ		
	18	周りの人から「いつも同じ事を聞く」などの物忘れがあると言われますか	1. はい	0. いいえ		
	19	自分で電話番号を調べて、電話をかけることをしていますか	0. はい	1. いいえ		
	20	今日が何月何日かわからない時がありますか	1. はい	0. いいえ		
			No.18～20の合計			▶ 1点以上
			No.1～20の合計			▶ 10点以上
こころ	21	(ここ2週間)毎日の生活に充実感がない	1. はい	0. いいえ		
	22	(ここ2週間)これまで楽しんでやれていたことが楽しめなくなった	1. はい	0. いいえ		
	23	(ここ2週間)以前は楽にできていたことが今ではおっくうに感じられる	1. はい	0. いいえ		
	24	(ここ2週間)自分が役に立つ人間だと思えない	1. はい	0. いいえ		
	25	(ここ2週間)わけもなく疲れたような感じがする	1. はい	0. いいえ		
			No.21～25の合計			▶ 2点以上

※それぞれの項目の合計数が判定の数になった場合、機能低下が心配されます。長寿介護課または包括支援センターにご相談ください。
※基本チェックリスト該当者（事業対象者）は介護認定を省略して、総合事業の介護予防・生活支援サービス事業の対象者になります。
※長寿介護課の他、地域包括支援センター、在宅介護支援センターでもチェックを受けることができます。