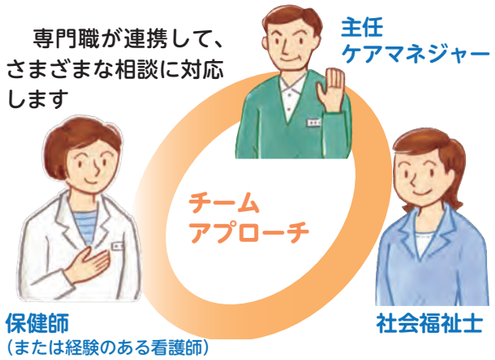
高齢者支援センターのご案内

高齢者支援センターは高齢者の総合相談窓口です

高齢者支援センターは、高齢者のみなさんがいつまでも住み慣れた地域で生活ができるよう支援するための拠点です。介護に関する悩みや心配ごとをはじめ、健康や福祉、医療に関するさまざまな支援を行っています。



高齢者支援センターが行っている主な支援

自立した生活ができるよう介護予防をすすめます

要支援1・2と認定された方や、介護が必要となるおそれがある方への支援を行います（介護予防ケアプランの作成など）。

介護に関する悩みなどさまざまな相談に応じます

介護が必要な高齢者やその家族のために、介護に関する相談のほか、福祉や医療など、さまざまな相談を受け付けています。

高齢者のみなさんの権利を守ります

消費者被害などへの対応や成年後見制度の利用支援、高齢者への虐待防止の早期発見・早期対応などに取り組みます。

暮らしやすい地域づくりに取り組んでいます

いつまでも住み慣れた地域で安心して暮らすことができるよう、介護サービス事業者や医療・行政機関のネットワークづくりをすすめています。

また、主任ケアマネジャーが地域のケアマネジャーの支援・指導を行い、質の高いサービス提供に努めます。

問い合わせ先

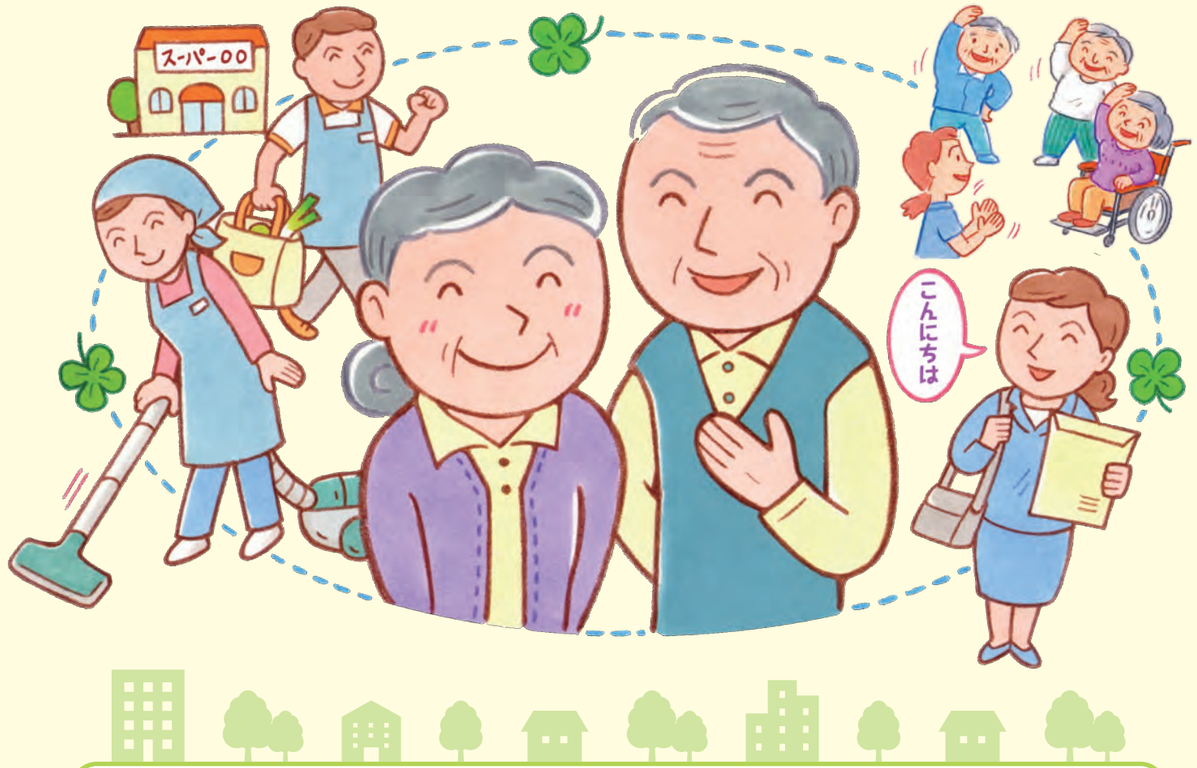
介護保険に関すること	福祉部 高齢者福祉課 介護支援係 …… 042-557-0594（直通）
高齢者施策に関すること	福祉部 高齢者福祉課 高齢者支援係 …… 042-557-7623（直通）
地域支援事業に関すること	福祉部 高齢者福祉課　地域包括ケア推進係 …… 042-557-7674（直通）
高齢者の総合相談など	東部高齢者支援センター …… 042-557-3852（直通） 西部高齢者支援センター …… 042-557-0609（直通）

VEGETABLE OIL INK 植物油インキを使用しています。
UD FONT 見やすく読みまちがえにくいユニバーサルデザインフォントを採用しています。
禁無断転載 ©ライズファクトリー

自分らしい暮らしを続けるために

総合事業のご案内

（介護予防・日常生活支援総合事業）



総合事業では、高齢者が安心して自立した日常生活を送るための事業やサービスを提供します。自分らしい生活を続けるためにも、高齢者一人ひとりが状態に合ったサービスを利用し、心身の健康を維持していただければと思います。

瑞　穂　町

介護に関するサービス 利用の手順

生活する上で何か困ることがあれば介護に関するサービスの利用を検討しましょう。必要な支援の度合いによって、受けられるサービスは異なります。

相談する

区市町村の窓口で相談の目的を伝えます。希望するサービスがあればその旨を伝えます。

基本チェックリスト

非該当 → 介護予防・生活支援サービス事業対象者

非該当 → 要介護認定の申請 → 要介護認定 → 認定

要支援

要支援1・2

→ 介護予防サービスを利用できます。

要介護

要介護1～5

→ 介護サービスを利用できます。

地域支援事業

地域支援事業とは要介護・要支援状態になることを予防し、要介護状態になった場合にも可能な限り自立した日常生活を過ごせるよう支援することを目的とした事業です。

一般介護予防事業 ➡❼ページ

一般介護予防事業はすべての高齢者が対象です。

介護予防・生活支援サービス事業 ➡❹ページ

※一般介護予防事業と介護予防・生活支援サービス事業を合わせて「総合事業（介護予防・日常生活支援総合事業）」とよびます。

総合事業（介護予防・日常生活支援総合事業）

基本チェックリストについて

基本チェックリストでは、25の質問項目から日常生活に必要な機能が低下していないかを調べます。

介護予防・生活支援サービス事業のみを希望する場合には、基本チェックリストによる判定でサービスを利用できます。

基本チェックリスト（一部抜粋）

- □ 階段を手すりや壁をつたわらずに昇っていますか
- □ 半年前に比べて固いものが食べにくくなりましたか
- □ 週に１回以上は外出していますか
- □ 周りの人から「いつも同じことを聞く」などの物忘れがあると言われますか

要支援1・2 の方が利用できるサービス

介護予防サービス

従来の介護予防サービスのうち「介護予防訪問介護」、「介護予防通所介護」以外のサービスが利用できます。

介護予防・生活支援サービス事業

「介護予防訪問介護」、「介護予防通所介護」は代わりとなるサービスを介護予防・生活支援サービス事業で受けることができます。また、そのほかのサービスも利用できます。

自分らしい生活を続けるために（総合事業）

「介護予防・生活支援サービス事業」と「一般介護予防事業」を合わせて『総合事業（介護予防・日常生活支援総合事業）』と呼びます。高齢者の介護予防と高齢者が安心して自立した日常生活を送るための支援をすることなどを目的としています。

介護予防・生活支援サービス事業

介護予防・生活支援サービス事業は、利用者のニーズにこたえられるよう、生活支援などの多様なサービスが提供されることが期待されています。サービスを提供するためには、既存の事業者だけでなく、住民によるボランティアや NPO 団体、民間企業などの参加も必要になってきます。

対象者
❶ 要支援認定を受けた方
❷ 基本チェックリストにより介護予防・生活支援サービス事業対象者となった方

ケアプランを作成

総合事業の利用について相談する

介護予防ケアマネジメント

高齢者支援センターの職員などに相談し、サービスの種類や回数を決め、ケアプランを作成します。

※ケアプランの作成および相談は無料です。

訪問型サービス

自立した生活を送るため、日常生活の手助けをしてもらう

介護予防訪問介護

ホームヘルパーがご自宅等を訪問し、生活援助（食事の準備や調理等）や身体介護（食事や入浴、排せつの介助等）を行います。

●**利用回数**　週１回～
高齢者支援センターの作成するケアプランにより決まります。

●**利用料**　月額制で、利用回数により異なります。

▼1ヵ月あたりの自己負担（1割の方）のめやす

週１回程度利用	1,176 円
週２回程度利用	2,349 円

※ 左表の回数を超える利用は 3,727 円（要支援２の方のみ）

訪問型サービス

自立した生活を送るため、日常生活の簡単な手助けをしてもらう

生活支援サービス

ヘルパー等が訪問し、買物、調理、掃除、洗濯、布団干し等を利用者と共に行います。

●**利用回数**　週１～２回
高齢者支援センターの作成するケアプランにより決まります。

▼1ヵ月あたりの自己負担（1割の方）のめやす

指定介護事業者	
週１回程度利用	1,011 円
週２回程度利用	2,022 円

シルバー人材センター	
１回あたり	150円

※1 カ月で週１回の利用を４回した場合は、600 円となります。

訪問型サービス

保健・福祉の専門家に自宅を訪問してもらう

短期集中予防サービス

一人で外出が難しい方のご自宅に看護師や栄養士等が訪問し、生活上の困りごとをお伺いしたり、健康を保つ上でのアドバイスを行います。

●**利用期間・回数**　6ヵ月以内・12 回（限度）

●**利用料**　無料

通所型サービス

通所施設でサービスを受ける

介護予防通所介護

通所介護施設(デイサービスセンター)で、食事のサービスや、生活機能の維持向上のための体操、筋力トレーニングなどを日帰りで行います。

●利用回数

週1～2回
高齢者支援センターの作成するケアプランにより決まります。

●利用料

月額制で、利用回数により異なります。

▼1ヵ月あたりの自己負担(1割の方)のめやす

週1回程度利用	1,672円
週2回程度利用	3,428円

※食費、日常生活費は別途負担になります。
※利用するメニューによって別に費用が加算されます。

通所型サービス

生きがいづくりのための外出活動に参加する

介護予防通所介護(緩和した基準)

身体機能の向上活動、趣味・生きがい活動、生活相談などを行います。

●利用回数

週1～2回
高齢者支援センターの作成するケアプランにより決まります。

●利用料

月額制で、利用回数により異なります。

▼利用回数及び利用料

利用回数	利用料
週1回	1,500円(1ヵ月あたり)
週2回	3,000円(1ヵ月あたり)

※食費・活動費は別途負担になります。

通所型サービス

専門職による身体の機能改善に向けた指導を受ける

短期集中予防サービス

加齢に伴う身体機能の低下に対し、専門職が運動または栄養・口腔・転倒予防について指導をします。

▼利用期間・回数及び利用料

	利用期間・回数	利用料
運動器の機能向上事業(集団)	6ヵ月・週2回	1,900円(1ヵ月あたり)
運動器の機能向上事業(個別・少人数)	6ヵ月・週1回	150円(1回あたり)
転倒骨折予防等事業	6ヵ月・12回	2,400円(6ヵ月あたり)

一般介護予防事業

各事業への参加をきっかけに「通いの場」が増えていく地域づくりを進めます。介護予防を推進するための人材を育てるとともに、活動内容を充実させます。

介護予防リーダー養成講座

介護予防に興味のある方を対象に、介護予防についての基本的なこと、必要性を学びます。講座が終わった後も、自分のため、地域のために活躍できるような方法を身につけます。

転倒予防教室

おおむね60歳以上の方を対象に、講話やストレッチ、トレーニングを行います。介護予防リーダーが地域で活躍するための教室にもなっています。

ぴんぴん健康体操教室

おおむね65歳以上の方を対象に、ストレッチなどの運動と脳トレを組み合わせて行い、継続して運動をする習慣を身につけます。

脳いきいきウォーキング教室

おおむね60歳以上の方を対象に、認知症予防のためのウォーキング習慣を身につけ、一緒に取り組む仲間づくりを行います。

生活支援・介護予防サービスの充実と高齢者の社会参加

一人暮らしや高齢者世帯の方が増加し、生活の支援を必要とする方が増えています。区市町村は、多様な生活支援・介護予防サービスを提供できるよう地域づくりを進めていきます。具体的には、ボランティア等の生活支援の担い手の養成や、地域の資源の開発やネットワーク化を行う「生活支援コーディネーター(地域支え合い推進員)」の配置をしています。また、ボランティアやサービスを提供する側として高齢者を含む地域住民の参加が期待されます。

生活支援・介護予防サービス

ニーズに合った多様なサービス
(住民主体、NPO、民間企業等多様な主体によるサービス)

・地域サロン・見守り・安否確認
・外出支援・買い物・調理・掃除
・介護者支援　など

生活支援の担い手としての社会参加

高齢者の社会参加

●現役時代の能力を活かした活動
●興味関心がある活動
●新たにチャレンジする活動

・一般就労・起業・趣味活動
・地域活動・ボランティア活動
など