

H29年4月から

65歳以上の
みなさんへ

新しく

介護予防・日常生活支援総合事業 が始まります！



介護予防・日常生活支援総合事業とは・・・

65歳以上のすべての人を対象とした、伊那市が行う介護予防事業です。従来の地域支援事業の中の「介護予防事業」が「新しい介護予防・日常生活支援総合事業」として再編され、これまで介護予防給付として行われてきた、「介護予防訪問介護（ホームヘルプ）」と「介護予防通所介護（デイサービス）」が、伊那市が実施する「介護予防・日常生活支援総合事業」の「訪問型サービス」と「通所型サービス」に移り、介護保険の認定を受けていなくても、一人ひとりの生活に合わせた柔軟なサービスを利用することができる事業です。

①介護予防・日常生活支援総合事業の利用の流れ

→P1 へ

②伊那市の一般介護予防事業について

→P2 へ

③要介護認定で、要支援1又は要支援2の認定を受けた（受けている）方と基本チェックリストの結果、足腰などが弱くなり生活機能の低下がある方へ

→P3 へ



伊那市

●介護予防・日常生活支援総合事業の利用の流れ●

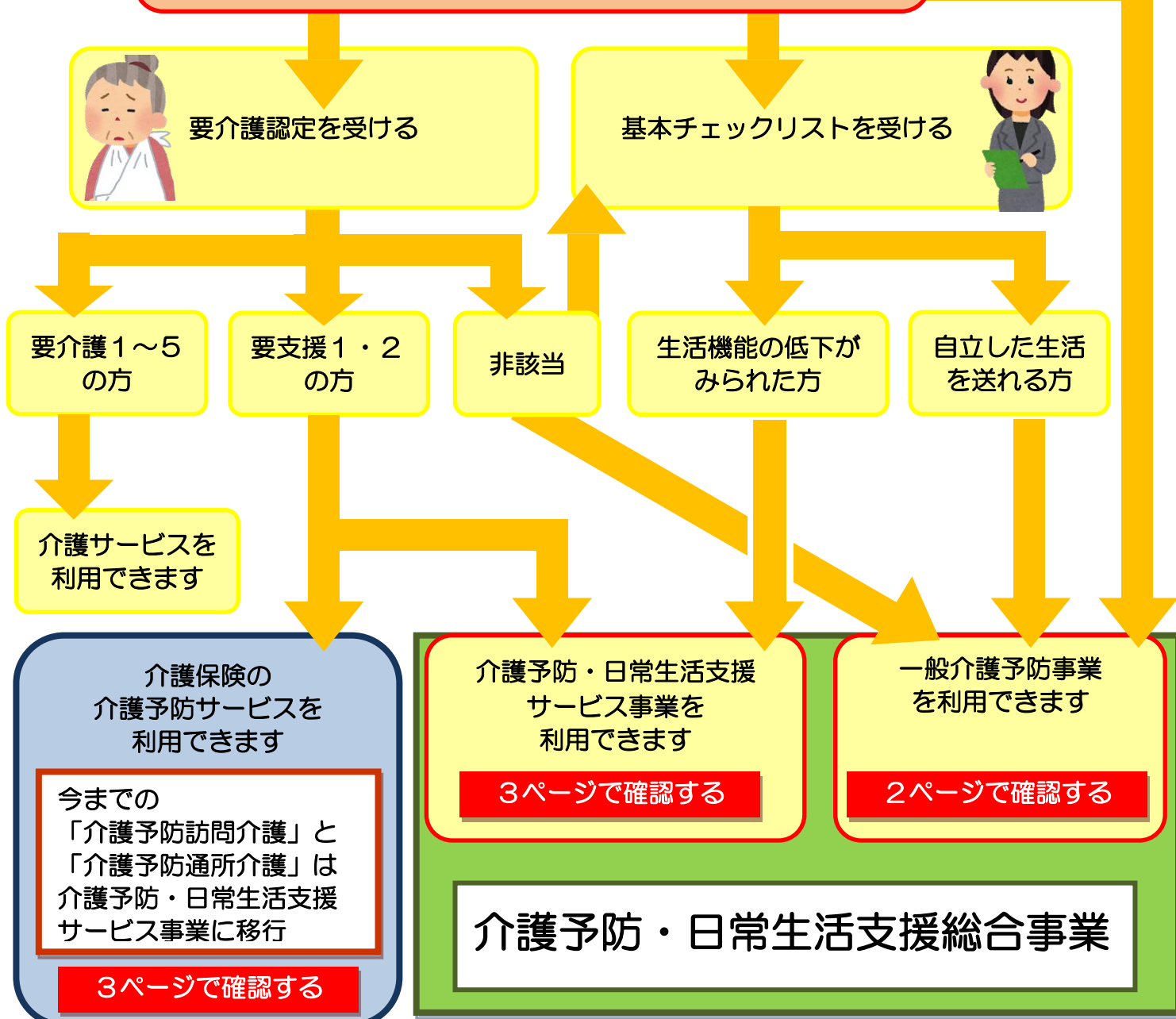
介護予防・日常生活支援総合事業には、要支援１・２と認定された人や、基本チェックリストにより生活機能の低下がみられた人が利用できる「介護予防・生活支援サービス事業」と６５歳以上のすべての人が利用できる「一般介護予防事業」があります。

*４０～６４歳までの人（第２号被保険者）は要介護認定の申請が必要です。

まずは相談してください。

★相談窓口は、伊那市役所高齢者福祉課内
伊那市地域包括支援センターです。

★連絡先 高齢者福祉課地域包括支援センター係
☎７８－４１１１（内線 ２３６１～２３６４）



●伊那市の一般介護予防事業●

一般介護予防事業は65歳以上の全ての高齢者等を対象とした事業です。

介護予防事業は「介護予防・日常生活支援総合事業」が始まると「一般介護予防事業」となり、これからも継続していきます。事業により対象者が異なります。

お気軽に伊那市地域包括支援センターへご相談下さい。



◎介護予防のための教室・講座（65歳以上の方が対象）

事業名	実施場所・時期	内容	料金
脳いきいき教室	各公民館等市内全域 114会場 118コース	体操・健康学習・脳トレ・ レクリエーション等 (約2時間)	1回 100円
筋力アップ教室	伊那市保健センター ・6月～8月頃 ・9～11月頃	筋力アップにつながる内容 (運動・栄養・健康講話等) (約2時間)	1回 200円
長谷健康教室	長谷健康増進センター 6回の教室を2クール	マシントレーニング・ 自重運動・健康学習 (約2時間)	1回 200円
病態予防教室	伊那市保健センター 7月頃から全8回予定	生活習慣病予防についての講話 と実技(病態理解・栄養・運動)	1回 200円
い～な元気応援 セミナー	伊那市保健センター(月1回) 長谷健康増進センター(年2回) ※対象者に通知します	65歳を迎える方が対象 介護保険制度の概要説明、介護 予防・健康づくりについての講話	無料 *血糖検査希望 者は200円

◎介護予防事業の支援員（サポーター）を養成する講座（65歳以下の方も対象）

事業名	実施場所・時期	内容	料金
いきいき サポーター講座	伊那市保健センター(全12回) 高遠町保健センター(全12回)	伊那市オリジナル体操等を習得 して、地域で健康づくり・転倒 予防の活動を行う、介護予防推 進員を養成します。	無料

◎「地域自主グループ筋力アップ教室等」も紹介できます。

地域の公民館やいきいき交流施設を会場に、市内47会場で自主的に運動を行っている教室があります。男性だけの教室、体力に不安のある方向きの教室などもあります。

参加してみたい方は、伊那市地域包括支援センターまでご相談ください。

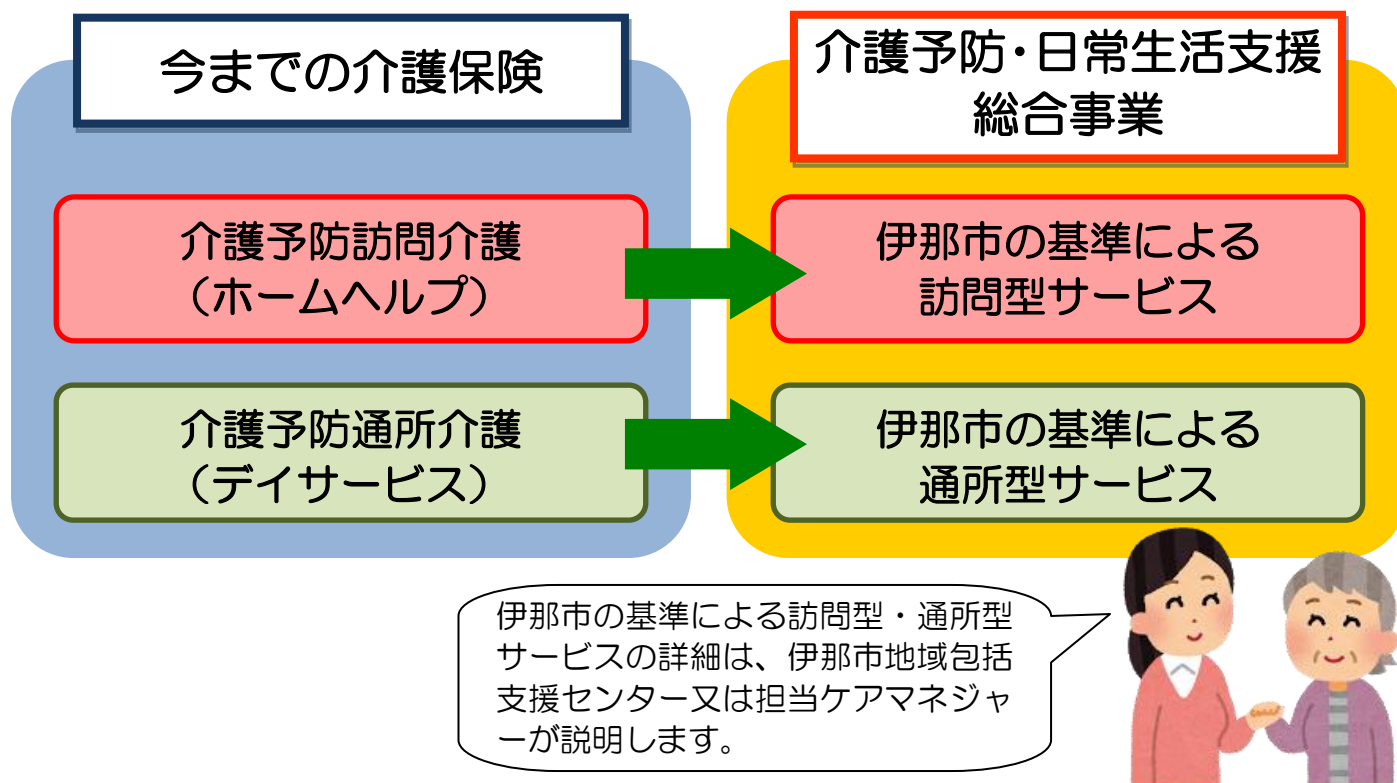


●要介護認定で要支援 1・2 の認定を受けている方へ

介護予防サービスのうち、介護予防訪問介護（ホームヘルプ）と介護予防通所介護（デイサービス）が介護予防・日常生活総合事業に移行します。



＊そのほかの介護予防サービスは移行しません。



●生活機能の低下がある方へ

●「基本チェックリスト」でサービス利用ができるようになります！

介護認定を受けなくても、生活機能の様子を確認するための「基本チェックリスト」を実施し、生活機能の低下に該当された方は「介護予防・日常生活支援総合事業」を利用できます。

＊基本チェックリストとは、25の項目に「はい」か「いいえ」で答える、生活の様子やお身体の具合を確認する質問シートです。

●詳しくは、伊那市地域包括支援センターにお問い合わせ下さい。

伊那市地域包括支援センター

（伊那市役所 高齢者福祉課内）

電話 78-4111

（内線2361・2362・2363・2364）

みすず支援センター（美簗きらめき館内）

電話 73-7829

西みのわ支援センター（西箕輪ふるさと館内）

電話 72-7692

はるとみ支援センター（春近郷ふれ愛館内）

電話 74-8505

高遠町包括支援センター（高遠町市民福祉課内）

電話 94-3688

長谷包括支援センター（長谷市民福祉課内）

電話 98-1144

