

地域支援事業（総合事業）

総合事業 自分らしい生活を続

介護予防・日常生活支援総合事業（以下「総合事業」）は、高齢者の介護予防と自立した事業で、**介護予防・生活支援サービス事業** と **一般介護予防事業** の二つからなります。

総合事業

介護予防・生活支援サービス事業

一般介護予防事業

総合事業のポイント

- 要支援1・2の方は、**介護予防サービス** と **介護予防・生活支援サービス事業** を利用できます。
(P.12～) (P.27・28)
- 介護予防・生活支援サービス事業** のみを利用する場合は、基本チェックリスト(P.28)による判定で利用できます。（要介護認定は不要です）

総合事業についての Q & A



総合事業を利用するには
どうすればいいのですか？



まずは、地域包括支援センターまたは、松阪市高齢者支援課、ケアマネジャーへご相談ください。心身の状態を確認したうえで、その方に合ったサービスや支援を受けることができます。



「要介護」の人は総合事業を
利用できますか？



総合事業は「要支援1・2」または「事業対象者」が利用するサービスです。「要介護1～5」の方は、介護保険（介護給付）によるサービスを利用できますので、ケアマネジャー等にご相談ください。



けるために

日常生活の支援を目的とした

総合事業は、地域全体で高齢者を支え、高齢者の方も自らの持つ能力をできる限り活かして、要介護状態になることを予防するための事業です。



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、利用者の生活支援のニーズに対応できるよう、介護サービス事業所による訪問型サービスや通所型サービスとともに、住民主体の支援等も含め、多様なサービスを提供し、これらのサービスが適切に利用できるようケアマネジメントを行います。

対象者

- 要支援認定を受けた方
- 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（事業対象者）となった方（要支援に相当する方を想定しています）

総合事業の利用について相談する

ケアプランを作成



かい ご よ ほ う 介護予防ケアマネジメント

地域包括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



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

自宅を訪問してもらう



ほ もん が た 訪問型サービス（身体介護や生活援助）

ホームヘルパーが訪問し、生活援助（食事の準備や調理等）、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～ 地域包括支援センターの作成するケアプランにより決まります。
※利用者の状態によって利用回数に上限があります。



自己負担（1割）のめやす

1カ月あたり	
週2回	2,349円

1回あたり	
週2回	272円

※加算によって自己負担額が変動する場合があります。

地域支援事業（総合事業）

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

自宅を訪問してもらう

要支援 1・2 事業対象者 **訪問型サービス（生活援助のみ）**

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、1回1時間程度。
地域包括支援センターの作成するケアプランにより決まります。
※利用者の状態によって利用回数に上限があります。

自己負担（1割）のめやす

週1～2回	1回 243円
-------	------------



通所介護施設で食事や入浴などのサービスを受ける

施設に通つて利用する

要支援 1・2 事業対象者 **通所型サービス**

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や筋力トレーニングなどを日帰りで受けられます。

●利用回数 週1～2回
地域包括支援センターの作成するケアプランにより決まります。
※利用者の状態によって利用回数に上限があります。

自己負担（1割）のめやす

	1カ月あたり 従前型 週1回 緩和型 週1回程度	1回あたり 1,672円 315円（半日・送迎つき）
--	--------------------------------	----------------------------------

※食費、日常生活費は別途負担になります。 ※加算によって自己負担額が変動する場合があります。



基本チェックリスト（元気はつらつチェックシート）について

基本チェックリストとは、日常生活に必要な機能が低下していないかを確認するための**25項目からなる質問票**です。基本チェックリストから、どのような介護予防に取り組めばよいかがわかります。

生活機能の低下が気になったら地域包括支援センターに相談しましょう。

基本チェックリスト（一部抜粋）

<input type="checkbox"/> 階段を手すりや壁をつたわらずに昇っていますか
<input type="checkbox"/> 6カ月間で2～3kg以上の体重減少はありましたか
<input type="checkbox"/> 半年前に比べて固いものが食べにくくなりましたか
<input type="checkbox"/> 週に1回以上は外出していますか
<input type="checkbox"/> 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

一般介護予防事業

健康寿命が延びるよう健康づくりと介護予防に取り組める機会を作ります。
また、介護予防のための人づくりを充実させ、地域で集いの場を増やす地域づくりを進めます。

対象者 65歳以上（第1号被保険者）のすべての方、
およびその支援のために活動に関わる方



介護予防教室

開催日時・会場については、お住まいの圏域の地域包括支援センターへお問い合わせください。
また、市が開催する教室は『広報まつさか』をご覧ください。



運動器の機能向上教室

筋力アップを図り、運動習慣が身に付くよう運動実習をします。



口腔機能向上教室

食べる機能やえん下機能の低下を予防・回復させるための方法を学びます。



栄養改善教室

「おいしく」「楽しく」そして「安全」な食生活を送ることができるよう栄養に関する講義や調理実習をします。



認知症予防教室

脳の活性化ゲーム、学習療法等のツールを利用した予防方法を学びます。

介護予防いきいきサポーター養成講座

介護予防の実践のための知識を習得し、地域で主体的に介護予防に取り組み活躍するための講座です。
初級・中級とステップアップして学ぶことができます。

介護予防の集いの場

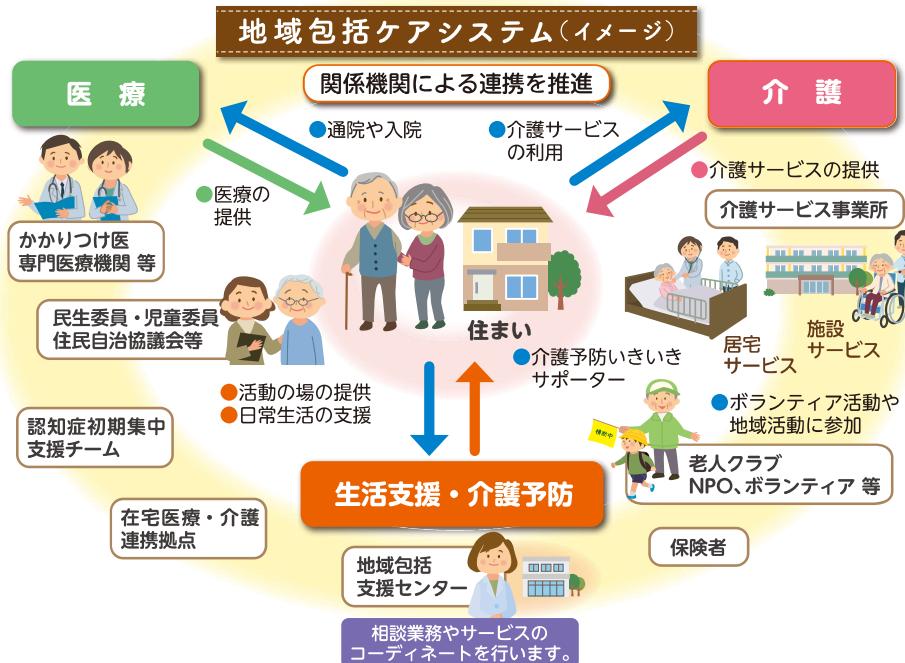
地域の身近な場所で仲間とともに楽しく介護予防に取り組む場です。介護予防いきいきサポーターがボランティアとして自主活動の場を運営しています。

※集いの場（自主グループ）については、お住いの圏域の地域包括支援センターへお問い合わせください。

地域支援事業（総合事業）

支え合いの地域づくり

高齢者ができるかぎり住み慣れた地域で安心して暮らしていくよう、地域全体で支えていくしくみが「地域包括ケア（地域包括ケアシステム）」です。



介護が必要な状態になっても地域で暮らしていくには、「住まい」を前提として「介護」や「医療」などのいざというときのためのサービスと、「介護予防」「生活支援」など日頃から必要なサービスが、日常生活の場（日常生活圏域）で適切に提供される体制が必要です。

生活支援・介護予防サービスの充実と高齢者の社会参加

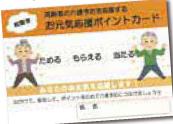
市区町村は、多様な生活支援・介護予防サービスを提供できる地域づくりを進めています。ボランティアやサービスを提供する側には、高齢者を含む地域住民の参加が期待されています。

社会的な役割を持つことは、生きがいや介護予防につながります。



お元気応援ポイント事業

- 市内在住の65歳以上
- 介護予防や健康増進の活動に参加するとポイントが貯まる（登録団体、指定した活動に限る）
- 貯めたポイントは参加賞と交換！



高齢者ボランティアポイント事業（ささえさん）

- 市内在住の65歳以上
- 介護施設などでボランティアで現金交付（上限あり）
- *詳しくは、松阪市社会福祉協議会 ☎ 0598-21-1487

