

いつまでも自分らしい生活を続けるために

介護予防・ 日常生活支援総合事業 利用の手引き



介護予防・日常生活支援総合事業

介護予防・生活支援サービス事業

要支援 1・2 の認定を受けた方
基本チェックリストにより生活機能の低下がみられた方が対象

一般介護予防事業

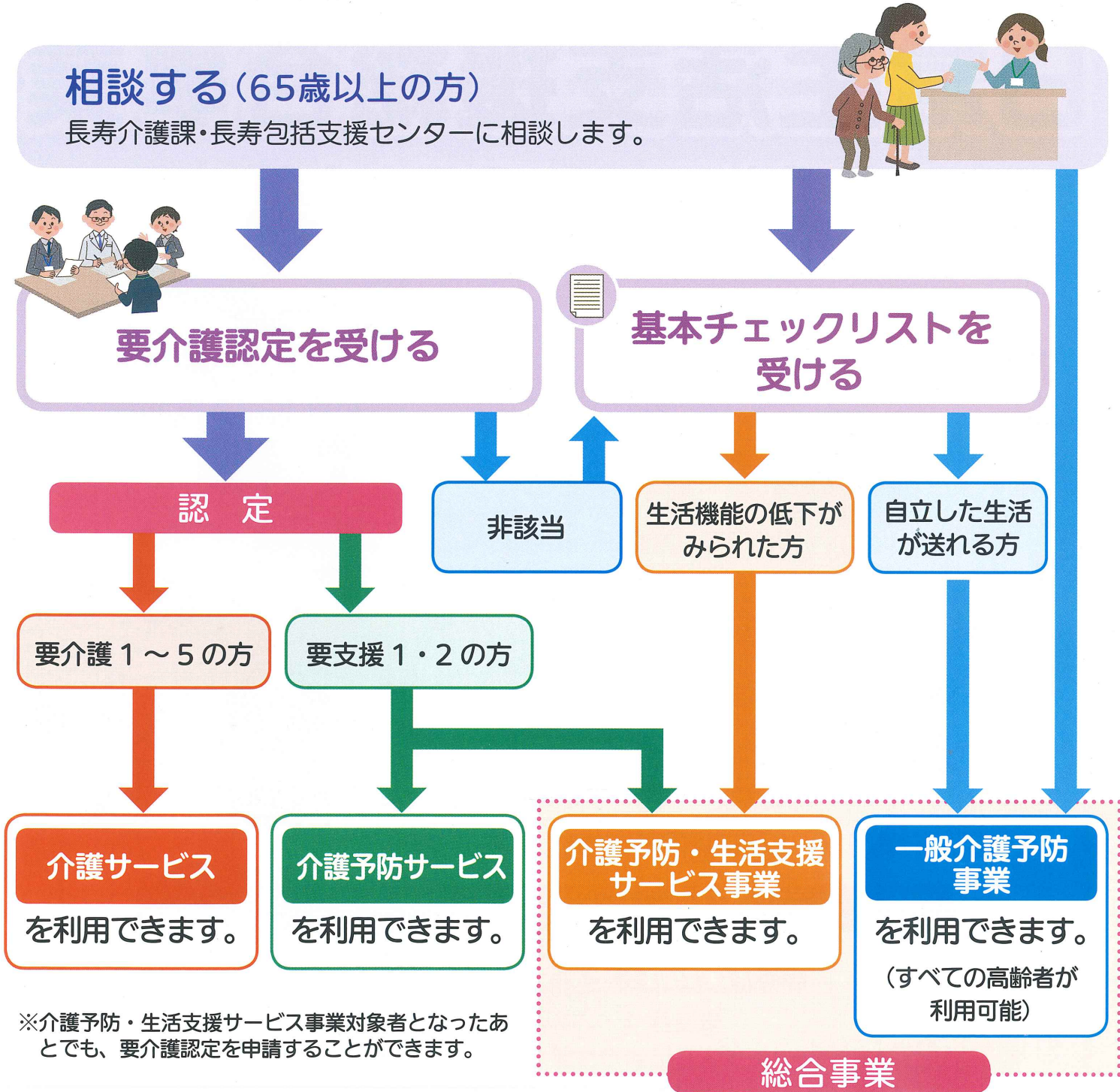
65 歳以上のすべての高齢者が対象

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介護予防・日常生活支援総合事業と呼びます。

笛吹市

総合事業 利用の流れ

総合事業には、要支援1・2の認定を受けた方や、基本チェックリストにより生活機能の低下がみられた方が利用できる「介護予防・生活支援サービス事業」と、65歳以上のすべての方が利用できる「一般介護予防事業」があります。



※介護予防・生活支援サービス事業対象者となったあとも、要介護認定を申請することができます。

基本チェックリストとは

要介護の原因になりやすい運動器の機能低下や低栄養、もの忘れ、うつ症状などに関する25項目の簡単な質問に答えることで、生活機能をチェックすることができます。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。

介護予防・生活支援サービス事業

- 対象者**
- ①要支援認定を受けた方
 - ②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（要支援に相当する方を想定しています）

ケアプランを作成

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。



訪問型サービス

2018年8月から所得に応じた自己負担が、1割・2割・3割の3段階となります。

訪問介護（現行相当）

ホームヘルパーが訪問し、生活援助（食事の準備や調理、買い物、掃除等）、身体介護（食事や入浴、排泄の介助等）を行います。



- 利用回数** 週1回～3回
地域包括支援センター等の作成するケアプランにより決まります。
- 利用料金** 月額制。利用回数により異なります。

1ヶ月あたりの自己負担のめやす

	負担割合 1割の方	負担割合 2割の方
週1回程度利用	1,168円	2,336円
週2回程度利用	2,335円	4,670円
週3回程度利用	3,704円	7,408円

※介護予防訪問介護において認められている加算については、総合事業移行後も認められます。その分自己負担額が変動します。

訪問型サービス A

ホームヘルパー等が訪問し、生活援助（買い物、調理、掃除、洗濯、布団干し等）を利用者とともにを行います。



- 利用回数** 1回の支援時間の上限90分、週2回以内の利用
地域包括支援センター等の作成するケアプランにより決まります。
- 利用料金**

	負担割合 1割の方	負担割合 2割の方
30分未満	130円/回	260円/回
30分以上 60分未満	230円/回	460円/回
60分以上 90分未満	350円/回	700円/回

通所型サービス

2018年8月から所得に応じた自己負担が、1割・2割・3割の3段階となります。

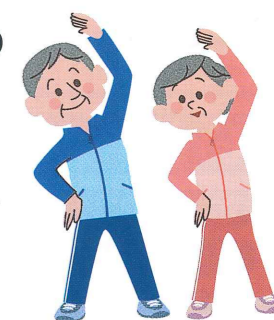
通所介護（現行相当）

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等の作成するケアプランにより決まります。
- 利用料金** 月額制。利用回数により異なります。

1ヶ月あたりの自己負担のめやす

	負担割合 1割の方	負担割合 2割の方
週1回程度利用	1,647円	3,294円
週2回程度利用	3,377円	6,754円



※介護予防通所介護において認められている加算については、総合事業移行後も認められます。その分自己負担額が変動します。

通所型サービス A（1日型）

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（1日）受けられます。

- 利用回数** 週1回
- 利用料金** 1回300円（1割負担の方）
※入浴料込、食事代等は別途負担

通所型サービス A（半日型）

通所介護施設（デイサービスセンター）で、運動機能向上を中心としたプログラムを日帰りで（半日）受けられます。

- 利用回数** 週1回
- 利用料金** 1回200円（1割負担の方）

通所型サービス C（シニア健康スクール）

運動機能向上のためのトレーニングなど、介護予防について学ぶ教室です。教室への送迎もあります。

- 教室開催頻度** 8回（4ヶ月間）
- 時間** 午前9:15～11:00
- 利用料金** 1教室1,600円（テキスト代含む）



一般介護予防事業

フレイル(虚弱)予防事業

平成30年度
新規事業

対象者 おおむね60歳以上の方

サービス内容 地域住民のフレイル(虚弱)の兆候を早期発見し介護予防を広める事業です。

- ①フレイル予防講演会……フレイルについて学びます。
- ②フレイルサポーター養成…フレイルチェックのお手伝いをさせていただきサポーターを養成します。
- ③フレイルチェック……早期にフレイルの兆候を知るためにフレイルチェック(体力検査や生活の様子を確認)を行います。

※フレイルトレーナーの養成も行います。

いきいき百歳体操

平成30年度
新規事業

対象者 おおむね60歳以上の方

サービス内容 重りを手首や足首に巻いて行う筋力運動で、住民主体で行います。

- 開始条件**
 - ①参加者5名以上集めてください。(市役所との連絡をして頂く、世話人を選出してください。)
 - ②実施する場所を確保し、テレビ、DVDデッキ、血圧計、椅子を用意してください。
 - ③週1回、3か月以上継続してください。
 - ④ご近所の方、どなたでも参加できるようにしてください。
 - ⑤持病のある方は、一度かかりつけ医にご相談ください。
- 市の支援内容** 初回の体力測定時の専門職の派遣、体操のDVDの無料貸し出し、おもりの貸し出し(3か月間を限度)、初回・半年後・1年後に体力測定を実施

やってみるじゃん

対象者 おおむね65歳以上の方

- サービス内容**
 - 公民館などで定期的に、介護予防を目的に、体操・講話・手作業などを行う事業です。
 - 回数**: おおむね月1回(農繁期にお休みする地区もあります)

あつまれ 楽笑塾

対象者 65歳以上の方

サービス内容

- 地域の交流を大切にし、レクリエーションなどを通し仲間作りを行いながら、自主的に介護予防に取り組む姿勢を身につけます。
- 回数**: ひとつのテーマにつき20回(市内9教室開催)
- 負担金**: 無料



みんなで 快笑塾

対象者 次のすべてに該当する方

- ①65歳以上で介護保険の認定を受けていない方
- ②総合事業の対象者ではない方
- ③継続して参加できる方
- ④介助が必要なく自立して生活している方
- ⑤交通手段がない方

サービス内容

- 運動機能向上とともに栄養改善、口腔機能改善等介護予防全般について学び、自宅でも介護予防が実践できるようにします。(送迎有)
- 回数**: 10回 ●**負担金**: 3,000円(テキスト代含む)