

# 新しい介護予防・日常生活支援総合事業のご案内

～住み慣れた地域で自分らしい暮らしができるように～



## 「介護予防・日常生活支援総合事業(以下「総合事業」という。)」 を利用して、介護予防に取り組みましょう!

総合事業は、65歳以上のすべての人を対象とした、市町村が実施する介護予防事業です。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介護予防事業を利用できるようになります。

地域で自分らしく暮らし続けていくために、総合事業を利用して自立した生活を続けましょう。

### 総合事業の目的

2025(平成37)年には団塊の世代が75歳を迎えるなど少子高齢化が進行していく中、要支援者等の高齢者の多様な生活支援のニーズを地域全体で支えることを目的として平成27年4月から介護保険法の改正により総合事業が市の事業に位置づけられました。

### 利用までの流れ



## 総合事業の種類

総合事業には、要支援認定を受け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（以下「事業対象者」）が利用できる「介護予防・生活支援サービス事業」と65歳以上の主に元気な人が利用できる「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

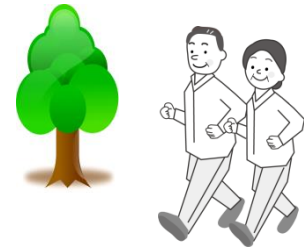
要支援認定者及び事業対象者を対象に、従来予防給付として提供していた全国一律の介護予防訪問介護と介護予防通所介護を市の事業として実施するようになりました。

変わりました

また、地域の特性に応じた住民主体の通いの場など、多様な社会資源を活用しながら、さまざまな支え合う仕組みが利用できるように整備していくものです。

### 一般介護予防事業

65歳以上の人を中心に、従来の介護予防事業をさらに充実させ、生きがいづくり・役割づくりを大切にしながら自助・互助・公助の仕組みを拡げていくものです。



## 総合事業のサービス

### ① 介護予防・生活支援サービス事業

#### ■訪問型サービス

#### 訪問介護(介護予防訪問介護相当サービス)

利用者が自力では困難な行為について、同居家族の支援や地域の支え合い・支援サービスなどが受けられない場合には、ホームヘルパーによるサービスを提供します。

※従来予防給付として提供されていた全国一律の介護予防訪問介護が今までのサービス。

変わりました

内容はそのまま市で実施することになりました。

#### ■通所型サービス

#### 通所介護(介護予防通所介護相当サービス)

通所介護施設で食事などの基本的サービスや生活行為向上のための支援を行うほか、その人の目標に合わせた選択的サービス（運動器の機能向上、栄養改善、口腔機能の向上、生活機能向上グループの活動など）を提供します。

※従来予防給付として提供されていた全国一律の介護予防通所介護が今までのサービス。

変わりました

内容はそのまま市で実施することになりました。



名称が変わりました

## 通所型サービス（元気でGO!GO!トレーニング）

6か月の短期間で、運動機能向上及び口腔機能向上、認知症予防、栄養改善の中から状態像にあったプログラムを提供します。プログラム終了後、習得した内容をご自身で継続できることを目指すものです。

※従来の二次予防事業の通所型介護予防になります。

変わりました

ご利用にあたってプランの作成、担当者会議等を行います。

## ② 一般介護予防事業

### ■介護予防のための取り組み

#### <がいなみっく予防トレーニング>

運動習慣につなげるため運動施設や介護保険施設で筋力トレーニング、有酸素運動、ストレッチなどを3ヶ月間、週1回行う教室です。（要支援、要介護の認定がない方）

#### <ふらっと運動体験>

日常の運動習慣のきっかけ作りとしてふれあいの里、淀江老人福祉センター、弓浜老人福祉センターを定期的に開放し、マシントレーニング利用、健康運動指導士による運動メニューの提供など実施しています。（要支援、要介護の認定がない方）

#### <健康づくり・やって未来や塾>

地域で取り組む健康づくりと仲間づくりを応援します。地域の活動状況やご希望に合わせて、運動指導します。自主活動につながるよう運動メニューなど一緒に考えていきます。

#### <地域リハビリテーション活動支援事業>

新しい事業です

地域における介護予防の取り組みを強化していくために、リハビリテーション専門職等が住民運営の高齢者向けサロンを訪問するなどによって総合的に支援する事業です。

### ■介護予防のためのボランティア活動

#### <健康づくり・地域サポート講座>

住み慣れた地域でみんなが集まって一緒に活動できるよう健康づくりの推進を目的に講座を開催しています。地域サポーターとして一緒に取り組みましょう。

#### <認知症サポート養成講座>

誰もが認知症についての正しい知識をもち、認知症の人やその家族を温かく見守り、自分の出来ることを実践していく「認知症サポーター」を多数養成し、認知症になっても安心して暮らせる米子市を目指しています。受講者が5名以上集まれば、講師を派遣しますのでご連絡ください。

#### <介護支援ボランティア制度>

市内在住の65歳以上の方が登録をし、介護保険施設等で所定のボランティア活動を行っていただくことで、その実績に応じてたまったポイントを次年度に現金に換金することができます。

☆今後のサービス構築の進め方

現在、地域で支え合う体制を作るため、「地域づくり」を推進しています。高齢者が運動やレクリエーション等を通じて要介護状態にならないように活動できる介護予防活動の仕組みづくりなど、さまざまな立場の人と話し合いながら地域の実情に合わせたサービスを構築していきます。

★総合事業のサービス利用や相談については「**地域包括支援センター**」または長寿社会課が窓口になります。

担当圏域 (公民館地区名)	名 称	所在地	電話番号
啓成、車尾、福生東、 福生西、福米東、福米西	米子市 ふれあいの里地域包括支援センター	錦町1丁目139番地の3	23-5798
義方、明道、就将	米子市 義方・湊山地域包括支援センター	茶町25番地	23-6790
住吉、加茂、河崎	米子市 住吉・加茂地域包括支援センター	両三柳4543番地の30	48-1365
五千石、尚徳、永江、成実	米子市 尚徳地域包括支援センター	石井1238番地	26-6588
彦名、夜見、富益、崎津、 大篠津、和田	米子市 弓浜地域包括支援センター	大崎1511番地の1	48-2330
巖、春日、大高、県	米子市 箕蚊屋地域包括支援センター	一部555番地	27-6500
淀江、宇田川、大和	米子市 淀江地域包括支援センター	淀江町淀江1075番地	56-1118



米子市長寿社会課 TEL23-5132