

# 堺市の介護予防・日常生活支援総合事業

○介護予防・日常生活支援総合事業とは、地域全体で高齢者を支え、高齢の方の自ら持つ能力をできる限り活かして、要介護状態になる事を予防し、自立した日常生活を支援するための事業です。要支援1・2と事業対象者の人を対象とした「介護予防・生活支援サービス事業」とすべての高齢者を対象とした「一般介護予防事業」の2つからなります。

## 介護予防・生活支援サービス

### 訪問型サービス

自分ではできない日常生活上の行為がある場合にホームヘルパー等による支援を受けられます。

### 通所型サービス

通所型の施設に通い、日帰りで入浴などの日常生活上の支援や機能訓練などを受けられます。

## 一般介護予防事業

- ・げんきあっぷ教室(老人福祉センター実施分)
- ・ひらめき脳トレプラス教室
- ・地域出前型げんきあっぷ教室
- ・低栄養予防出前啓発事業
- ・自主運動グループ育成事業
- ・介護予防・健康教室
- ・口腔機能向上の普及啓発事業



かがやけ!

なか  
さん  
しん  
ぶん  
新  
聞

発行  
中第3地域包括  
支援センター

第48号



◎介護予防・日常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による判定で利用できます。

### 基本チェックリスト

1	バスや電車で一人で外出していますか	14	お茶や汁物等でむせることがありますか
2	日用品の買い物をしていますか	15	口の渇きが気になりますか
3	預貯金の出し入れをしていますか	16	週に1回以上は外出していますか
4	友人の家を訪ねていますか	17	昨年と比べて外出の回数が減っていますか
5	家族や友人の相談にのっていますか	18	周りの人から「いつも同じ話を聞く」などの物忘れがあるとされますか
6	階段を手すりや壁を伝わらずに昇っていますか	19	自分で電話番号を調べて電話をかけることをしていますか
7	椅子に座った状態で何もつかまらずに立ち上がっていますか	20	今日が何月何日かわからない時がありますか
8	15分くらい続けて歩いていますか	21	(ここ2週間)毎日の生活に充実感がない
9	この1年間に転んだことがありますか	22	(ここ2週間)これまで楽しんでやれていたことが楽しめなくなった
10	転倒に対する不安は大きいですか	23	(ここ2週間)以前は楽にできていたことが今ではおっくうに感じる
11	6ヶ月で2~3kg以上の体重の減少がありましたか	24	(ここ2週間)自分が役に立つ人間だと思わない
12	身長 cm 体重 kg (BMI= )注	25	(ここ2週間)わけもなく疲れたような感じがする
13	半年前と比べて固いものが食べにくくなりましたか		(注) BMI=体重(Kg)÷身長(m)÷身長(m)が18.5未満の場合該当

◎ご利用を希望される場合は、地域包括支援センターまでご相談下さい。

生活の中で困っていることや、心配なことがありましたら、お気軽にご相談ください。

中第3地域包括支援センター

(久世 福田 深阪 東陶器 西陶器)校区

堺市中区東山841-1

TEL 072-234-2006

中第3

堺市

