



地域のみんなと一緒に取り組む介護予防活動を応援します

自分らしく地域で暮らし続けるためには、一人ひとりができる限り介護予防に努め、地域や家庭の中で生きがいや役割を持って生活することが大切です。

地域の誰もが参加できる身近な場所での「健康づくり教室」や「サロン」など、住民の自主的な介護予防の取組みを幅広く応援します。

高齢者のための地域活動を支援しています

町では、住民の参加による幅広い支え合いの地域づくりを推進するため、4月1日から、「介護予防・日常生活支援総合事業（総合事業）」を実施しています。新しい「総合事業」では、高齢者の介護予防活動や生活支援などを住民が自主的・主体的に行う取組みを支援しています（取組みの内容などは自由なアイデアで実施できます）。

近所の人などと一緒に健康づくりをしたい。いつまでも自分の足で歩きたい。・・・。

■介護予防出前講座
講師が地域の集会所等に出向き、介護予防の話や楽しい実技を行います。

【講座内容】

- ① 転倒予防体操
- ② 認知症予防
- ③ お口の健康
- ④ 高齢期の食事
- ⑤ 健康講話
- ⑥ 健康チェック

【対象】

5人以上のグループ
(各団体年2回まで利用可)

【費用】 無料

■元気づくり応援事業

リハビリの先生が考案したアンチフレイル体操（虚弱予防）を使用し、介護予防や心身の健康づくりの提案・継続支援を行います。

【内容】

体力測定、健康チェック、アンチフレイル体操他

【対象】

週1回〜2週に1回自主活動をしている5人以上のグループ

【費用】 無料

▼問合せ

那須町地域包括支援センター

☎71-1138



地域の高齢者のためにサロンを開きたいけど、場所代や改修費の負担が重くて難しい・・・。

■生きがいサロン推進事業

(設備改修費・運営費補助)

「生きがいサロン」とは、高齢者が気軽に集うことができる建物等のスペースで、介護予防の体操などを行いながら「地域交流の場」となることです。

高齢者が気力や体力の衰えにより家に閉じこもりがちとなり、社会との関わりをなくして孤立することを防ぐため、町では、生きがいサロンを開設し運営する団体に補助金を交付しています。

【手続きの流れ】

- ① 認定申請 ↓ 認定
- ② 補助申請 ↓ 決定
- ③ 補助金請求 ↓ 交付

【認定の基準】

- ・ 自主的かつ安全に運営を行い、営利活動等を目的としないもの
- ・ 月1回以上、1回当たり5人以上・3時間以上実施するもの
- ・ 地域住民や民生委員などの協力を得ながら運営するもの
- ・ 原則として、同一場所で3年以上継続して実施するもの

【補助の内容】

- ① 設備改修費（手すりの取付、段差解消など） 10万円以内
- ② 運営費（家賃、光熱水費、講師等謝礼など） 月3万円程度

※運営費の補助は「週1回以上実施するサロン」が対象です。

地区社会福祉協議会や自治会などの地域組織、ボランティア団体、NPO法人などのほか、事業の目的に合った活動を行う任意のグループも対象になります。まずはお気軽にご相談ください。



町内でも取組みが始まっています

▼問合せ

保健福祉課

☎72-6910