

## 一般介護予防事業

(対象者：65歳以上の高齢者及びその活動を支援する方)

### 介護予防把握事業

対象者	65歳以上の高齢者で、身体状況、閉じこもり、認知症などにより通所型の介護予防事業への参加が困難な方
内容	包括支援センター職員やリハビリテーション専門職等が訪問し、心身機能の状況確認や必要な相談・指導等を行い、心身機能の向上等を図り、介護予防活動へ繋げる。
利用料	自己負担なし
実施者	包括支援センター

### 介護予防サポーター養成講座

対象者	心身力アップ教室卒業生及びすまいるサポーター
内容	心身力アップ継続教室（心身力アップ教室卒業生による自主活動）をサポートする人材の養成を行う。
参加料	無料
実施者	包括支援センター

### すまいるサポーターフォローアップ講座

対象者	すまいるサポーター
内容	地域で活動する介護予防サポーターの活動を支援するため、健康運動指導士、リハビリテーション専門職等による相談、助言、指導を行う。
参加料	無料
実施者	包括支援センター

### 生きがいサロン推進事業

対象者	おおむね65歳以上の高齢者を対象とした生きがいサロンを運営するもの
内容	高齢者が気軽に集える継続的な地域交流の場（生きがいサロン）を運営する事業者等に対し、運営費等の補助を行う。
実施者	町（保健福祉課地域支援係）

### てんとうむし教室

対象者	65歳以上の高齢者
内容	体力測定、年齢・身体機能に応じた筋力・歩行・バランス運動、口腔・栄養に関する講話、認知症予防課題等を行い、運動器の機能向上を図るとともに、地域での介護予防活動の普及を図る。
参加料	無料
実施者	包括支援センター

### 介護予防出前講座

対象者	町内の高齢者が所属する団体、その他自主的な活動を行う5名以上の町民、団体
内容	要望する団体等に、①転倒予防、生活の工夫、②高齢者の健康管理、③認知症予防、④お口の健康、⑤栄養改善、⑥体力測定、⑦アンチフレイル体操体験などについての講座を開催し、介護予防について普及啓発を図る。
参加料	無料
実施者	包括支援センター

### 心身力アップ継続教室

対象者	心身力アップ教室を卒業した方
内容	介護予防活動を継続し心身機能を維持するための自主グループ教室（毎週木・金曜）を開催し、介護予防サポーターやリハビリテーション専門職によるフォローアップを行う。
参加料	無料
実施者	包括支援センター

### 元気づくり応援事業

対象者	週1回から2週に1回、地域で自主的な活動を行う町民・団体（5名以上）
内容	リハビリテーション専門職を派遣し、地域の独自性に配慮した運動やレクリエーションなどの介護予防活動の提案、技術指導等を行い、自主活動の支援を行う。
利用料	無料
実施者	包括支援センター

### 介護予防研修

対象者	地域で活動を行う介護予防サポーター
内容	地域での自主的な介護予防活動の支援、サポーターのスキルアップを図るため、介護予防サポーターに対し、各テーマに応じた技術的な指導研修を行う。
参加料	無料
実施者	包括支援センター