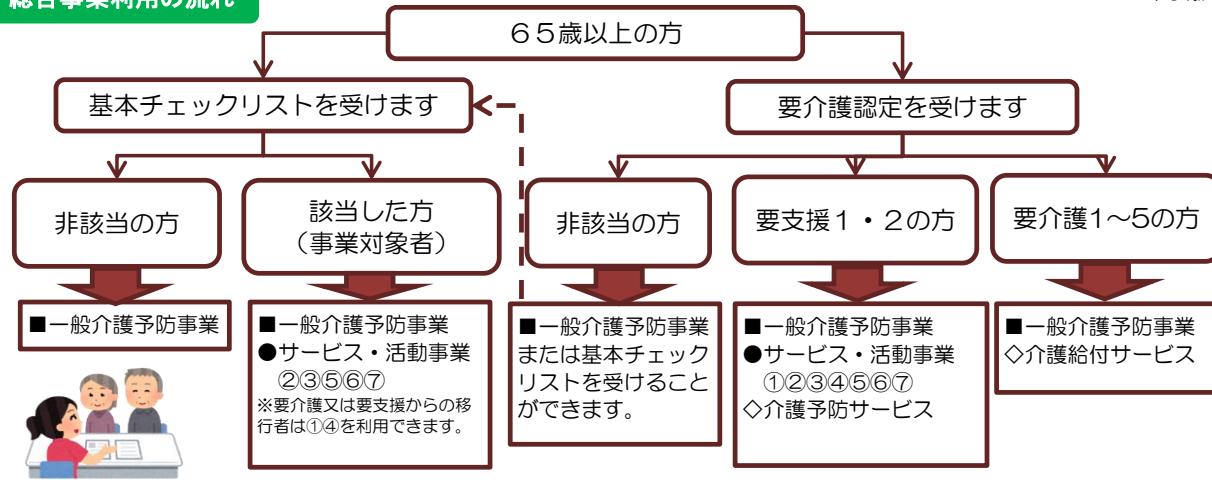


介護予防・健康増進・地域活動等に関する事業を紹介します

弘前市介護予防・日常生活支援総合事業

総合事業利用の流れ

R7.4月版



■一般介護予防事業

65歳以上すべての方が無料又は低額で利用できます。

高齢者健康トレーニング教室(無料)

ヒロロ・ロマントピア・温水プール石川で毎日実施しており、パワリハマシンを使った軽負荷のマシントレーニングや有酸素運動などを行い、専門のスタッフと一緒に健康づくりをします。

筋力向上トレーニング教室(無料)

地域の集会所などで行われる教室で、通所型サービスCと同じ運動マニュアルを使用して介護予防・健康づくりのためのトレーニングを毎週行います。

パワリハ運動教室(無料)

パワリハマシンを設置しているティサービス等で軽負荷のマシントレーニングを行います。

高齢者ふれあい居場所(無料又は低額)

住民が主体となって定期的に活動する集まりで、住み慣れた身近な地域で茶話会や体操などの自由な活動を行い、介護予防への取組を行っています。

口腔ケア教室(無料)

地域の集会所等で、口腔ケアに関する知識を深め、自宅でできる取組を紹介する教室を開催します。

●サービス・活動事業

訪問型サービス

通所型サービス

①訪問介護相当サービス

身体介助
・食事、入浴、排泄等の介助
生活援助
・調理、洗濯、掃除等の支援

週1回程度
1,176円/月
週2回程度
2,349円/月
週2回超(※2)
3,727円/月

②生活支援サービスⅠ・Ⅱ

生活援助
・調理、洗濯、掃除等の支援
サービスⅠ
45~60分
サービスⅡ
20分以内

◎サービスⅠ
215円/回
◎サービスⅡ
120円/回
☆月額上限
週1回程度
935円/月
週2回程度
1,868円/月

③地域型ヘルパーサービス

住民主体による生活支援サービス
生活支援
・調理、洗濯、掃除等
移動支援
・買い物、通院等

低額で利用できます。(実施団体によって利用者や提供するサービス、利用料金が異なります。)

④通所介護相当サービス

運動器回復、入浴、食事、レクリエーションに加え、入浴介助や食事介助、排泄

◎要支援1の方
1,798円/月
◎要支援1、事業対象者の方
1,318円/月
◎要支援2の方
週1回程度
1,811円/月
週2回程度
3,621円/月

⑤生きがい型ティサービス

日常生活動作訓練、入浴、食事、レクリエーション等
☆入浴、食事、排泄時の介助なし

305円/回
☆月額上限
◎要支援1、事業対象者の方
1,318円/月
◎要支援2の方
週1回程度
1,318円/月
週2回程度
2,702円/月
☆食費・入浴料等は自己負担あり

⑥地域型ティサービス

住民主体による介護予防の取り組み(茶話会、体操、趣味活動等)

無料または低額で利用できます。その他、活動に必要な実費負担もあります。

⑦通所型サービスC

運動器の機能向上を目的としたトレーニングを短期集中で行います。

☆3ヶ月の期間内に合計12回1コース利用可能
(継続の必要がある場合は年度内に再度1コース利用可能)

300円/回

サービス内容

費用のめやす(※1・2)



※1 費用の負担額は、1割の負担額で掲載しておりますが、所得に応じて2割、3割もあります。また、事業所の専門性や配置、業務の特性、利用者の居住地に応じた費用が加算される場合があります。
※2 要支援2の方のみ利用できます。