

介護予防・日常生活支援総合事業がはじまります

「地域における医療及び介護の総合的な確保を推進するための関係法律の整備等に関する法律」の施行に伴い、平成29年度から介護予防・日常生活支援総合事業（以下「総合事業」という。）を実施します。

事業の実施の背景

平成37年（2025年）には、団塊の世代が後期高齢者となり、介護を必要とする高齢者の増加が見込まれています。一方で、介護を担う世代の人口は減少することから、介護人材の不足が見込まれており、高齢者が住み慣れた地域で生活していくための担い手づくりとともに、元気な高齢者自身も支え手となるなど、多様な主体による、地域で支え合うための体制を強化していく必要があります。

そのため、介護予防に資する取組や、支え合いの地域づくりを推進することに加え、訪問介護員等の介護人材を要介護者（重度者）への支援にシフト（重点化）を図るために、新たな担い手の参画を得ていくことなどを目的として事業が規定されました。

事業の実施にあたっての考え方

- ① 健やかな高齢期を過ごせるための介護予防の推進
- ② 地域における集いの場や訪問活動、見守りなどを通じた支え合い活動の推進
- ③ 多様な主体と市民の参画、場の創出の促進（担い手の裾野の拡大）
- ④ 自立支援に資するケアマネジメント体制の整備
- ⑤ 本市の介護保険制度の持続可能性の確保（人材・費用等）

あまがさき 介護保険 だより

発行：平成29年1月
尼崎市介護保険事業担当課
電話番号：06-6489-6343
ファックス：06-6489-7505

尼崎市のホームページアドレス
<http://www.city.amagasaki.hyogo.jp>

総合事業のサービスの概要

介護予防・日常生活支援総合事業

介護予防・生活支援サービス事業	一般介護予防事業
【対象】 ● 要介護認定で要支援1・2の判定を受けた人 ● 基本チェックリストより生活機能の低下がみられた人（事業対象者） 【内容】 ● 訪問型サービス ・専門型訪問サービス ・標準型訪問サービス ・訪問型支え合い活動（住民主体） ● 通所型サービス ● 介護予防ケアマネジメント	【対象】 ● 65歳以上の全ての人 【内容】 ● いきいき百歳体操（詳細は裏面） ● いきいき100万歩運動（詳細は裏面） ● 高齢者ふれあいサロン など

（表2）

	一般介護予防事業	介護予防・生活支援サービス事業	予防給付
お元気な高齢者（自立の方）	○ 利用できます	× 利用できません	× 利用できません
事業対象者	○ 利用できます	○ 利用できます	× 利用できません
要支援1・2の方	○ 利用できます	○ 利用できます	○ 利用できます

予防給付 訪問看護、訪問リハビリテーション、通所リハビリテーション、福祉用具貸与、短期入所生活介護、特定施設入居者生活介護など、現在の介護予防給付のサービスのうち、介護予防訪問介護と介護予防通所介護を除いたサービス

訪問型サービス

（表3）

名称	サービス内容	提供者	利用区分
専門型訪問サービス	身体介護・生活援助 ※認知症がある人や身体介護が必要な人などに対する専門的サービス	訪問介護員	週1回程度 週2回程度 週2回超 (要支援2のみ)
標準型訪問サービス	生活援助（全般） ※上記に該当しない比較的軽度な要支援者に対する生活援助全般	生活支援サポーター ※ただし、訪問介護員によるサービス提供も可	週1回程度 週2回程度 週2回超 (要支援2のみ)

以下は、指定事業所によるサービスではなく、近隣による支え合いとしての住民主体の活動です。

名称	サービス内容	提供者	利用区分
訪問型支え合い活動	生活援助（一部） ※介護保険の範囲内 生活支援（軽易なもの） ※介護保険の範囲外	生活支援サポーター等 ※住民等による助け合い	適宜

※上記サービスの種類については、今後、国が示す見解等により、変更になる可能性があります。

総合事業で利用できるサービスの種類

（介護予防・生活支援サービス事業）

通所型サービス

（表4）

通所型サービスについては、利用者の個々の身体状況等に応じて、必要なサービスを選択できるよう、入浴と送迎を選択制（加算）とします。また、要支援2の利用者についても、必要性に応じて、利用頻度が選べるよう、新たに週1回程度の区分を設けています。

対象となる方	サービス区分	基本サービス
事業対象者 (基本チェックリスト)	週1回未満 (月2回程度)	送迎加算 入浴加算
	要支援1	基本サービス 送迎加算 入浴加算
要支援2	週1回程度	基本サービス 送迎加算 入浴加算
	週2回程度	基本サービス 送迎加算 入浴加算

サービス区分	サービス内容
基本サービス	通所介護施設における、日常生活上の支援や、生活行為向上のための支援
送迎加算	通所介護施設と自宅間の送迎サービス
入浴加算	清潔保持等のための入浴サービス

Q&A

Q 総合事業は誰が利用できるの？

A 総合事業は、「介護予防生活支援サービス事業」と「一般介護予防事業」の2つで構成されています。「介護予防生活支援サービス事業」は要支援1・2の人と事業対象者（表1）が利用できます。「一般介護予防事業」は全ての高齢者が対象になります。

Q 一般介護予防事業ってどんなもの？

A 高齢になっても、住み慣れた地域で、お元気でいきいきとした生活をお送りいただくために、身体機能の維持や栄養改善、口腔衛生などに関心をお持ちいただき、健康体操などの介護予防活動に参加いただくことを目的とした事業です。

Q 介護予防訪問介護と介護予防通所介護はなくなるの？

A 介護予防訪問介護と介護予防通所介護は全国一律のサービスでしたが、総合事業の実施に伴い、これらのサービスは尼崎市独自のサービスとして実施することになります。

Q 訪問型サービスについては、これまでのように訪問介護員（ヘルパー）が行うものもあれば、生活支援サポーターという新たな担い手による家事援助、地域住民の方々による支え合い活動など、支援の内容や担い手の多様化を

図ることとしており、利用される方のお体の状態などにより、利用していただけるサービスの選択肢を広げます。また、通所型サービスについても、送迎と入浴の利用を選択できるようにすることや、要支援2の方の利用を週1回程度と週2回程度の2つから選択できるようにするなど、利用者の選択肢を広げる予定です。

Q これまで介護予防訪問介護や介護予防通所介護を利用していたけど、これからどうなるの？

A 現在、要支援1・2の認定をお持ちの方は、今の認定有効期間が終わるまでは、これまでどおり介護予防訪問介護や介護予防通所介護をお使いいただけます。有効期間が終了し、平成29年4月1日以降、新たな要支援1・2の有効期間が始まる段階で、訪問型と通所型のサービスをご利用いただく場合は、総合事業のサービスをご利用いただくこととなります。

なお、平成29年4月1日以降に新たに要支援1・2の認定を受けた方が訪問型と通所型のサービスをご利用いただく場合は、その時点から総合事業のサービスをご利用いただくこととなります。

支え合いの地域づくりに向けた取組

1. 地域での支え合い活動や介護予防活動の充実を図ります

（1）高齢者ふれあいサロン運営費補助事業

地域交流や健康づくりを推進する場である「高齢者ふれあいサロン」を実施している団体に対して、その運営費の一部を補助します。地域の中で、皆で楽しみながら茶話会や健康体操等を行う高齢者ふれあいサロンにぜひご参加ください。

（2）訪問型支え合い活動補助事業

地域での支え合い活動の一環として、高齢者に対してごみ捨てや買物、庭木の剪定、家具の移動等の支援活動を実施されている団体に対して、その運営費の一部を補助します。

2. 新たな生活援助の担い手として「生活支援サポーター」を養成します

要支援1・2の方を主な対象として、掃除・洗濯・調理などの軽易な生活援助サービスを提供していただける「生活支援サポーター」を新たに養成します。生活支援サポーターとして活動いただける方は、「生活支援サポーター養成研修」を受講してください。



Q 総合事業が始まるまでに、何か手続をしないといけないの？

A 今サービスを利用されている皆様様が申請を行っていただく必要はありません。

Q 現在、介護予防訪問介護か介護予防通所介護を利用されている方は総合事業の訪問型通所型のサービスを利用する際、サービス事業所との利用契約を変更していただく必要があります。

Q 誰がどのようなサービスを利用できるの？

A いきいき百歳体操や高齢者ふれあいサロンなどは、全ての高齢者に参加していただけます。

Q 介護予防生活支援サービス事業は要支援1・2の人と事業対象者がご利用いただけます。（表2）

いきいき百歳体操

「元気な人は、もっと元気に!」
「ちょっと弱ってきたかも...という人には再び元気に!」
「支援が必要な人も自分でできることは少しでも自分でできるように!」
いきいき百歳体操で介護予防に取り組んでみませんか?

【実施条件】.....

- ①週1回、5人以上集まり、3ヶ月以上継続されること。
- ②地域にお住まいの高齢者であれば、誰でも参加できること。
- ③場所、イス、テレビ、DVDデッキ、血圧計を準備していただくこと。
- ④運営は、参加される皆さんで行っていただくこと。

お問い合わせ 包括支援担当 電話 06-6489-6356

現在、市内で70グループ以上が取り組んでいます。

いきいき百歳体操って?

地域の方が集まる身近な場所で、DVDの映像にあわせて行う高齢者向けの筋力アップの体操です。



気分爽快! 100万歩へチャレンジ!!

市内在住の65歳以上の方を対象に、ウォーキングを奨励する「いきいき100万歩運動事業」を実施しています。

参加者にはウォーキングの歩数を記録するための「いきいき100万歩運動貯筋通帳」をお渡しします。1日1万歩を限度として、ご自身の体力や体調にあわせて取り組み、その日の歩いた歩数を積み立ててください。

100万歩以降、所定の歩数を達成された方には、記念グッズを進呈します。

お問い合わせ 高齢介護課 電話 06-6489-6356

「認知症サポーター養成講座」を受けてみませんか



認知症は、誰でも起こりうる脳の病気で、高齢者だけの病気ではありません。

認知症になっても周囲の理解と気遣いがあれば住みなれた地域で暮らしていくこともできます。

「認知症サポーター」とは...

認知症サポーター養成講座を受けた方が「認知症サポーター」です。何か特別なことをする人ではありません。認知症について正しく理解し、認知症の方やそのご家族を温かく見守り、家庭や職場、地域の中で自分の出来る範囲で活動できれば大丈夫です。

講座のお申込みは 包括支援担当まで
複数名のグループに対して講師を派遣します。

個人で受講を希望される方は

尼崎市立すこやかプラザにおいてサポーター養成講座を実施いたします。

【日時】 1/20 (金) 13:15~14:45 ※4月以降にも開催する予定です。
2/ 9 (木) 10:00~11:30 (詳細については、市のホームページが包括支援担当へお問い合わせ下さい)
3/ 6 (月) 13:15~14:45

お申込みは 1月6日(金)からコールセンターまで
電話 06-6375-5639

お問い合わせ 包括支援担当 電話 06-6489-6356

ご存知ですか? 介護マーク

無料配付中!!

介護マークとは?

認知症の方や軽い介助が必要な方への介護は他人からは分かりづらく、誤解や偏見をもたれることがあります。介護中であることを周囲に理解いただくため、また在宅介護者を支援するため、「介護マーク」を介護者に配付しています。



こんなときに!

- 介護中であることを周囲にさりげなく知ってもらいたいとき
- ショッピングセンターや駅などのトイレで付き添うとき
- 男性介護者が女性用下着を購入するとき
- 病院で診察を受ける際に、介護者が付き添って診察室に入るとき
- 介護中の方が手が離せない場合に、認知症の方が離れてしまわないよう、少しの間見守ってほしいとき、等

..... 配付について

【対象者】 市内在住の高齢者を介護する家族など
【持参いただくもの】 ●申請者(介護している方)の**身分証明書**
●介護を要する方が要介護認定を受けている場合は、**介護保険被保険者証等**
【配付窓口】・市役所高齢介護課・各支所・各地域包括支援センター

お問い合わせ 高齢介護課 電話 06-6489-6356

いつまでもおいしい楽しい食事を!

~ 健康料理教室に参加しませんか? ~

尼崎市保健所では“元気なうちから始めよう健康料理教室”を実施しています。朝ごはんプラスできる簡単レシピや3世代皆で楽しめるレシピなど健康づくりに役立つレシピや知識を学び体験できます。くわしい日程等は保健所健康増進課にお問い合わせ下さい。

朝ごはんプラス1品!

《里芋のごま和え》 (2人分)

- 1** 里芋3~4個を好みの硬さにゆでて、皮をむき、一口大に切る。
- 2** 鍋に里芋とだし汁50mlと調味料(しょうゆ大さじ1/2、砂糖小さじ1/2、みりん小さじ1/4)を入れて、煮汁がなくなるまで煮る。
※ここまでは、前日に調理しておいてもよい
- 3** すりごま大さじ1を入れて和える。



エネルギー	食塩相当量
79 kcal	0.7 g

(1人分)

食べやすい調理の工夫や形態については、インターネットでもご覧いただけます。

食事サポートブック 兵庫県 検索

尼崎市ホームページで簡単朝食レシピも公開中です!▶



お問い合わせ

保健所健康増進課(栄養・歯科指導担当) 電話 06-4869-3053

サルコペニア(※) 予防のために

※加齢などにより、筋肉量や筋力が低下した状態をサルコペニアといいます

筋肉量測定 その後の**運動指導**のご利用はお済ですか?

尼崎市では、集団健診で筋肉量の測定を実施、測定をされた方へは、運動指導をご案内しています。まだの方は、是非この機会にご利用ください。

今年度

筋肉量測定 **受けた** **受けていない**

運動指導 **受けた** **受けていない**

家での運動を続けて、平成29年度の筋肉量測定で、成果をお確かめください。

運動指導のご利用を!

<場 所> 市内の体育館や公民館等
<受け方> 完全予約制 下記にお電話を。
<費 用> 無料



筋肉量維持、増加のための運動や生活のヒントをお教えします。個別の相談もあります。

まずは、筋肉量測定を!

<実施日> 1月25日(水)
1月26日(木)

<場 所> 市役所本庁舎 南館1階

<対 象> 今年度健診を受けた方

<受け方> 完全予約制 前日までに下記にお電話でご予約ください。

<費 用> 200円

簡単に測定できます。



お問い合わせ 健康支援推進担当 電話 06-6489-6797