

# いつまでも住み慣れた地域で 自分らしく暮らすために

65歳以上の  
みなさんへ



「介護予防・日常生活支援総合事業」を利用して、  
介護予防に取り組みましょう！

介護予防・日常生活支援総合事業（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」とで構成され、65歳以上の皆さまの介護予防と日常生活の自立を支援することを目的としています。

皆さまのそれぞれの状態にあったサービスをご利用ください。

## ～住み慣れた地域で、自分らしく暮らし続けるために～

今後、ひとり暮らしの高齢者や、認知症の高齢者が増加していくと予想されています。そのなかで互いに支え合い、いきいき自分らしく暮らし続けるために、「総合事業」の仕組みがつくられました。従来の介護サービスと比べて、内容や対象、担い手の裾野等を広げた総合事業をぜひ活用し、生きがいづくりや介護予防の一助としてください。

介護予防・日常生活支援総合事業（総合事業）には、要支援の認定を受けた人や、基本チェックリストにより生活機能の低下が見られた人（**事業対象者**といいます）が利用できる『**介護予防・生活支援サービス事業**』と、65歳以上の全ての人利用できる『**一般介護予防事業**』があります。

### 介護予防・生活支援サービス事業

#### 訪問型サービス（ホームヘルプ）

##### 介護予防訪問介護相当のサービス

訪問介護員が自宅を訪問し、身体介護や生活援助、見守り援助等を行います。

##### 健康づくりヘルパー

訪問介護員等が訪問し、生活援助（買い物、調理、洗濯、掃除等）を利用者とともにを行います。

#### 自己負担のめやす（1割負担）

週1回の利用	月額1,193円
週2回の利用	月額2,384円
週3回の利用	月額3,782円

週1回の利用	月額 836円
週2回の利用	月額1,670円
週3回の利用	月額2,648円

#### 通所型サービス（デイサービス）

##### 介護予防通所介護相当のサービス

介護保険事業所等で、介護予防を目的に食事や入浴などの日常生活上の支援や運動器の機能向上のための支援を日帰りで行います。

##### 健康づくりデイサービス

4時間程度のデイサービスで、レクリエーションや運動、趣味活動等を行います。


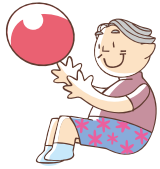



事業対象者	月額1,670円
要支援1	月額1,670円
要支援2	月額3,425円

1回につき	200円
-------	------

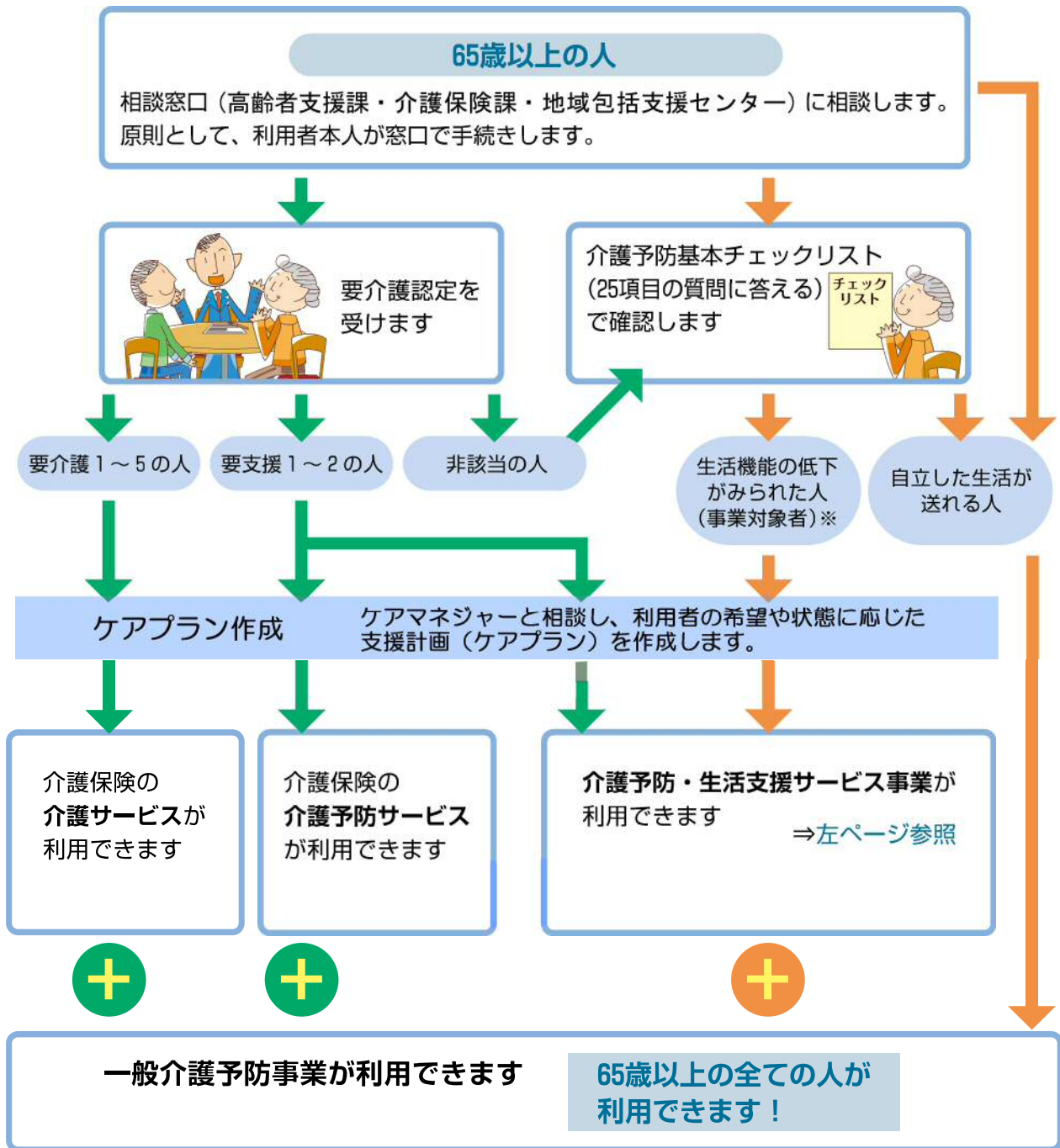
★一定以上の所得のある人は自己負担割合が2割または3割となります。

### 一般介護予防事業

65歳以上のすべての人を対象とした事業です。

ご近所さんの運動教室	脳の健康教室 (閉じこもり、認知症、うつ予防)	栄養改善教室	ひざ痛・腰痛予防教室	その他
お近くの公会堂など、歩いて参加できる場所で月に2～3回、運動教室を開催します。 	簡単なゲームや体操、作品づくりなどを行い、脳の活性化を図ります。 	管理栄養士が、個別に食事についての相談をしながら、いきいきと暮らすための食事に関する話や調理実習を行います。 	ひざ痛・腰痛の予防改善対策として、正しいストレッチ方法や運動方法を学び、習慣化していけるようにします。 	介護・うつ・認知症予防に関する講座、地域での介護予防教室の開催。 

## 利用までの流れ



※事業対象者になったあとや、総合事業のサービスを利用したあとでも、要介護認定を申請することができます。

最新情報は富士市ウェブサイトをご覧ください⇒

- 総合事業を提供する事業者一覧
- その他最新情報を掲載しています。



# 富士市の 地域包括支援センター

- 総合相談・支援 ●権利擁護・虐待早期発見・防止
- 介護予防ケアマネジメント ●包括的・継続的ケアマネジメント
- 介護予防ケアプランの作成

に取り組んでいます。  
まずは相談してみましよう。

名称	圏域（地区）	所在地	電話番号
富士市東部地域包括支援センター	吉原東部圏域 (須津、浮島、元吉原)	富士市増川新町12-1	39-1300
富士市吉原中部地域包括支援センター	吉原中部圏域 (神戸、富士見台、原田、吉永、吉永北)	富士市比奈1481-2	39-2700
富士市北部地域包括支援センター	吉原北部圏域 (大淵、青葉台、広見)	富士市一色218-10	23-0303
富士市鷹岡地域包括支援センター	鷹岡圏域 (鷹岡、天間、丘)	富士市久沢475-1	30-7062
富士市吉原西部地域包括支援センター	吉原西部圏域 (今泉、吉原、伝法)	富士市国久保1-11-36	30-8324
富士市富士北部地域包括支援センター	富士北部圏域 (岩松、岩松北、富士駅北、富士北)	富士市本市場新田24-5	66-0115
富士市富士南部地域包括支援センター	富士南部圏域 (富士駅南、富士南、田子浦)	富士市横割本町2-17	65-8839
富士市富士川地域包括支援センター	富士川圏域 (富士川、松野)	富士市岩淵137-1	81-4820
富士市高齢者地域包括支援センター (富士市高齢者支援課地域包括支援担当)	富士市全域	富士市役所4階	55-2951

各分野の専門家が  
ご相談に応えます。

## 日常生活圏域

