

# 総合事業 自分らしい生活を続けるために

総合事業は、地域全体で高齢者を支え、高齢者の方も自らの持つ能力をできる限り活かして、要介護状態になることを予防するための事業です。



介護予防・日常生活支援総合事業（以下「総合事業」）は、高齢者の介護予防と自立した日常生活の支援を目的とした事業で、**介護予防・生活支援サービス事業**と**一般介護予防事業**の二つからなります。

## 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

### 総合事業のポイント

- 要支援1・2の方は、**介護予防サービス**と**介護予防・生活支援サービス事業**を利用できます。
- **介護予防・生活支援サービス事業**のみを利用する場合は、基本チェックリストによる判定で利用できます。（要介護認定は不要です）

### 総合事業を利用するには

まずは、地域包括支援センターまたは、市区町村の担当課、ケアマネジャーへご相談ください。心身の状態を確認したうえで、その方に合ったサービスや支援を受けることができます。

### 基本チェックリストについて

基本チェックリストとは、日常生活に必要な機能が低下していないかを確認するための25項目からなる質問票です。基本チェックリストから、どのような介護予防に取り組めばよいかわかります。

#### 基本チェックリスト（一部抜粋）

- 階段を手すりや壁をつたわずに昇っていますか
- 6カ月間で2～3kg以上の体重減少はありましたか
- 半年前に比べて固いものが食べにくくなりましたか
- 週に1回以上は外出していますか
- 周りの人から「いつも同じことを聞く」などの物忘れがあるとされますか

「膝が痛く、外出がしづらくなった」「食欲がなくなってきた」などのちょっとした不調が、介護が必要な状態にまで悪化してしまうことがあります。いつまでも自分らしい生活を続けるためには、症状が重くなる前に介護予防などに取り組むことが大切です。



生活機能の低下が気になったら地域包括支援センターに相談しましょう。

## 介護予防・生活支援サービス事業

### 訪問型サービス（ホームヘルプサービス）

自分ではできない日常生活上の行為がある場合に、ホームヘルパーなどによる支援が受けられます。

従来の訪問介護と同じサービス

#### 介護予防訪問サービス

ホームヘルパーによる掃除・洗濯などの生活援助や身体介護

1カ月あたりの費用のめやす

要介護度	内容	自己負担分	サービス費用
要支援1・2 事業対象者	週1回程度	1,259円	12,583円
	週2回程度	2,514円	25,134円
要支援2 事業対象者	週2回程度 を超える	3,988円	39,878円

堺市の研修修了者による生活援助サービス

#### 担い手登録型訪問サービス

堺市の生活援助サービス研修修了者による掃除・洗濯などの生活援助

費用のめやす

	自己負担分	サービス費用
1回	200円	2,011円

※身体介護・調理は行いません。



### 通所型サービス（デイサービス）

通所型の施設に通い、日帰りで日常生活上の支援や機能訓練などを受けます。

従来の通所介護と同じサービス

#### 介護予防通所サービス

デイサービスセンターで、専門職による日常生活上の支援や機能訓練、送迎

1カ月あたりの費用のめやす

要介護度	内容	自己負担分	サービス費用
要支援1・2、事業対象者	週1回程度	1,748円	17,472円
要支援2、事業対象者	週2回程度	3,583円	35,822円

運動やレクリエーションを行う通所型サービス

#### 担い手登録型通所サービス

従事者の要件を緩和した運動、レクリエーションなど、生活機能向上のための多様なサービス

費用のめやす

	自己負担分	サービス費用
1回	200円	1,943円



短期間の機能訓練サービス

#### 短期集中通所サービス

機能訓練指導員などによる、転倒予防や足腰の筋力保持・増進のための短期間（3カ月）の機能訓練

費用のめやす

	自己負担分	サービス費用
1回	300円	3,124円



## 一般介護予防事業

高齢者のみなさんが要介護状態にならないように教室を実施します。対象は65歳以上の高齢者です。

- げんきあっぷ教室（老人福祉センター実施分）
- ひらめき脳トレプラス教室
- 自主運動グループ育成事業
- 地域出前型げんきあっぷ教室
- 介護予防・健康教室
- 低栄養予防出前啓発事業
- 口腔機能向上の普及啓発事業



地域支援事業（総合事業）のお問い合わせは、長寿支援課（電話番号 072-228-8347）へ