

<高齢者の福祉サービス※一部掲載>

サービス名	主な対象者	主な内容
外出支援サービス	公共交通機関の利用が困難な方	曜日別で、自宅から町内の医療機関まで送迎
紙おむつの給付	要介護または要支援の認定を受けている方（74歳以下の方は、町民税非課税世帯に属する方のみ） ※ 障がい者に対する支給要件もあります	紙おむつを無料で支給（月に50枚まで）
自立支援日常生活用具の給付	要介護認定が“非該当”の方	腰掛便座、入浴補助用具などを支給
自立支援住宅改修給付		手すり取付け、浴槽取替えなどの費用の一部を支給
緊急通報システム	慢性疾患の方がいる高齢世帯	急変時にボタンを押すだけで救急車を要請
火災安全システム		火災時に警報ブザーが鳴動し消防車を要請
緊急相談通報システム（見守りシステム）	65歳以上のひとり暮らしの方や高齢者世帯	緊急時の通報、人感センサーによる見守りや健康相談

◎利用には申請が必要です。また、所得により利用者負担をいただく場合があります。その他にも、地域ささえあいボランティアセンター事業、高齢者見守り相談事業、救急医療情報キットの支給等のサービスもあります。詳しくは、福祉保健課 地域支援係 83-2777までお問い合わせください。

○介護予防サービスの利用者負担を助成します

下記に該当する方には、町が利用者負担額の一部を助成します。
※奥多摩町独自の助成事業です。

対象者	①生活保護を受給されている方 ②町民税非課税世帯に属し前年の課税年金収入額と合計所得金額の合計額が80万円以下の方、または介護保険料段階第1段階の方のうち①に当てはまらない方
助成額	対象者① ⇒ 利用者負担の1/2に相当する額を助成 対象者② ⇒ 利用者負担の1/4に相当する額を助成
担当	福祉保健課 地域支援係 電話83-2777

～高齢者の健康や介護のことについての総合相談窓口～

奥多摩町地域包括支援センター

TEL 0428-83-8555

場所：保健福祉センター1階（奥多摩病院隣り）福祉保健課内



地域支援事業

介護予防サービスパンフレット

加齢に伴い、筋力や心身の活力が低下した状態を「フレイル(虚弱)」といいます。健康と病気の間のような段階で、高齢者の多くが「フレイル」の段階を経て要介護状態になると考えられています。住み慣れた地域で、介護を必要とせずに、いつまでも健康で楽しく生きがいを持って暮らせるよう、介護予防サービスを上手に利用し健康づくりと介護予防に取り組みながら、健康長寿を実現しましょう。

<介護予防サービス事業の対象者>

◎65歳以上の方で、要介護認定を受けていない方（※一部サービスを除く）

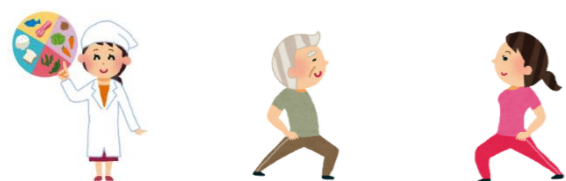
<サービスの種類> ※詳しくは次ページに掲載

サービス名	こんな方におすすめ
筋力向上トレーニング	足腰の筋力低下が気になり始めた方
運動機能向上トレーニング	足腰の筋力低下が気になり始めた方
介護予防デイサービス	足腰の筋力低下が気になり始めた方、口腔機能（食事摂取や言葉の発音など）が気になり始めた方、低栄養の改善が必要な方
食事療養サービス	低栄養・生活習慣病の改善が必要な方
配食サービス	低栄養の改善が必要な方
介護予防普及啓発訪問サービス	上記の介護予防対象者もしくは自主活動グループ

<利用方法>

- ①まずは、**地域包括支援センター**にお問い合わせください。
- ②お身体や生活の様子を確認する**基本チェックリスト**にお答えいただき**利用申請書**を提出します。
- ③介護予防担当者と一緒に**介護予防のケアプラン**を作成します。
- ④サービス利用開始。





<介護予防サービスの種類や内容>



サービス名	実施場所	実施日程	主な内容	利用者負担
筋力向上トレーニング	福祉会館2階 機能訓練室 定員 各曜日6名	[曜日] (火)・(金)のどちらか週1回 [時間] 午後1時半から午後3時半まで	6か月を利用期間として、週1回、4種類の筋トレマシンによるトレーニングや柔軟体操を実施	月額 送迎なし 1,000円 送迎あり 1,500円
運動機能向上トレーニング	青梅市・福生市 あきる野市内にある 各接骨院	各接骨院で定める曜日と時間 (1回 約30分)	3か月を利用期間として、週1回、接骨院の先生が簡単なトレーニング方法を指導	通所 1回 270円 訪問 1回 300円
介護予防デイサービス	森の時計 定員 10名	[曜日] (月)から(金)までのうち 週1回から3回程度 [時間] 午前9時半から午後2時半まで	6か月を利用期間として、ストレッチ体操、筋力アップ体操等、介護予防サービスを総合的に実施	<白丸デイサービス> ・利用料1回 400円 ・昼食代1回 500円 ・おやつ代1回 50円
	山のふるさと村 定員 10名	[曜日] 毎週(木) [時間] 午前10時から午後2時半まで		<山のふるさと村> ・利用料1回 500円 ・昼食代1回 600円
食事療養サービス <small>※要介護認定者も利用可</small>	奥多摩病院	[曜日] 毎日(1日1食から3食) [時間] 朝・昼・夕の食事提供時間	6か月を利用期間として、栄養士の指導のもと治療食を提供 ※通いのみ	1食あたり 460円
配食サービス <small>※要介護認定者も利用可</small>	高齢者在宅 サービスセンター	[曜日] (月)・(水)・(金) [時間] 午後5時頃に自宅に配達	6か月を利用期間として、安否確認を含めた週3回の夕食を配達する	1食あたり 500円
介護予防普及啓発 訪問サービス	地域の生活館 もしくは 介護予防対象者宅	[曜日] (月)～(金) [時間] 午前10時から午後4時までの 時間帯で日程調整 (1回あたり1時間～2時間程度)	地域の生活館等で、介護予防の自主活動グループや介護予防対象者を対象に、介護予防の取り組み方法の紹介、体操、栄養の講話などを実施	無 料

高齢者の皆さんがいつまでも楽しく生きがいをもって暮らせますよう

令和3年4月1日作成

介護予防のお手伝いをさせていただきます！

