

＜介護予防サービスの種類や内容＞



介護予防サービス・地域支援事業は、一定期間継続して利用することで、介護予防の効果を得られます。

介護予防サービス・地域支援事業は、基本チェックリストの結果により、介護予防の必要度に応じて、地域包括支援センターの職員・管理栄養士等が『介護予防プラン（介護予防サービス・支援計画表）』を作成し、利用者の同意を得たあと、介護予防サービス・地域支援事業を提供する担当者と調整をして、サービスの提供が開始されます。

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	福社会館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	[曜日] (月)・(火)・(水)・(金) 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	利用料1回 400円 昼食代1回 550円 おやつ代1回 50円
		[曜日] 毎週(木) [時間] 午前10時から午後2時半まで	小河内地区の方を対象とした介護予防デイサービス	
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、管理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

令和5年4月1日現在