

プロからの指導で生活改善！

～短期集中の介護予防事業～

対象者

次のいずれかに該当する方

- ①簡易なチェック項目（基本チェックリスト）で生活機能の低下が見られた方
- ②要支援1・2の認定を受けている方（ほかのサービスを併用している場合は 要相談）

通所型サービス

送迎あり

複合型通所事業「生活力アップ大作戦」

専門職による複合的なプログラムで生活機能の全般を向上させる教室

運動器の機能向上



理学療法士の指導の下、ストレッチや体操で体力アップ！

認知症予防



作業療法士の指導の下、脳を働かせる生活のコツを学んで認知機能アップ！

お口の健康



歯科衛生士の指導の下、唾液腺マッサージを習得して、食べる力をアップ！

栄養改善



栄養士の指導の下、バランスの良い食事を学んで栄養アップ！

■日程 月4回(原則火曜の午前10時～正午)

■期間 3か月(①4月～6月・②7月～9月・③10月～12月・④1月～3月)

■会場 総合福祉センター

訪問型サービス

・通所のサービスの利用が困難な方
・退院後などで自宅での指導が必要な方
におすすめです。

リハビリテーション専門職が自宅を訪問し、生活改善のための相談・指導

生活行為の向上

趣味活動の促進

社会参加の促進

- ・入浴や調理、畑作業など、普段の生活や家事での動作について、理学療法士又は作業療法士が実際の動きを見て助言します。
- ・自宅でできるトレーニングや歩行訓練、環境を整えて、生活力の維持・向上を目指します。



■日 程 月1～2回

■期 間 6か月間

■訪問者 市から委託を受けた病院のリハビリテーション専門職

利用者自身が
効果を実感!!

足踏み運動を継続してつまずきが少なくなった。
朝食抜きだったが栄養指導で3食バランスよく食べて夏バテが解消した。
お口の体操を継続してムセや渇きがなくなった。

利用方法

まずは地域包括支援センターに相談

基本チェックリストを実施

要介護・要支援認定を申請※

※当事業以外に必要なサービスがある場合は認定申請

非該当の場合は
他のサービスを紹介

対象者に該当

要支援1・2

要介護等の場合は
他のサービスを紹介

地域包括支援センターがケアプランを作成
一緒に目標とする生活を考えましょう!
市に利用申請を提出

サービスの利用開始

利用
無料

問合せ先

三条市 高齢介護課 企画調整係 ☎0256-34-5457 (直通)