

# 地域支援事業

## 総合事業（介護予防・日常生活支援総合事業）

### 総合事業とは？

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

###### ●訪問型サービス

指定相当訪問型サービス  
生活おたすけサービス事業  
訪問型短期集中予防サービス事業

###### ●通所型サービス

指定相当通所型サービス  
元気アップデイサービス事業  
通所型短期集中予防サービス事業

###### 対象者

- ・要支援1・2の認定を受けた方
- ・基本チェックリストにより生活機能の低下がみられた方（事業対象者）

##### 一般介護予防事業

###### ●こけないからだづくり講座

###### 対象者

- ・65歳以上のすべての市民
- ・講座支援・地域づくりのための活動に関わる方

## ① 介護状態にならないための取組み（一般介護予防事業）

### こけないからだづくり講座

健康寿命を延ばし、住み慣れた地域でいきいきと生活し続けられることを目的とした、地域のみなさんが主体となって行う介護予防活動です。主に 65 歳以上の方が週 1 回以上、自治公民館などの身近な場所に集まり、筋力体操などを行います。

- 対象者…65歳以上の市民
- 会 場…自治公民館など
- 内 容…・椅子に座って行う筋力体操
  - ・1年ごとの体力測定
  - ・半年ごとに専門職の講話や指導  
（歯科衛生士、栄養士、理学療法士、薬剤師などを派遣）
- 効果について（令和2年度の宮崎県立看護大学の研究結果より）
  - ・一人あたり医療費が年間3～6万円削減  
参加頻度が高い人ほど効果大！  
3年間で総額約6千万円の医療費削減を実現
  - ・9か月継続で運動機能が10歳分若返る  
特に若い年代ほど改善効果が大きいことが判明！
  - ・80代・90代でも筋力やバランス能力の維持に効果あり



- 参加者の声
  - ・「楽に立ち座りができるようになった。」「体が軽くなった。」
  - ・「毎日の生活に張りが出て、規則正しい時間が過ごせるようになった。」
  - ・「気持ちが明るくなった。近所の人との会話が楽しい。」などがあります。

#### ●参加方法

- ・いきいき長寿課または、お住まいの地区の地域包括支援センターへお問い合わせください。日時や場所など、希望に合った講座をご紹介します。

参加者のみなさんの工夫により、レクリエーションや茶話会なども行われています。

また、引きこもりの防止や参加者の安否確認など地域の見守り活動にも繋がっています。

介護予防は若いうちから取り組むことが重要です。「こけないからだづくり講座」で健康長寿を目指しましょう！

## ●保健事業と介護予防の一体的実施

健康状態悪化の危険性の高い高齢者の保健指導を行うハイリスクアプローチと、地域の通いの場を活用してフレイル予防に関する啓発を行うポピュレーションアプローチを実施します。

### (1)ハイリスクアプローチ

- ①生活習慣病の重症化予防のための保健指導
- ②健康状態不明者への保健指導
- ③重複・頻回受診等のある方への保健指導
- ④フレイルリスクのある方への保健指導



### (2)ポピュレーションアプローチ

こけないからだづくり講座等の通いの場や地区公民館等で、医療専門職によるフレイル予防教室を開催し、フレイル予防について啓発します。

都城市内住民の高齢者団体で、フレイル予防アドバイザー（医療専門職）による講話（60分程度）を希望される場合は、1か月以上の余裕をもって、いきいき長寿課へお申込みください。

### ☆フレイルとは・・・加齢により心身が老い衰えた状態のこと

フレイルは、早く介入して対策を行えば、元の健常な状態に戻る可能性があります。フレイルに早く気づき、正しく介入（治療や予防）することが大切です。

#### あてはまるものがあったら あなたもフレイルかも!?

- ✓ 半年で2～3kg 体重が減った
- ✓ 半年前より固いものが食べにくくなった
- ✓ 以前より歩く速度が遅くなった
- ✓ 周りの人から「いつも同じことを聞く」など物忘れがあるとされる
- ✓ 1週間外に出ないことがある

フレイルを予防するために  
大切なポイントです!

栄養  
食・口腔



身体活動  
適度な  
運動習慣



社会参加  
社会との  
つながりを保つ



# ①在宅生活支援・家族介護者支援・権利擁護など

## ●要介護認定がある、または同等の状態である人が利用可能な事業

### 介護用品給付事業

### 家族介護者支援

重度の要介護状態にある人を在宅で介護している家族等に対し、身体的・精神的・経済的負担の軽減並びに要介護者の在宅生活の継続及び向上を図るため、介護用品給付券を交付します。給付券は市が指定する店でおむつ等の介護用品に交換できます。

●対象者…次の①～⑥の要件をすべて満たす人（要介護者）を介護している家族

- ①介護保険法第7条第3項に規定し、介護保険の要介護認定で要介護4・5と判定された人、または要介護認定を受けていないが、同様の状態の人（同様の状態であるかは、申請後に市が訪問調査し判断します。）
- ②申請する月の初日と申請日に医療機関に入院又は施設に入所していない人
- ③申請月の前月に、半数以上在宅で介護していること。
- ④介護保険料を滞納していない人
- ⑤都城市に住所があり、都城市に居住している人
- ⑥所得段階1～5までの人

●介護用品…おむつ・尿とりパッド、介護用防水シート、ウェットティッシュ、使い捨て手袋、とろみ剤、清拭剤・ドライシャンプー

●交付方法…申請月から月額5,000円～7,000円の介護用品給付券を、前期分と後期分の2回に分けて窓口で交付します。ただし、前期分を4月から9月、後期分を10月から3月の間にそれぞれ1回ずつ申請を行う必要があります。

※申請月以降の分について交付します。

※ご利用は給付券に記載された月に限られます。

●支給金額…所得段階により支給額は変わります

所得段階	要介護者	世帯	支給月額
1～3	非課税	非課税	7,000円
4～5	非課税	課税	5,000円

## 寝具類等洗濯乾燥消毒事業

在宅生活支援

身体の障がいや傷病等の理由により、本人または同居家族が寝具類の衛生管理を行うことが困難な人に対し、寝具類のクリーニングを行います。

●対象者…次の①～②のいずれかに該当する人

①在宅で生活されている65歳以上のひとり暮らしまたは高齢者のみの世帯で、介護保険の要介護認定で要介護1～5と判定された人または要介護認定を受けていないが同様の状態の人（同様の状態であるかは、申請後に市が訪問調査し判断します。）

②身体障害者手帳1級または65歳以上で2級の交付を受けた人

●利用回数…対象者1人につき、年2回（広報誌等でお知らせします。）

●利用料…1回の利用につき、400円

## 家族介護慰労金支給事業

家族介護者支援

過去1年間、介護保険のサービスを受けなかった等の要件を満たす要介護者を、在宅で介護している家族に慰労金を支給します。

●対象者…申請日の1年前から市内に住所を有し、次の①～⑤の要件をすべて満たす要介護者と同一世帯である主たる介護者

①申請日の1年前から市内に住所を有し、介護保険法第7条第3項に規定している人

②介護保険の要介護認定で、要介護4・5と判定された人または要介護認定を受けていないが、同様の状態であると判断される人（同様の状態であるかは、申請後に市が訪問調査し判断します。）

③申請日の1年前から市内に引き続き居住し、かつ介護保険サービスを利用しなかった人

④要介護者と介護者が同一世帯であり、その世帯の構成員がすべて市民税非課税であること

⑤申請日までの1年間で、通算8日以上短期入所や福祉用具貸与のサービス利用がないことまたは通算8日以上入院をしていないこと

●支給金額…100,000円

## 食の自立支援事業

在宅生活支援

調理が困難な高齢者が、在宅で安心して生活を送ることができるよう、安否確認と栄養バランスのとれた食事を提供するサービスです。

●対象者…次の①～④の要件をすべて満たす人

- ①市内に住所を有する、概ね 65 歳以上の一人暮らし世帯、高齢者夫婦のみの世帯または身体障がい者であること
- ②身体虚弱のため、調理が困難な人
- ③近隣に見守りができる家族がいない人
- ④家族等、他サービスを含めて、食事の支援を受けることができない人

●利用回数…1 日につき 1 食（昼食または夕食いずれか）

●利用料…1 食あたり 450 円

食の自立支援事業のご利用は、地域包括支援センターを介して、身体状況、家族の支援状況等を把握したうえで、状況に応じた利用内容を決定します。

## 家庭内事故等通報事業（緊急通報機器貸与事業）

在宅生活支援

一人暮らしの高齢者の急病などの緊急時に、迅速に対応できるよう緊急通報機器の貸与を行う事業です。

緊急時に通報機器のボタンを押すことで、オペレーターが応答し、協力員への連絡や、救急車要請等の対応をします。

この事業を利用するにあたっては、協力員の登録が必要となります。

●対象者…市内に住所を有し、日常生活に常時注意を要する人で、

次の①～②のいずれかに該当する人

- ①概ね 65 歳以上の一人暮らしの高齢者
- ②世帯全員が高齢者で、市長が特に必要と認めたもの

●負担金…月額 160 円（生活保護受給者は無料）