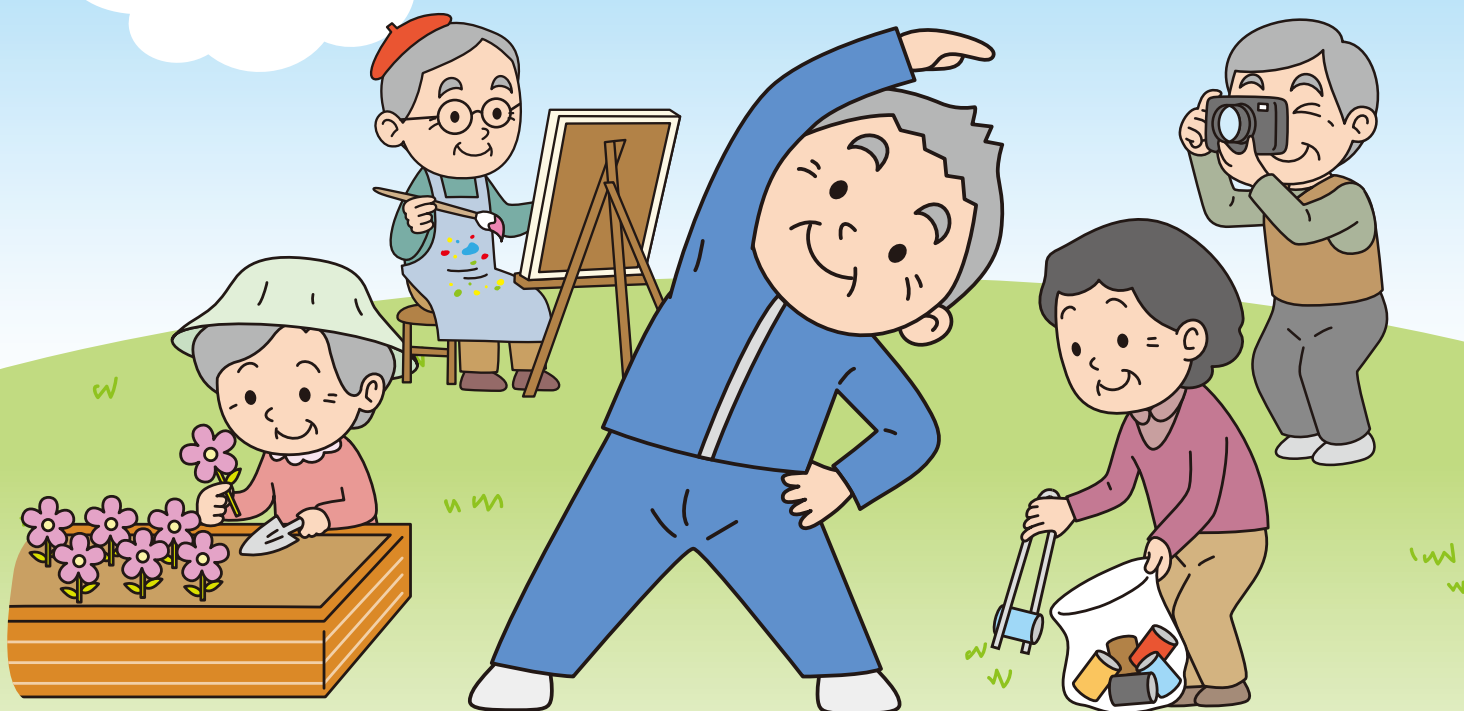


大田区 介護予防・日常生活支援 総合事業のご案内

いつまでも住み慣れた地域で
自分らしい暮らしができるために



大田区の介護予防・日常生活支援総合事業を利用して、
介護予防に取り組みましょう！

平成28年4月から、「介護予防・日常生活支援総合事業」が始まります。
この事業は、心身ともに健康を維持し、いつまでも元気で自立した生活を営むために、
一人ひとりの状態に合った適切なサービスを利用することができます。
住み慣れた地域で自分らしい生活をするためにも、「介護予防・日常生活支援総合事業」を利用して、
積極的に健康づくりに取り組みましょう！

介護予防・日常生活支援総合事業の種類

介護予防・生活支援サービス事業

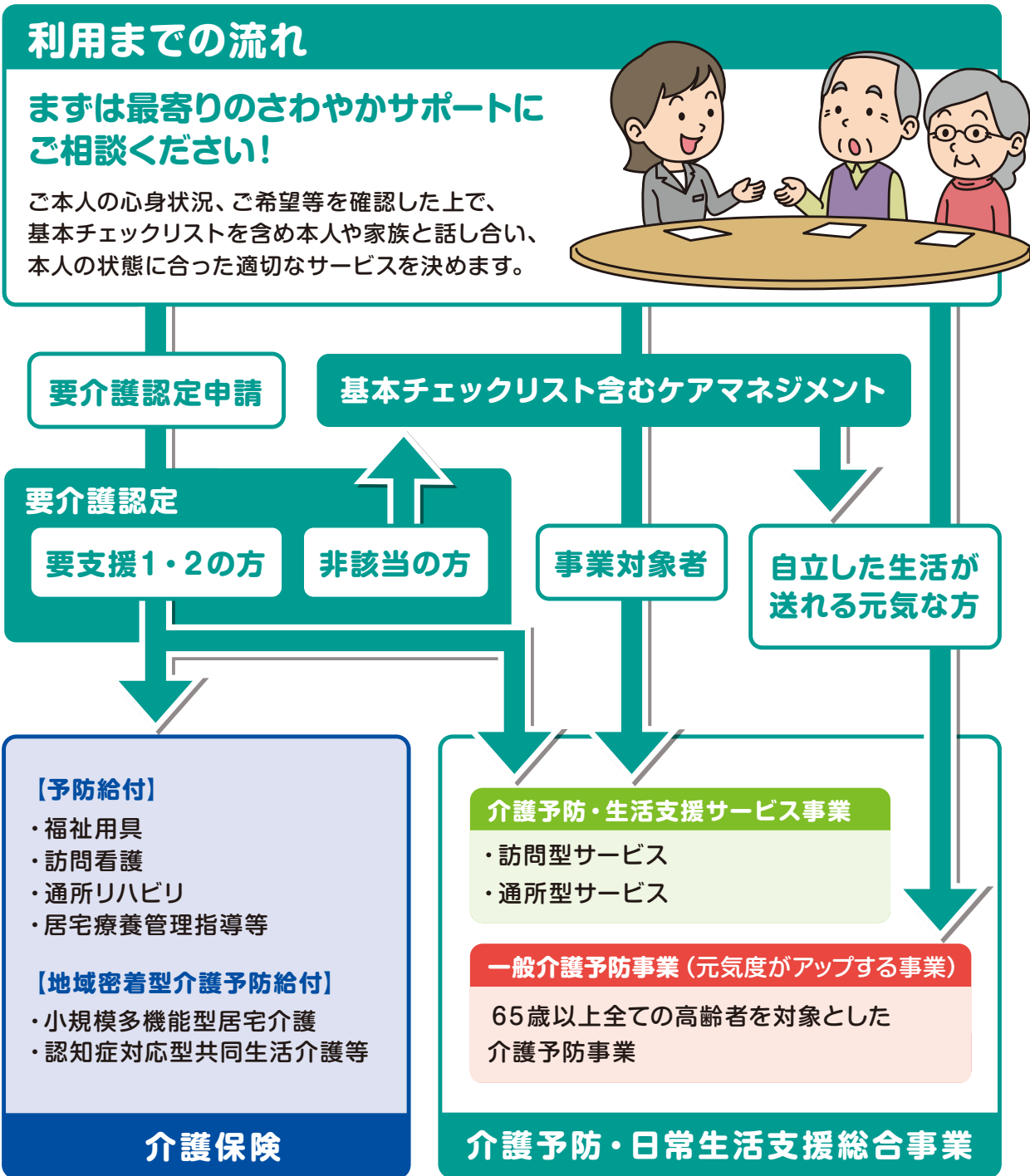
訪問型サービス、通所型サービス

一般介護予防事業（元気がアップする事業）

65歳以上全ての高齢者を対象とした介護予防事業

大田区の『介護予防・日常生活支援総合事業』がみなさんの健康、元気をサポートします。

本事業は、65歳以上の全ての方を対象とした、市区町村が行う介護予防事業です。介護保険の認定を受けなくても、一人ひとりの状態や必要性に合わせた多様なサービスを、気軽に利用することができます。



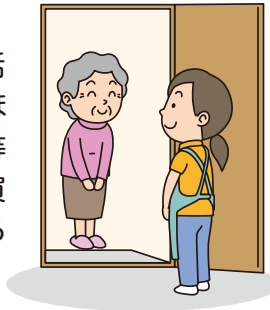
介護予防・生活支援サービス事業

【利用できる人】

- 要支援1・2の判定を受けた人
- さわやかサポートのケアマネジメントにより対象者と判定された人

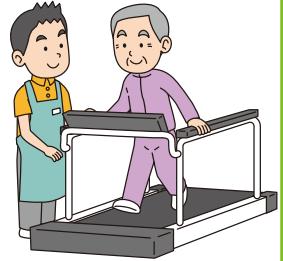
訪問型サービス

自分ではできない日常生活上の行為をサポートしてほしい場合、ホームヘルパー等が掃除や洗濯の取込み、買い物同行等の支援が受けられます。



通所型サービス

デイサービスなどで、日常生活での様々な支援、生活機能を向上させるための機能訓練、趣味などを通じた高齢者の集いの場の提供などを行います。



一般介護予防事業（元気がアップする事業）

- 【利用できる人】 主に比較的心身ともに健康で、自立した生活が送れている人の介護予防を目的としています。併せて高齢者の社会参加の活動支援もしています。
- 65歳以上全ての人

主な介護予防事業

認知症予防	認知症予防体操、認知症予防室内ウォーク、認知症予防朗読講座
転倒予防/ 膝痛・腰痛改善	いきいき公園体操、膝痛・腰痛ストップ体操、ライブでストレッチ 足腰らくらく水中ウォーク、ポールdeウォーク
低栄養改善	シニア世代の食生活講座
口腔機能改善	口から始める健康講座
活動支援	シニアボランティア養成講座、生活支援サービス養成講座



【いきいき公園体操】



【膝痛・腰痛ストップ体操】



【ポールdeウォーク】

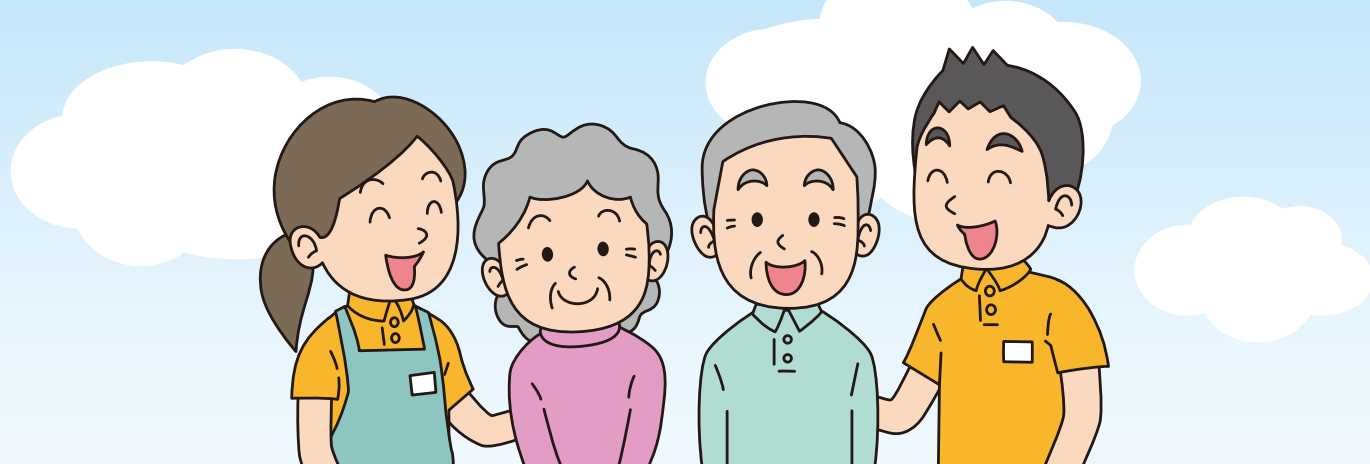


【ライブでストレッチ】



まずは高齢者の相談窓口 「さわやかサポート」にご相談ください。

地域の「さわやかサポート」は、みなさんが住み慣れたまちで安心して暮らせるように、必要となる援助や支援を行うために、設けられた高齢者のための総合相談窓口です。



さわやかサポート	電話番号	住所	さわやかサポート	電話番号	住所
大森	5753-6331	大森西1-16-18	田園調布医師会	3728-6673	石川町2-7-1
平和島	5767-1875	大森北6-32-8	六郷東	3745-2306	南蒲田3-12-5
入新井	3762-4689	大森北1-34-10	六郷中	5744-7770	仲六郷2-44-11
馬込	5709-8011	中馬込1-5-15	やぐち	5741-3388	矢口1-23-12
徳持	5748-7202	池上7-10-5	西蒲田	5480-2502	西蒲田7-49-2
大森医師会	3772-2415	中央4-30-13	蒲田	5710-0951	蒲田2-8-8
おんたけ山*	5483-7477	田園調布本町56-3	蒲田医師会	5714-0888	蒲田4-24-12
たまがわ	5732-1026	下丸子4-23-1	大森東	3762-1750	大森東4-4-14
久が原	5700-5861	仲池上2-24-8	糎谷	3741-8861	西糎谷2-12-1
上池台	3748-6138	上池台5-7-1	羽田	3745-7855	本羽田3-23-45

※ おんたけ山は平成28年3月31日で終了いたします。平成28年4月1日以降は下記へのお問い合わせをお願いします。

嶺町	5483-7477	田園調布本町7-1	田園調布	3721-1572	田園調布2-58-5
----	-----------	-----------	------	-----------	------------

さわやかサポート相談受付時間 月～金曜日：午前9時～午後7時 土曜日：午前9時～午後1時

【問合せ先】

☎5744-1407 大田区高齢福祉課総合事業担当

窓口開設時間 月～金曜日：午前8時30分～午後5時
(土曜・日曜・祝日、12月29日～1月3日は窓口業務を行っていません)