

# 大山町介護予防・日常生活支援総合事業のご案内

65歳以上の皆様へ



大山町では、いつまでも元気で自立した生活を住み慣れた地域で続けていただくために、次の事業を行っています。

それぞれのお身体等の状態にあったサービスをご利用ください。

## 1. 介護予防・生活支援サービス事業

(対象)要支援 1・2 及び事業対象者(基本チェックリストの結果により生活機能の低下がみられた方)

### (1)訪問型サービス

#### ホームヘルプ

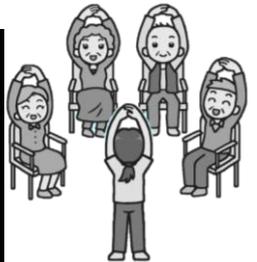
訪問介護員(ホームヘルパー)が居宅を訪問して、調理や掃除などの家事を利用者と一緒に行います。



### (2)通所型サービス

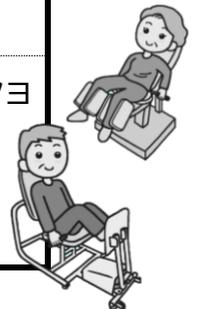
#### デイサービス

通所介護施設などで、食事の提供やレクリエーション、生活機能向上のための支援などを行います。概ね1日の利用となります。

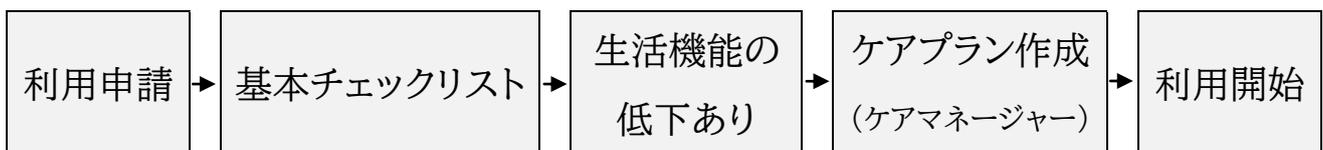


#### 元気アップ教室

通所介護施設などで、器具を使った運動、軽体操、口の体操、レクリエーション、食に関する相談などを行います。概ね2~3時間の利用となります。1回あたり330円(介護保険負担割合が1割の方の場合)です。



### 【ご利用方法】



※ 要支援1・2の方も利用できます。

**ちよっこし運動教室(運動習慣定着教室)【申し込み】不要**

健康づくり・運動習慣づくりを目的とした運動教室です。  
いつまでも家での生活を続けたい。元気な身体を手に入れたい。  
ちよこしの運動の積み重ねがそんな思いを現実にします。

【参加費】 1回 200円 【持ち物】 飲み物、タオル等

☎はまなすクラブ(☎0858-58-6161)

場所/介護老人保健施設はまなす(田中1383)毎週月曜日 16時開始

ひのでくらぶ

☎いかっじえ日ノ出倶楽部(☎0859-54-3232)

場所/介護老人保健施設サンライズ名和(富長750-3)毎週金曜日 14時開始

☎ワイワイ体操(☎0859-39-5555) ※上履きが必要です

場所/大山やすらぎの里(唐王208)毎週月曜日 10時40分開始

**水中運動教室【申し込み】必要** いずみの苑へ直接お電話を

温泉のプールで運動や歩行などを専門のスタッフが指導します。

【参加費】1クール(16回)5,280円、送迎については要相談。

場所:温泉健康センターいずみの苑(淀江町淀江1075番地)☎0859-56-6888

**3B体操教室【申し込み】不要**

ボール・バル・バルターなどを使って音楽にあわせて体を動かしたり、ストレッチ体操もあります。

【参加費】無料 ※別途用具購入費が必要です。

毎月2回ずつ3地区(中山・名和・大山)の会場で行います。

会場は自由に選んでいただけます。



【ご利用方法】町内にお住いの65歳以上の方は、どなたでも参加できます。

町報や防災無線でご案内しますので、ご都合に合わせてご利用ください。

**まずは、お気軽にご相談ください！**

〒689-3211 大山町御来屋467番地(保健福祉センター内)

大山町長寿支援課

TEL0859-54-5207

大山町地域包括支援センター

TEL0859-54-2226