

各市町の介護予防事業

◎鈴鹿市

●一般介護予防事業（全ての高齢者が利用できます）

(1) 介護予防出前教室	
種 別	介護予防普及啓発事業
内 容	地域の住民団体に対し、介護予防の専門講師が運動、口腔、栄養、認知症等に関する介護予防教室を出前で開催する。
頻 度	月1～4回程度
場 所	市内委託事業所等
実施主体	長寿社会課（委託）

(2) 介護予防 Web 教室	
種 別	介護予防普及啓発事業
内 容	Zoom 等の双方向にコミュニケーションをとることができるツールを使用し、介護予防の専門講師が運動、口腔、栄養、認知症等に関する介護予防教室を Web で開催する。
頻 度	月2回程度
場 所	市内委託事業所等
実施主体	長寿社会課（委託）

(3) Zoom などの使い方講座	
種 別	介護予防普及啓発事業
内 容	Zoom 初心者の方であっても介護予防 Web 教室に参加できるように、介護予防 Web 教室前に Zoom などの使い方が学べる教室を開催する。
頻 度	年2回
場 所	男女共同参画センター
実施主体	長寿社会課（委託）

(4) 地域型教室	
種 別	介護予防普及啓発事業
内 容	老人クラブ等の地域の住民団体が、住民主体の「通いの場」を運営し、介護予防に資する活動を行う。
頻 度	年2回以上
場 所	集会所等
実施主体	長寿社会課（補助）

各市町の介護予防事業

◎鈴鹿市

(5) ふれあいいきいきサロン

種 別	地域介護予防活動支援事業
内 容	茶話、体操、レクリエーション、講演会、各種教室等を開催する。
頻 度	月 1 回以上
場 所	集会所等
実施主体	長寿社会課（補助）

(6) 鈴鹿いきいきボランティア制度

種 別	地域介護予防活動支援事業
内 容	いきいきボランティア受入施設にて、対象者が希望するボランティア活動を実施する。
頻 度	随時
場 所	介護施設等
実施主体	長寿社会課（委託）

(7) 暮らしまかせて支援事業

種 別	地域介護予防活動支援事業
内 容	地域づくり協議会が地域における互助の活動を実施し、介護予防と生活支援が一体化したインフォーマルのサービスを提供する。
頻 度	随時
場 所	各公民館等
実施主体	長寿社会課（補助）

(8) スクエアステップリーダー養成講座

種 別	地域介護予防活動支援事業
内 容	自らの介護予防および地域の高齢者の介護予防のために、スクエアステップを用いた介護予防について正しい知識と実施方法を習得し、ボランティアとして地域で活躍できる人材を養成する。
頻 度	年間 1 回
場 所	鈴鹿市社会福祉センター
実施主体	長寿社会課（直営）

各市町の介護予防事業

◎鈴鹿市

(9) スクエアステップリーダースキルアップ研修会	
種 別	地域介護予防活動支援事業
内 容	スクエアステップリーダーが、地域で実際にスクエアステップを用いた介護予防自主活動を普及し、継続するために必要な、実用的な技術・知識・手法を講義や実技を交えて学ぶ。
頻 度	年間1回
場 所	鈴鹿市社会福祉センター
実施主体	長寿社会課（直営）

(10) 専門職による出前講座	
種 別	地域リハビリテーション活動支援事業
内 容	歯科衛生士・薬剤師・管理栄養士・理学療法士・作業療法士・言語聴覚士・柔道整復師等のリハビリテーション専門職の講師をサロンに派遣し、介護予防に資する講話や指導等を行う。
頻 度	月1～4回程度
場 所	各公民館等
実施主体	長寿社会課（委託）