

# 各市町の介護予防事業

## いなべ市

### 一般介護予防事業（全ての高齢者が利用できます）

（１）健康自立度チェック	
種 別	介護予防把握事業
内 容	要介護（要支援）認定を受けていない 70 歳以上の高齢者を対象に、実施しています。日常生活の調査を行い、ご自身の健康状態の変化を知っていただくとともに、閉じこもり等何らかの支援を要する方を把握し、介護予防活動に繋がります。
頻 度	年に 1 回
場 所	利用者自宅
実施主体	いなべ市

（２）出前講座・出張型介護予防啓発	
種 別	介護予防普及啓発事業
内 容	出前講座：団体からの依頼を受けて、介護予防等の講話を実施します。 出張型介護予防啓発：地域活動の場に出向き、フレイル予防のポイントや貯筋体操、社会資源等を紹介します。（15～30 分程度の短時間講座）
頻 度	不定
場 所	いなべ市内の自治会館・公民館、集会所（屋外含む）など
実施主体	いなべ市地域包括支援センターに委託      いなべ市社会福祉協議会に委託

（３）普及啓発のための広報誌の作成	
種 別	介護予防普及啓発事業
内 容	広報誌に健康づくりや介護予防の記事を掲載します。
頻 度	年 4 回程度
場 所	対象となる家庭へ各戸配布
実施主体	いなべ市

（４）青空教室 園芸コース	
種 別	地域介護予防活動支援事業
内 容	園芸を主体とした活動を通して、仲間作りや生きがいづくり、健康づくりを図ります。
頻 度	1 人当たりの利用回数は年間 16 回（3 週間に 1 回程度の利用）
場 所	いなべ市農業公園・夢かなえ荘
実施主体	いなべ市社会福祉協議会に委託

# 各市町の介護予防事業

## いなべ市

### 一般介護予防事業（全ての高齢者が利用できます）

（５）青空教室 運動コース	
種 別	地域介護予防活動支援事業
内 容	立位・座位での貯筋体操、道具を使った運動を通して、健康づくりを図ります。
頻 度	週 2 回
場 所	北勢市民会館
実施主体	いなべ市社会福祉協議会に委託

（６）にこやか集会所コース	
種 別	地域介護予防活動支援事業
内 容	各地区の公民館などで、心地よい音楽を聴きながら、ゆったりした気持ちで、専門コーディネーターによるストレッチなどの軽い運動を実施します。
頻 度	各地区で週 2 回程度 6 か月（または 3 か月を 1 クール）
場 所	各地区自治会館等
実施主体	一般社団法人元気クラブいなべに委託

（７）地域リハビリテーション活動支援事業	
種 別	地域リハビリテーション活動支援事業
内 容	リハビリ専門職を派遣し、効果的な自立支援の方法を一緒に考えます。 個別対応への支援 介護サービス利用者のアセスメントを実施する際などに、リハビリ専門職を利用者宅へ派遣し、プラン担当者に対して、介護予防に関する技術的助言を行います。 事業所への支援 介護予防に関する事業所内研修などを行う際に、リハビリ専門職を派遣します。
頻 度	事業所については、年度内 2 回まで
場 所	利用者自宅 サービス事業所
実施主体	日下病院、有限会社だいち、いなべ市社会福祉協議会に委託

（８）介護予防セミナー	
種 別	介護予防普及啓発事業
内 容	運動、口腔ケア、栄養、五感を使った創作活動、物忘れ予防に関する講話等を実施。
頻 度	毎月 1 回。6 種類の講座を前期（4～9月）と後期（10～3月）に開催。
場 所	北勢市民会館
実施主体	いなべ市社会福祉協議会に委託

# 各市町の介護予防事業

---

## いなべ市