

各市町の介護予防事業

朝日町

一般介護予防事業（全ての高齢者が利用できます）

（１）ハハハの歯つらつ教室（口腔機能向上）	
種別	地域介護予防活動支援事業
内容	歯科衛生士による口腔機能向上に向けた講話や実技などを実施。
頻度	全3回
場所	朝日町保健福祉センター
実施主体	朝日町保険福祉課（朝日町社会福祉協議会・朝日町地域包括支援センターと共催）

（２）朝日げんきクラブ健康づくり講座	
種別	地域介護予防活動支援事業
内容	高齢者が健康で生きがいのある生活を送るため、各講師のもと講座を実施。参加者は会員以外でも参加可能。
頻度	随時
場所	朝日町保健福祉センター
実施主体	朝日町老人クラブ連合会

（３）さわやか学校	
種別	介護予防普及啓発事業
内容	映画・集い・ヨガ・運動を実施。
頻度	月4回
場所	朝日町保健福祉センター
実施主体	朝日町地域包括支援センター

（４）認知症予防教室	
種別	介護予防普及啓発事業
内容	加齢と共に起こる筋力低下・閉じこもり・認知症などの症状を軽減・予防を目的としたダンスを実施。
頻度	月1回
場所	朝日町保健福祉センター
実施主体	朝日町地域包括支援センター

各市町の介護予防事業

朝日町

(5) さわやか配食サービス	
種別	地域介護予防活動支援事業
内容	管理栄養士の指導のもと、高齢者世帯のための配食サービスを実施(食材費300円負担)。
頻度	週1回
場所	
実施主体	朝日町保険福祉課・朝日町社会福祉協議会・朝日町食生活改善推進協議会

(6) 朝日げんきサロン	
種別	地域介護予防活動支援事業
内容	各地区老人クラブを中心に憩いの場を提供。参加者は会員以外でも参加可能。
頻度	随時
場所	各地区公民館・朝日町保健福祉センター等
実施主体	朝日町保険福祉課・朝日町老人クラブ連合会

(7) 男の運動教室	
種別	介護予防普及啓発事業
内容	簡単な運動を通じて、健康な心身の維持・向上と居場所づくり、仲間づくり等の社会参加を支援する運動教室。
頻度	月2回
場所	朝日町保健福祉センター
実施主体	朝日町地域包括支援センター

各市町の介護予防事業

朝日町

その他事業

(1) 栄養改善	
種別	訪問型
内容	管理栄養士と個別面談による栄養指導(必要時訪問による栄養指導)を実施
頻度	随時
場所	朝日町保健福祉センター
実施主体	朝日町保険福祉課

(2) 閉じこもり予防・支援	
種別	訪問型
内容	保健師・看護師が訪問して、生活などの相談などを実施
頻度	随時
場所	各ご自宅
実施主体	朝日町保険福祉課

(3) うつ予防・支援	
種別	訪問型
内容	保健師・看護師が訪問して、生活などの相談などを実施
頻度	随時
場所	各ご自宅
実施主体	朝日町保険福祉課

(4) 健康体操	
種別	地域介護予防支援
内容	健康体操を10時から11時まで実施(月に1回看護師・保健師による血圧測定を実施)
頻度	週2回
場所	朝日町保健福祉センター
実施主体	健康体操グループ

現在、参加者の新規募集なし

各市町の介護予防事業

朝日町

(5) さわやかウォーキング会	
種 別	地域介護予防支援
内 容	ウォーキングを13時30分～14時30分まで実施(月に1回看護師・保健師による血圧測定を実施)
頻 度	週1回
場 所	朝日町保健福祉センター
実施主体	さわやかウォーキング会

(6) 健康相談	
種 別	地域介護予防支援
内 容	保健師・管理栄養士・看護師による健康相談(血圧測定、身長・体重・体脂肪・体内年齢測定、検尿、相談)を実施
頻 度	随時
場 所	朝日町保健福祉センター
実施主体	朝日町子育て健康課