図 1 生活機能評価の流れ

生活機能の低下なし

・般高齢者向けの介護

予防事業への参加

65歳以上の方を対象に様々な介護予防事業を行っ

ぜひ、ご利用・ご参加ください いつまでも元気で暮らしていただくため、 健康増進課公 て 995 3381 (1 ます。

生活機能検査を

を対象に生活機能評価を実施 クリストを基に、心身機能や しています (図1)。 提出いただいた基本チェッ 低下が見られる方

支援・要介護認定者を除く)市では、65歳以上の方(要 受けましょう! 用は、市が負担します。 い。なお、この検査に係る費活機能検査を受けてくださ 方は、市内委託医療機関で生 送しました。受診券が届いた なお、この検査に係る費

定された場合は、地域包括支て生活機能の向上が必要と判また、生活機能検査によっ 援センターの専門職と話し合 介護予防ケアプランを作

生活機能評価受診券を発 成します。

介護予防· はじめま ょ

者向けのサービスがありま者向けのサービスと特定高齢介護予防事業には、一般高齢 す。ぜひ、ご参加ください。

基本チェックリストにより

特定高齢者向けのサービス

特定高齢者向けの介護予防事業への

介護予防ケアプランを作成

地域包括支援センターの専門職(ケ アマネジャー等)と話し合いながら、

生活機能の低下あり

〔特定高齢者の候補者〕

■問診、身体計測、理学的検査

(血清アルブミン検査)

(介護予防プログラムへの参加の

●循環器検査(心電図)

●血圧測定

●貧血検査

●医師の判定

可否)

生活機能の向上が必要

と判定された場合

●血液生化学検査

参加

基本チェックリストによる判定

※対象となった方には、 通知を郵送します。 めの訓練などを行います。 一般高齢者向けのサービス むせることを軽減するた

①介護予防健康体操教室 ビスです。 歳以上の方を対象としたサ 実施期間3ヵ月間 生活機能に低下のない、 (週 1回

み込むことをスムーズにしたの健康を保つための助言や飲士などの指導により、口腔内 コース)歯科医師、 歯 科衛生

などを行います。 口腔体操・唾液腺マ

演会(年

③おいしく食べよう栄養教室 (年6回) 簡単に作れて栄養満点な食事 スのよい食事についての講話、

やこころ

る講演会の健康

(調理実習等)

を開催します。

⑥高齢者向け体操教室

いこ

おに随時掲載します。 ※①~⑤の日程は、広報やし

た結果、 ービスです。 特定高齢者候補者となり、 下が心配な方を対象としたサ た結果、栄養面や運動面の低師が行う生活機能検査を受け特定高齢者候補者となり、医

年8コー

のための筋力トレーニングや専門の指導員による高齢者

ストレッチを行います。自宅

でできる運動の紹介と実技、

他期間3カ月間 ①**運動器の機能向** 8コース) 向上教 週 1 回室 年実

ます。

運動継続のアド

ング、有酸素運動、ストレッの計画に基づき筋力トレーニ専門の指導員により、個別 しい場合は、送迎を行います(来所が難

期間3カ月間(全5回 年3) (全5回 年4) (全5回 ②栄養改善教室 カ月間(全5回 、低栄養などを予防するた管理栄養士などの指導によ 年2コース) 実施期間

コ**声**及) ②いきいきヘルスアッ 教室 (全 7 回 プ

活習慣の見直しの助言を行い養指導と運動指導により、生やストレッチを行います。栄 導員による筋力トレーニング理実習等)、また、専門の指いての講話、食事づくり(調 でバランスのよい食事に管理栄養士による、ヘル 0

等、介護予防に関する3回) 5介護予防に関する講

歯科衛生士による、 ④お口の健康教室(年

しを使ったブラッシング指導、

ッサージ 染め出 参加者が企画・運営し、

健師がお伺いし、お手伝いし域の公民館等に地域担当の保を行うグループ活動です。地 間と楽しみながら健康づくり

います。 の町会自治会などで行われて 平成21年4月現在、市内29 ます。

利用し 地 域包 # 括支援センター しょう!

ください。 お住まいの担当の地域包括支援センターをご利用 の専門家が高齢者の健康づくりをサポートします。 士・主任介護支援専門員(ケアマネジャー)など 地域包括支援センターでは、保健師・社会福祉

や困ったことがありましたら、 -困ったことがありましたら、お気軽にお問い合ご自分や家族のこと、近隣のことで心配なこと

運動器の機能向上教室の様子

名 称	担 当 地 域
東部地域包括支援センター やしお苑 (南川崎210−1) ☎998-8895	二丁目、木曽根、南川崎、 伊勢野、八潮1~7丁目
西部地域包括支援センター ケアセンター八潮 (鶴ヶ曽根1184-4) ☎994-5562	小作田、松之木、中馬場、 上馬場、西袋、柳之宮、南 後谷、中央1~4丁目、緑 町1・2・4丁目、八潮8 丁目
南部地域包括支援センター 埼玉回生病院 (大原455) ☎999-7717	大瀬、古新田、垳、大原、 浮塚、大曽根
北部地域包括支援センター やしお寿苑 (八條294-4) ☎930-5123	八條、鶴ヶ曽根、八潮団 地、伊草、伊草団地、新 町、緑町3・5丁目