

# 各市町の介護予防事業

## ◎津市

### ●一般介護予防事業（全ての高齢者が利用できます）

（１）元気アップ教室	
種 別	介護予防普及啓発事業
内 容	元気アップ体操や介護予防の講話、口腔体操、体力測定を行います。
頻 度	10回／年程度
場 所	市民センター等
実施主体	地域包括ケア推進室

（２）認知機能アップ教室	
種 別	介護予防普及啓発事業
内 容	認知症への理解を深め、認知症予防の講話や体操を行います。
頻 度	おおむね3か月間で6回コース
場 所	市民センター等
実施主体	地域包括ケア推進室

（３）転倒予防教室	
種 別	介護予防普及啓発事業
内 容	転倒防止や介護予防の講話、体操等を行います。
頻 度	約25回／年
場 所	委託先事業所等
実施主体	地域包括ケア推進室

（４）認知症予防教室	
種 別	介護予防普及啓発事業
内 容	健康保持や認知症予防の講話、レクリエーションを行います。
頻 度	約30回／年
場 所	委託先事業所等
実施主体	地域包括ケア推進室

（５）介護予防普及啓発事業	
種 別	介護予防普及啓発事業
内 容	各地域包括支援センターの職員が、センターの紹介や介護予防教室等を開催します。
頻 度	2回／月程度（地域によって異なる）
場 所	各地域の公民館、集会所等
実施主体	地域包括ケア推進室

## 各市町の介護予防事業

### ◎津市

(6) ふれあい・いきいきサロン事業	
種 別	地域介護予防活動支援事業
内 容	誰もが気軽に楽しく参加できるサロン活動を通して、介護予防や閉じこもり予防を図ります。
頻 度	1回以上/2か月（地域によって異なる）
場 所	各地域の公民館等
実施主体	地域包括ケア推進室

(7) 高齢者食生活改善推進事業	
種 別	地域介護予防活動支援事業
内 容	食事の工夫や高齢者の栄養について、食生活改善推進員と一緒に学びます。
頻 度	100回以上/年
場 所	各保健センター、公民館等
実施主体	地域包括ケア推進室

(8) 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	住民運営の通いの場に、理学療法士や栄養士、歯科衛生士が定期的に出向き、運動機能や口腔機能の向上、栄養改善に関与します。
頻 度	（理学療法士）1年目支援6回、2年目支援5回 （歯科衛生士・栄養士）6回
場 所	各地域の公民館、集会所等
実施主体	地域包括ケア推進室