

# 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）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	①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。 ②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	いなべ市社会福祉協議会に委託

（２）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	ふじわらデイサービスセンター内 青空ひろば
実施主体	いなべ市社会福祉協議会に委託

（３）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、員弁老人福祉センター
実施主体	いなべ市社会福祉協議会に委託

（４）いろいろコース	
種 別	地域介護予防活動支援事業
内 容	幅広い分野の介護予防活動に取り組む過程のなかで「楽しい」を互いに共有しあいながら取り組むことで、心身の健康を図ります。
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	ふじわらデイサービスセンター内 青空ひろば
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

(5) 青空ひろば	
種 別	地域介護予防活動支援事業
内 容	セミナー、カフェ、サロン等幅広いジャンルの活動を行いながら、住民による自主活動の創設を図ります。
頻 度	月 1 回
場 所	ふじわらデイサービスセンター内 青空ひろば
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。 ①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、歯科衛生士、管理栄養士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。 ②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、歯科衛生士、管理栄養士を派遣します。
頻 度	②事業所については、年度内 2 回まで
場 所	①利用者自宅 ②サービス事業所
実施主体	○リハビリ専門職：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 ○歯科衛生士：三重県歯科衛生士会桑員支部より派遣 ○管理栄養士：三重県栄養士会、認定栄養ケア・ステーション MZS より派遣