

「介護予防事業」の充実に努め、高齢者を支援します

「介護予防事業」とは、要支援・要介護状態にならないように、運動・栄養・口腔・うつ・閉じこもり予防に効果のある教室や講座、啓発などを行い、住みなれた地域で健康で生活していただけるように高齢者を支援する事業です。

現在、阿久比町では、次の事業を行っています。

一次予防事業・・・65歳以上の高齢者の方全員を対象とする事業です。

「元気アップ教室」 運動しながら心と体をリフレッシュして健康維持するための教室です。

「介護予防講演会」 いつまでも元気に暮らすコツを学びます。

「サロン活動（小地域福祉活動）」 一人暮らしや高齢者世帯の方を対象に、お茶を飲みながら気楽に集まってお楽しみを予防します。

「宅老所」 高齢者の方に趣味活動や軽運動などを行っていただき閉じこもりを予防します。

二次予防事業・・・65歳以上で基本チェックリストで生活機能の低下が認められる方を対象とする事業です。（基本チェックは町の健康診査の会場で受けられます）

「元気はつらつ教室」 運動機能の低下が認められた方に筋力トレーニングを行います。

「おいしく歯つらつ教室」 低栄養状態、口腔機能の低下が認められる方に食生活、口腔体操などを学んでいただきます。

そのほか、認知症関連事業として次の講座・教室を開催します。

「認知症サポーター養成講座」 認知症を理解し、認知症の人やその家族を支える人を養成する講座です。講座を受けて地域でできることを考えます。

「脳の健康教室」 脳の健康を維持して、“学び”を通じた人と人との交流を行い、生きがいづくりをします。

「認知症予防教室」 “みんなで笑って楽しく認知予防”をコンセプトに頭と体の体操を行います。

阿久比町では、平成12年度から閉じこもりがちな高齢者の要介護状態予防を目的として「生きがい活動支援通所事業（デイサービス）」を実施してきましたが、行政評価による事務事業の見直しにより、平成23年3月31日で廃止することを決定しました。4月以降も介護予防事業の充実に努め、高齢者を支援しますので介護予防事業をご利用ください。

問い合わせ先 保険課介護保険係 ☎(48)111(内228)

阿久比町地域包括支援センター ☎(48)111(内319)