

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、フレイル予防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等を紹介します。（15～60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、物忘れ予防に関する内容等を実施。
頻 度	不定
場 所	いなべ市内の文化施設等
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（毎週月曜日午後・毎週金曜日午前）
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18回（2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	高齢者のセルフマネジメント力の維持及び向上を図り、フィットネス機器等を活用し、参加者自身が自らの健康寿命の延伸を目指す活動を支援します。
頻 度	週 1 回（毎週水曜日）
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) 介護予防啓発	
種 別	地域介護予防活動支援事業
内 容	介護予防に関する認識や活動意欲の向上を図るため、健康寿命の延伸に繋がる情報提供を行うことで、高齢者がデジタル機器を活用して自己管理ができるように支援します。
頻 度	月 2 回程度
場 所	公式 LINE アカウントによる情報発信
実施主体	いなべ市社会福祉協議会に委託

(7) 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

各市町の介護予防事業

◎いなべ市

(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	<p>介護予防専門職（リハビリ専門職、歯科衛生士、管理栄養士）を派遣し、効果的な自立支援の方法を一緒に考えます。</p> <p>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、介護予防専門職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。</p> <p>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、介護予防専門職を派遣します。</p> <p>③集いの場における出前講座 市民が運営する集いの場等で介護予防に関する研修会を開催する際に、介護予防専門職を派遣します。</p>
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介護サービス事業所 ③集いの場
実施主体	<p>○リハビリ専門職：日下病院、有限会社だいち、三重県理学療法士会に委託</p> <p>○歯科衛生士：三重県歯科衛生士会桑員支部より派遣</p> <p>○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、中北薬品株式会社より派遣</p>