

各市町の介護予防事業

◎川越町

●一般介護予防事業（全ての高齢者が利用できます）

(1) かわごえパワーステーション（運動機能向上）	
種 別	介護予防普及啓発事業
内 容	ストレッチ、脳トレーニング、筋力トレーニングなど、「100歳になっても自活できるからだづくり」を目標に、楽しく体力づくりを行います。
頻 度	毎月2回程度（第2・4火曜日）
場 所	いきいきセンター
実施主体	川越町（健康推進課）

(2) 体にえ～よ～教室（低栄養改善）	
種 別	介護予防普及啓発事業
内 容	低栄養にならないための食事のとり方のポイントを紹介します。
頻 度	5地区 各地区年1回
場 所	各地区公民館
実施主体	川越町（健康推進課）

(3) 健口教室（口腔機能向上）	
種 別	介護予防普及啓発事業
内 容	いつまでもおいしく食べられるよう、お口の健康を保つためのポイントを紹介します。
頻 度	5地区 各地区年1回
場 所	各地区公民館
実施主体	川越町（健康推進課）

(4) 認ニン！教室（認知症予防）	
種 別	介護予防普及啓発事業
内 容	軽い運動をしながら、歌あり、笑いあり、楽しく元気に認知症予防を行います。
頻 度	月1回程度（5月～3月の原則第2水曜日）
場 所	いきいきセンター
実施主体	川越町地域包括支援センター

(5) 新オールだー'sだよ 全員集合！！（閉じこもり予防）	
種 別	介護予防普及啓発事業
内 容	60歳以上を対象に、みんなとお話したり音楽療法などで介護予防を行います。
頻 度	10地区 各地区年1回
場 所	各地区公民館、他
実施主体	川越町地域包括支援センター

各市町の介護予防事業

◎川越町

(6) 生活・介護支援サポーター養成講座	
種 別	地域介護予防活動支援事業
内 容	サロン活動の運営・支援や地域の見守り活動等を通じ、自身の介護予防や地域の高齢者の介護予防に取り組む人材を養成します。
頻 度	年1クール、全3回開催
場 所	いきいきセンターなど
実施主体	川越町地域包括支援センター

(7) サロン（通いの場）	
種 別	地域介護予防活動支援事業
内 容	主に健康体操や茶話会を行い地域の交流を図り、「孤独・孤立化」、「閉じこもり」を防ぎます。
頻 度	8地区9か所で毎月・隔月等に開催
場 所	各地区公民館、他
実施主体	生活・介護支援サポーター講座受講者、川越町地域包括支援センター