平成 29 年度（保存版）

前橋市の新しい総合事業

（介護予防・日常生活支援総合事業）

～住み慣れた地域で、
元気に自立した生活を続けるために～

介護保険制度が改正され、前橋市では平成29年４月から新しい総合事業（介護予防・日常生活支援総合事業）が始まります

新しい総合事業には、介護予防・生活支援サービス事業と一般介護予防事業があり、65 歳以上のすべての人とその支援のための活動に関わる人を対象としています。

介護保険の認定を受けなくても、一人ひとりの状態や必要性に合わせた多様なサービスを利用することができるようにスタートしました。高齢者の生活支援のニーズを地域全体で支えあい、住み慣れた地域で自分らしく生きがいをもって暮らし続けられることを目的としています。

平成29年３月１日発行
発行：前橋市介護高齢課

TEL:027-898-6276
FAX:027-223-4400

目　次

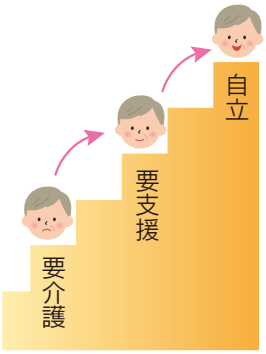
●新しい総合事業で変わること…… 2
●サービス利用の流れ…… 3
●総合事業で利用できるサービス
・訪問型サービス・配食サービス…… 4
・通所型サービス…… 5
・一般介護予防事業…… 6
●基本チェックリストのご案内…… 7
●地域包括支援センターのご案内…… 8

新しい総合事業で変わること

新しい総合事業の特徴

自立に向けた次のステップを目指します

介護予防ケアマネジメントに基づき、要支援状態から自立に向かうこと、また重度化を予防することを目指します。自立に向けての目標を立て、一定期間サービスを利用しながら、その達成に向けて取り組みます。また、支援を受けるだけでなく、「参加」「活動」の視点を取り入れ、高齢者自身が支援する側に回ることで、元気な高齢者が役割を持ちながら、いきいきとした生活を続けていくことが大切です。



●サービス利用の手続きの一部が簡素化されます

新しい総合事業の介護予防・生活支援サービス事業のみを利用する場合には、要介護認定を受けなくても、基本チェックリスト（7ページ参照）で事業対象者（介護予防・生活支援サービス事業対象者）に該当することで、サービスを利用することができます。また、一般介護予防事業は65歳以上のすべての人が利用できます。

●サービスの内容や利用料が多様化します

利用者のニーズに合わせて、既存の事業者だけでなく、市民ボランティアやNPO、民間企業などの多様な主体がサービスを提供できます。従来の訪問介護や通所介護に加えて、市の独自のサービスとして訪問型サービスや通所型サービス（4・5ページ参照）を実施します。

●必要なときにはいつでも要介護認定申請ができます

事業対象者となった後や、サービスを利用し始めた後も、必要なときにはいつでも要介護認定申請ができます。

◇介護予防サービスのうち「訪問介護」と「通所介護」が、新しい総合事業の「介護予防・生活支援サービス事業」に移行します

平成29年3月まで

介護サービス
《要介護1～5の人》
- 訪問介護
- 通所介護
- 訪問看護
- 通所リハビリテーション
- 福祉用具貸与　など

介護予防サービス
《要支援1・2の人》
- 訪問看護
- 通所リハビリテーション
- 福祉用具貸与　など

- **訪問介護**（ホームヘルプサービス）
- **通所介護**（デイサービス）

介護予防事業
介護予防の教室など

平成29年4月から

介護サービス
《要介護1～5の人》　これまでと同じ

介護予防サービス
《要支援1・2の人》
- 訪問看護
- 通所リハビリテーション
- 福祉用具貸与　など

新しい総合事業

介護予防・生活支援サービス事業
《要支援1·2の人、　基本チェックリストに該当した人》
- 訪問型サービス
- 通所型サービス
- その他の生活支援サービス（配食サービス）
- 介護予防支援事業（ケアマネジメント）

一般介護予防事業

サービス利用の流れ

65歳以上で、支援や生活改善が必要な人
（要介護・要支援認定者を含む）
お住まいの地域を担当する地域包括支援センター（8ページ参照）、
または前橋市役所１階　介護保険室窓口に相談します

希望するサービス、利用者本人の状態から
利用する事業をフローにより確認します

◆介護サービス、介護予防サービスを利用する場合
要介護・要支援認定を申請します
※40～64歳の人（第２号被保険者）は、要介護・要支援認定の申請を行います

◆介護予防・生活支援サービス事業のみ利用する場合
基本チェックリスト（7ページ参照）を受けます
お住まいの地域の地域包括支援センターの職員が、ご自宅などに伺い実施します

要介護
１～５の人

要支援
１・２の人

非該当
の人

生活機能の低下
がみられた人

自立した生活
が送れる人

**◆ケアプラン
の作成**

**◆介護予防ケア
プランの作成**

**◆介護予防ケアマネジメント
の実施**
地域包括支援センター等で本人や家族と話し合い、ケアプランを作成します

介護保険の介護サービスが利用できます

介護保険の介護予防サービスが利用できます※

※要支援１・２の人は、介護予防サービスと新しい総合事業の両方が利用できますが、内容が重複するサービスは、原則利用できません。

新しい総合事業

介護予防・生活支援サービス事業
が利用できます
- 要支援１・２の人
- 事業対象者（基本チェックリストの結果、介護予防・生活支援サービス事業対象者となった人）

一般介護予防事業
が利用できます
- 65歳以上のすべての人

総合事業で利用できるサービス

―介護予防・生活支援サービス事業―

利用できる人

●要支援1・2の人
●事業対象者（基本チェックリストの結果、介護予防・生活支援サービス事業対象者となった人）

訪問型サービス

訪問介護（ホームヘルプサービス）

ホームヘルパーが訪問し、身体介護や生活援助を行います。

＊身体介護…食事や入浴、排泄、更衣の介助など
＊生活援助…掃除、洗濯、買い物、調理など

訪問型サービスA（生活援助のみ）

生活援助（掃除、洗濯、買い物、調理など）が必要な方にホームヘルパー等（一定の研修受講者を含む）が訪問し、サービスを提供します。

訪問型サービスC（短期集中予防サービス）

運動・栄養・口腔・認知症予防・閉じこもり等に対応したプログラムを、3か月程度の短期間に集中して実施するサービスです。専門職（理学療法士、作業療法士、管理栄養士、歯科衛生士、保健師等）がご自宅に訪問します。

訪問型サービス比較表（平成29年4月～）

	訪問介護	訪問型サービスA		訪問型サービスC
こんな人におすすめ	身体介護が必要な人	生活援助のみのサービスが必要な人		短期間で生活機能を改善したい人
利用頻度等	週1～2回程度	週1～2回程度		週1回～月1回、1回60分程度
期　間	継続利用可	継続利用可		原則3か月
自己負担 ※1割負担の場合	週1回程度利用 …1,193円/月 週2回程度利用 …2,384円/月 週2回を超える程度利用（要支援2のみ） …3,782円/月	A-1（訪問介護事業所が実施）	A-2（民間企業・NPO等が実施）	無　料
		238円/回	205円/回	

※3月下旬の予算案の議決をもって確定となります。

配食サービス

目的　在宅で調理することが困難な高齢者や低栄養の予防・改善が必要な高齢者に対し、身体の状態を考慮した食事を定期的に提供することにより、食の自立を支援するとともに見守りを行います。

条件　65歳以上の高齢者で、事業対象者または要支援認定もしくは要介護認定を受けている人で、次の①か②のどちらかに該当し、③と④の条件を満たす人

①　低栄養のリスクがある人（BMI18・5未満かつ6か月で2kg以上の体重減少あり）
②　買い物や調理が困難で見守りが必要な人で、ひとり暮らしまたは高齢者のみの世帯または日中ひとりの人
③　介護保険料の滞納がない人
④　ケアマネジメントの結果、配食の必要性がある人

費用　1食500円（おかずのみは450円）以上の食事に200円を補助

回数　ケアマネジメントの結果、配食の必要がある曜日と回数

通所型サービス

通所介護（デイサービス）

通所介護施設で食事や入浴などの日常生活上の支援や、生活機能の維持向上のための機能訓練等を日帰りで提供します。

通所型サービスA（ミニデイサービス）

週1回、2時間程度のミニデイサービスです。ピンシャン！元気体操、レクリエーション、運動・栄養・口腔などの専門プログラムを実施します。

通所型サービスC（短期集中予防サービス）

短期間（3か月間）で集中的に専門職が関わることで、運動機能、口腔機能、栄養状態、生活習慣などの改善を目的とした教室形式のサービスです。左記の教室から選択できます。

◆歩行・動作軽やかスクール

歩行や立ち上がりなど日常生活の動作を安全に楽に行えるよう、筋力アップや関節痛の予防・改善など、個人の課題に合わせた運動方法を指導します。

◆ひざ腰らくらく教室

ひざや腰などの関節痛の改善と、転倒予防を目的に、柔道整復師が運動の指導や日常生活動作のアドバイスを行います。

◆楽楽食教室

食生活の見直しや口腔機能向上の方法を学び、栄養改善や食の自立、体力アップにつなげます。
管理栄養士や歯科衛生士の講義や実技を通して元気の秘訣を学びます。

◆脳活教室

運動や食・睡眠などの生活習慣を見直し、記憶力や注意力を鍛える知的活動や運動を通して、身体と脳の健康に役立つ講義や実技を行います。

通所型サービス比較表（平成 29 年 4 月～）

	通所介護	通所型サービス A	通所型サービス C
こんな人におすすめ	入浴や食事など日常生活の支援が必要な人	外出・交流と軽い運動を希望する人	短期間で生活機能を改善したい人
入浴・食事	○	×	×
送　迎	○	○	×
利用頻度・時間	週１～2回・半日または1日	週1回・2時間	週1回・2時間
期　間	継続利用可	継続利用可	原則3か月
自己負担 ※１割負担の場合	要支援１、事業対象者（週１回程度） ･･･1,670 円 / 月 要支援２、事業対象者（週２回程度） ･･･3,425 円 / 月	送迎なし　300 円 / 回 送迎あり　500 円 / 回	無　料 （※楽楽食教室のみ月１回程度調理実習材料費 300 円）
会　場	市内デイサービス	市内８会場	前橋市総合福祉会館 ※ひざ腰らくらく教室のみ群馬県柔道整復師会館

※３月下旬の予算案の議決をもって確定となります。

介護予防のための教室や体操に参加しましょう

利用できる人 ●65 歳以上の人

ピンシャン！元気体操

前橋市では、誰でも簡単に行えるオリジナルの体操「ピンシャン！元気体操」をたくさんの会場で実施しています。

会　場	住　所	日時（祝日を除く）	連絡先
総合福祉会館 健康増進室	日吉町二丁目 17-10	火～金曜日 9:30 ～、10:45 ～	TEL:231-3161
しきしま老人福祉センター 体操室	荒牧町 1154-1	月～土曜日 11:00 ～、13:00 ～	TEL:233-2121 FAX:234-0232
ひろせ老人福祉センター 機能訓練室	広瀬町二丁目 16	月～土曜日 10:15 ～、11:15 ～、14:00 ～	TEL:261-0880 FAX:261-0879
おおとも老人福祉センター 体育館　第３クラブ室	大友町一丁目 12-10	月～土曜日 10:30 ～、13:20 ～	TEL:252-3077 FAX:252-3207
かすかわ老人福祉センター プレイルーム	粕川町前皆戸 189-1	月～金曜日　10:30 ～	TEL:285-3801 FAX:285-3817
ふじみ老人福祉センター 体操室	富士見町田島 866-1	月曜日　13:20 ～、14:30 ～ 木曜日　9:40 ～、11:00 ～	TEL:288-6113 FAX:288-6893
みやぎふれあいの郷 健康増進室	柏倉町 2621	月曜日、水曜日（第 3 水曜を除く） 10:30 ～	TEL:283-8633 FAX:283-8630

■ピンシャン！元気体操の CD を貸出しています。
前橋市介護高齢課　前橋市立図書館　各公民館図書館　各老人福祉センター

ピンシャン体操クラブ

介護予防サポーターが中心となり、「ピンシャン！元気体操」全 6 曲を月 2 回以上の頻度で行うグループです。開催場所や日時は、お問い合わせください。

ふれあい・いきいきサロン

身近な地域で開催されるふれあい・いきいきサロンは、誰もが気軽に参加できる交流の場として多くの方に利用されています。

■前橋市社会福祉協議会
☎027-237-1112　FAX 027-219-0337

講師を派遣します！健康教育講座

地域の高齢者の集いに市職員（専門職）が出向き、講話を行います。

テーマの例
- はじめていますか？介護予防
- 自分の体力どのくらい？
- 食べることを大切に
- 元気の源はお口から
- 認知症予防と脳活レク

参加しましょう！介護予防教室

関節痛予防、認知症予防、栄養改善等を目的とした介護予防教室を随時開催しています。教室の詳細は、前橋市の広報やホームページでご案内しています。

地域での活動をはじめてみませんか

介護予防活動ポイント制度

高齢者が地域で行う介護予防活動や、介護保険施設等での活動をポイントとして評価し、景品と交換することで、個人の健康増進・介護予防や地域住民の助け合いを促進する制度です。

■前橋市社会福祉協議会ボランティアセンター
☎ 027-232-3848　FAX 027-232-3848

介護予防サポーター

介護予防の知識・方法を習得して地域で実践できる人材を養成しています。初級・中級・上級研修を受講し、介護予防の輪を広げましょう。

認知症サポーター養成講座

認知症について正しく理解し、認知症の方や家族への支援を学ぶ講座を開催しています。

上記の教室や研修の開催等の詳細、申し込みについてのお問い合わせ
■前橋市　介護高齢課　介護予防係　☎ 027-898-6133　FAX 027-223-4400

基本チェックリストのご案内

65歳以上の方が元気に生活していくための心身の機能（生活機能）をチェックするものです。
要介護状態の原因となる生活機能の低下のサインを見逃さないように、まずは、自分の日常生活を定期的にチェックし改善をこころみましょう。

■各質問の「はい」「いいえ」の当てはまるほうに○をつけてみましょう

	No	質　問　項　目	回　答	
くらし	1	バスや電車で１人で外出していますか	はい	いいえ
	2	日用品の買い物をしていますか	はい	いいえ
	3	預貯金の出し入れをしていますか	はい	いいえ
	4	友人の家を訪ねていますか	はい	いいえ
	5	家族や友人の相談にのっていますか	はい	いいえ
運動	6	階段を手すりや壁をつたわらずに昇っていますか	はい	いいえ
	7	いすに座った状態から何もつかまらずに立ち上がっていますか	はい	いいえ
	8	15分位続けて歩いていますか	はい	いいえ
	9	この1年間に転んだことがありますか	はい	いいえ
	10	転倒に対する不安は大きいですか	はい	いいえ
栄養	11	6ヶ月間で2～3kg以上の体重減少がありましたか	はい	いいえ
	12	ＢＭＩ※が18.5未満ですか ※ＢＭＩ＝体重　kg÷身長　m÷身長　m （例　体重60kg÷身長1.65m÷身長1.65m=22）	はい	いいえ
口腔	13	半年前に比べて固いものが食べにくくなりましたか	はい	いいえ
	14	お茶や汁物等でむせることがありますか	はい	いいえ
	15	口の渇きが気になりますか	はい	いいえ
外出	16	週に１回以上は外出していますか	はい	いいえ
	17	昨年と比べて外出の回数が減っていますか	はい	いいえ
物忘れ	18	周りの人から「いつも同じことを聞く」などの物忘れがあると言われますか	はい	いいえ
	19	自分で電話番号を調べて、電話をかけることをしていますか	はい	いいえ
	20	今日が何月何日かわからないときがありますか	はい	いいえ
こころ	21	（ここ２週間）毎日の生活に充実感がない	はい	いいえ
	22	（ここ２週間）これまで楽しんでやれていたことが楽しめなくなった	はい	いいえ
	23	（ここ２週間）以前は楽にできていたことが今ではおっくうに感じられる	はい	いいえ
	24	（ここ２週間）自分が役に立つ人間だと思えない	はい	いいえ
	25	（ここ２週間）わけもなく疲れたような感じがする	はい	いいえ

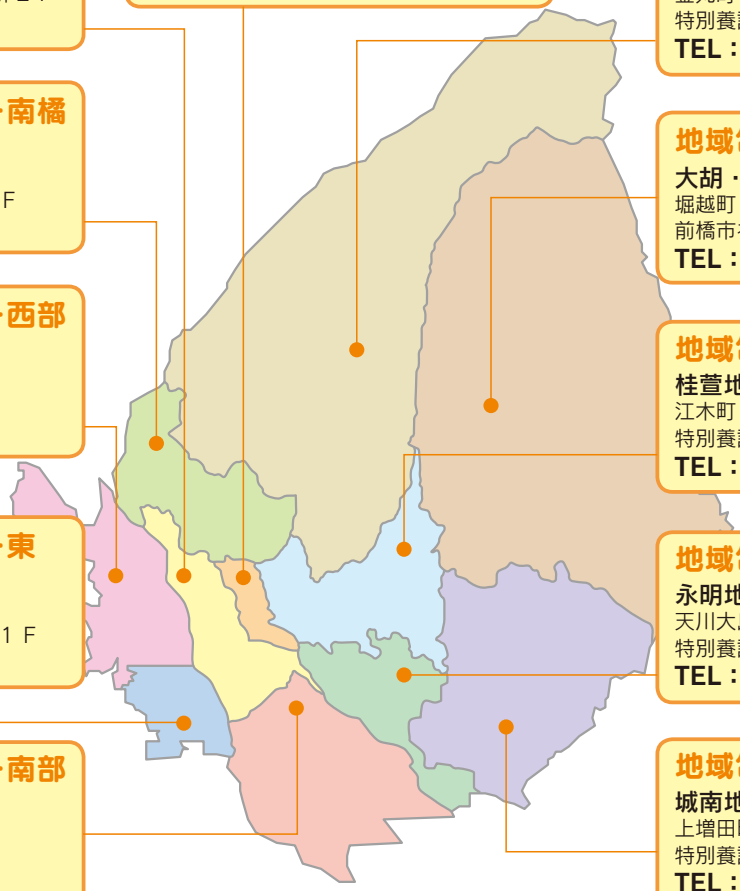
（このチェックリストは厚生労働省が作成したものです）

※ピンク色の回答に○がついた場合は、それぞれの分野で生活機能の低下が考えられます。
　健康づくりのために、介護高齢課介護予防係やお近くの地域包括支援センターにご相談ください。

地域包括支援センターのご案内

地域で暮らす高齢者の皆さんを総合的に支援するための窓口として、地域包括支援センター 11 か所と地域包括支援ブランチ 11 か所を設置しています

介護保険制度や総合事業のサービスのこと、高齢者が地域で暮らしていくためのさまざまな心配ごとは地域包括支援センターまたは地域包括支援ブランチへご相談ください。



地域包括支援センター中央東
若宮・城東・中川地区
日吉町二丁目 20-14
特別養護老人ホーム恵風園 1 F
TEL：027-260-6815

地域包括支援センター中央
北部・中部・南部・文京地区
大手町二丁目 12-1　前橋市役所 2 F
TEL：027-898-6275

地域包括支援センター北部
芳賀・富士見地区
金丸町 252-1
特別養護老人ホームほのぼの荘 1 F
TEL：027-230-2001

地域包括支援センター南橘
南橘地区
関根町 668
特別養護老人ホームせきね園 1 F
TEL：027-235-3577

地域包括支援センター東部
大胡・宮城・粕川地区
堀越町 1658-1
前橋市社会福祉協議会大胡支所
TEL：027-283-8655

地域包括支援センター西部
元総社・総社・清里地区
大友町三丁目 22-9
老年病研究所附属病院南
TEL：027-255-3100

地域包括支援センター桂萱
桂萱地区
江木町 1225-1
特別養護老人ホームやすらぎ園 2 F
TEL：027-264-0808

地域包括支援センター東
東地区
川曲町 536
特別養護老人ホームあじさい園 1 F
TEL：027-280-5590

地域包括支援センター永明
永明地区
天川大島町三丁目 705
特別養護老人ホームえいめい 1 F
TEL：027-290-2880

地域包括支援センター南部
上川淵・下川淵地区
朝倉町 830-1
前橋協立病院生協会館 1 F
TEL：027-265-1700

地域包括支援センター城南
城南地区
上増田町 600
特別養護老人ホーム上毛の里 1 F
TEL：027-267-9898

■地域包括支援ブランチ（11 か所）

地域包括支援ブランチ岩神	岩神町二丁目 5-5	027-235-5181
地域包括支援ブランチ群中	紅雲町一丁目 7-13	027-243-0080
地域包括支援ブランチシャリティエ	表町二丁目 18-8	027-221-6517
地域包括支援ブランチひろせ	広瀬町二丁目 16	027-261-0881
地域包括支援ブランチ春日の里	上佐鳥町 774	027-265-6688
地域包括支援ブランチあずま荘	上新田町 603-1	027-255-1511
地域包括支援ブランチきよさと	青梨子町 503	027-254-1400
地域包括支援ブランチすみれ荘	富田町 1180-1	027-268-5564
地域包括支援ブランチ元気の郷	粕川町月田 400	027-280-9111
地域包括支援ブランチあゆみの里	柏倉町 2189-223	027-280-2520
地域包括支援ブランチふじみ	富士見町小沢 207-1	027-288-1800