

# 介護予防教室のお知らせ

3月	藤崎会場 (藤崎老人福祉センター)	常盤会場 (常盤老人福祉センター)
脳トレ教室	(金): 6日、13日、 27日 (藤崎地区と常盤地区の合同開催)	(火): 3日、10日
にこにこわい健康教室	(火): 3日 (藤崎町文化センター)	(木): 5日
らく楽教室	(水): 4日 (藤崎町文化センター)	(水): 11日
げんき教室	(火): 10日	(木): 12日
脳トレ咲楽ん坊	第2 (水): 11日	第3 (水): 18日
おしゃべり&オレンジカフェ	(金): 6日	(金): 13日
筋力あっぷ教室 ※ (会場: ときわ会病院)	(金): 6日、13日、27日	
Action教室 ※ (会場: Action)	(金): 6日、13日、27日	

※筋力あっぷ教室・Action教室は役場介護保険係へ申請し、チェックリストに該当した方が参加できます。

## 一般介護予防教室のご紹介

### げんき教室

特別養護老人ホームさんふじのスタッフと一緒に体操をしたり、脳トレ、手工芸や料理教室などを行っています。

藤崎老人福祉センター 隔週火曜日  
常盤老人福祉センター 隔週木曜日



### にこにこわい健康教室

健康運動指導士の先生が、タオルやボール、新聞などを使って、トレーニングやストレッチ、リズム体操などを行っています。

藤崎町文化センター 隔週火曜日  
常盤老人福祉センター 隔週木曜日



### らく楽教室

町内外から講師を招きお茶や花、書道、絵画など幅広い趣味の教室を開催しています。

藤崎町文化センター 隔週水曜日  
常盤老人福祉センター 隔週水曜日



### 脳トレ教室

教材や「すじ盤」などを使い、読み書きや計算、仲間とおしゃべりを通して「脳の健康づくり」に取り組んでいます。

藤崎老人福祉センター 毎週金曜日  
常盤老人福祉センター 毎週火曜日



### おしゃべり&オレンジカフェ

誰もが自由に集い、おしゃべりなどを楽しむ場です。認知症サポーターでもある傾聴ボランティアがつづらげるようお手伝いしています。

藤崎老人福祉センター 第2金曜日  
常盤老人福祉センター 第3金曜日

### 脳トレ咲楽ん坊

認知症予防に役立つプログラムを活用し、音読や計算、レクリエーションなどを行っています。

藤崎老人福祉センター 第4水曜日  
常盤老人福祉センター 第3水曜日



※開催日については、変更となる場合があります。詳しくは『広報 Fujisaki』をご確認ください。

# 第87号 包括支援センターだより

令和8.3.1発行

## 「認知症サポーター養成講座」 in 明德中学校



▲講義の様子

▼メイトによる寸劇



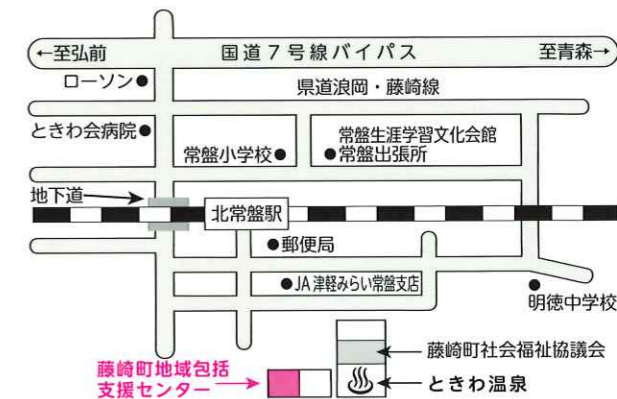
10月17日(金)藤崎町立藤崎中学校での講座に続き、12月3日(水)藤崎町立明德中学校において『認知症サポーター養成講座』を開催しました。

【認知症はどんな病気?】【認知症の方への接し方】をテーマとした講義を受講した後、【今日の講義を受けて認知症について理解できたこと】【認知症の人に自分ができること】についてグループで話し合いながら意見交換を行いました。また、講座のなかで【認知症の方への接し方】について寸劇によって具体的な対応などの学びを深めることができ、認知症について考える良い機会になったのではないかと思います。

受講した1学年生徒40名の皆さんには講座の後に『オレンジリング』を配布して、藤崎町の将来を担う新たな『認知症サポーター』が誕生しました。

## 藤崎町地域包括支援センター

相談受付時間	月曜日～土曜日 午前8時15分～午後5時15分
住所	藤崎町大字常盤字富田 67-1
電話番号	TEL 65-4155 FAX 65-4159



# 介護保険サービスを利用するための手順を知っておこう！



## 【相談・申請】

- ◎足腰が弱り手すりの設置や歩行器が必要。
- ◎リハビリを受けたい。
- ◎施設に入所したい。
- ◎ショートステイを利用したい。など



\*サービスを利用していないけど更新したら良いかしら…！？

\*知り合いが申請したから私も必要かな…！？

更新や介護申請をしたら良いか悩んだ時は『地域包括支援センター』へご相談ください。

介護申請や更新が必要かどうか一緒に考えましょう。



## 要介護認定

町役場



①『要介護(要支援)認定申請書』を役場へ提出します。

- 本人、ご家族が介護保険係で手続きできます。

\*手続きが困難な場合は地域包括支援センターや居宅介護支援事業所などに代行してもらうことができます。

②『認定調査』が行われます。

### <認定調査>

本人や家族に心身の状況などの聞き取り調査を行います。

### <主治医意見書>

主治医から介護を必要とする原因疾患などについて記載を受けます。



③審査・判定されます。

- コンピュータ判定で一次判定されます。
- 二次判定で保険、医療、福祉の専門家から構成された介護認定審査会で総合的に審査され、要介護状態区分が決まります。

④審査結果にもとづいて認定結果が通知されます。



## 要介護 1~5

居宅介護支援事業者を決めましょう  
(ケアマネジャー)

### <在宅>

- 訪問介護、訪問看護、訪問入浴
- 通所介護、通所リハビリテーション
- ショートステイ、福祉用具レンタル、住宅改修 など

### <施設>

- 特別養護老人ホーム  
(要介護 3 以上の人が対象)
- 介護老人保健施設  
(要介護 1 以上の人が対象)
- グループホーム  
(要支援 2 以上)

入所を希望する介護保険施設に直接申し込みます。包括支援センター・居宅介護支援事業所などに紹介してもらうこともできます。

## 要支援 1・2

原則、地域包括支援センターが担当します

### 総合事業

- 訪問型サービス(ホームヘルプサービス等)
- 通所型サービス(デイサービス)

### 介護予防サービス

- 通所リハビリテーション
- 訪問看護
- ショートステイ
- 福祉用具レンタル
- 住宅改修 など

### 総合事業該当

- 訪問型サービス
- 通所型サービス
- 筋力あつぷ教室

福祉用具レンタル、住宅改修は利用できません

介護(予防)サービスを利用できます  
(在宅サービス)

①ケアプラン作成を依頼

依頼する居宅介護支援事業者(要支援は包括支援センター)が市区町村に「居宅(介護予防)サービス計画作成依頼届出書」を提出します。

②ケアプランの作成

1. 利用者の状態を把握してサービス計画の原案を作成します。
2. サービス事業者との話し合い・調整をします。
3. ケアプランの作成を行い、利用者の同意を得ます。

③サービス事業所と契約

訪問介護や通所介護などを行う事業者と利用者が契約します。利用する前にサービス担当者会議を行います。

④在宅サービスを利用

◎生活に不安があり、デイサービスやヘルパーを利用したい。



◎筋力あつぷ教室に参加したい。

などなど



## 介護予防・日常生活支援総合事業利用申請

『基本チェックリスト』を行います。



### 基本チェックリスト

- この1年間に転んだことがありますか
- などの質問があります

65歳以上の人なら  
どなたでも利用できる  
「一般介護予防事業」もあります。

詳しくは  
裏面をご覧ください