

# かほく市の介護予防・生活支援サービス事業

## 対象者

- ① 要支援 1・2 と認定された方
- ② 基本チェックリストに該当してサービスが必要と判断された方（要支援に相当する方）

## 費用

サービスを利用した時は、原則として利用料の 1 割または 2 割を自己負担額として支払います。（下記の利用料は、自己負担 1 割の場合をめやすとして掲載しています。）

## ケアプランを作成…

総合事業の利用について相談する

### 介護予防ケアマネジメント

高齢者支援センターの職員などに相談し、サービスの種類や回数を決め、ケアプランを作成します。

ケアプランの作成及び相談は無料です。



## 訪問型サービス…

日常生活を手助けしてくれる家族がいないとき

### 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、心身の状況に応じた生活援助(掃除、洗濯、買い物、食事の準備や調理等)を行います。

- 利用回数 週 1 回～2 回
- 利用料 月額制で、利用回数により異なります。

1 ヶ月あたりの自己負担(1 割)のめやす

週 1 回の利用	1,168 円
週 2 回の利用	2,335 円

### 生活支援サービス

ホームヘルパー等が訪問し、生活援助(掃除・洗濯・調理等)を行います。

- 利用回数 週 1 回
- 利用料 月額制で、自己負担(1 割)は、1 ヶ月あたり 860 円です。



### 軽度生活援助サービス

シルバー人材センター会員による、簡単な生活援助(簡単な調理・掃除・ゴミの分別

- ・生活用品の買い物代行等)を行います。
- 利用回数 週 1 回 高齢者のみの世帯が対象です。
- 利用料 1 回ごとの支払いで、自己負担は、1 回あたり 200 円です。



## 通所型サービス… 施設に通う

### 通所介護(デイサービス)

デイサービスセンター等で、食事・入浴などのサービスや、生活機能の維持向上のための体操や筋力トレーニングなどを日帰りで行います。

- 利用回数 週 1 回～2 回
- 利用料 月額制で、利用回数により異なります。 1 ヶ月あたりの自己負担(1 割)のめやす  
利用するメニューによって別に費用が加算されます。  
※食費、日常生活費は別途負担となります。

週 1 回の利用	1,647 円
週 2 回の利用	3,377 円



### ミニデイサービス

デイサービスセンター等で、運動・レクリエーション等を行います。  
食事・入浴はありません。

- 利用回数 週 1 回
- 利用料 月額制で、自己負担(1 割)は、1 ヶ月あたり 1,430 円です。



# かほく市の一般介護予防事業

## 地区での介護予防あれこれ講座

- 介護予防のための生活習慣や運動を身につけるための講座です。  
生活習慣病予防、認知症予防、転倒予防、膝・腰痛予防、筋力アップ等から、地域の要望に応じた内容の講座を開催します。
- 「めざせ! いきいき百歳体操体験講座」も行っています。



## 地域での自主運動グループの活動支援

- 地域では、「めざせ! いきいき百歳体操」自主運動グループをはじめ、介護予防のための運動サークル、健康クラブなどたくさんの運動グループが活動しています。
- 自分の足で歩いて通える身近な場所での定期的な通いの場をご紹介したり、住民主体の自主運動グループの立ち上げ支援を行なっています。

# その他の高齢者を支える福祉サービス

## 緊急通報システムの設置

利用できる人：一人暮らし又は高齢者のみの世帯で、安否確認の必要な方  
内容：緊急通報システム機器を貸与し、緊急時にオペレーターが緊急連絡先に安否確認を要請します。  
自己負担額：通話料など



## 見守り配食サービス

利用できる人：一人暮らし又は高齢者のみの世帯で、買物・調理が困難で、かつ安否確認する人が身近にいない方  
内容：栄養バランスの取れた高齢者用の食事(昼食・夕食)を配達し、利用者の安否確認を行います。  
自己負担額：食材費など



## GPS 機能付端末機の購入助成

利用できる人：徘徊のみられる認知症高齢者を介護しているご家族  
内容：徘徊行動時に位置情報を検索するためのGPS 機能付端末機の購入費用を一部助成します。  
助成額：端末機購入に要する初期費用。上限額 15,000 円  
自己負担額：購入後の毎月の基本料、位置情報検索料がかかります。



## 見守り高齢者登録制度

利用できる人：認知症等により行方不明になる可能性のある高齢者を在宅で介護しており、登録を希望されるご家族  
内容：万が一の行方不明時に備え、早期発見に必要な個人の情報や写真を登録しておきます。必要時にかほく市内の関係機関（警察署、消防署、協力関係機関等）にいち早く情報を提供し対応します。