

特定高齢者の対象となったかたは 介護予防教室に参加しましょう

健康福祉課 地域包括支援センター ☎1182

生活機能評価受診から介護予防教室参加までの流れ

健康福祉課介護保険係から生活機能評価受診券を発送

かかりつけ医などで受診

医師の判定により生活機能に低下があり、介護予防事業の利用が望ましいと判断されたかたを地域包括支援センターの職員が訪問し、本人の身体状況や生活状況を確認させていただきながら介護予防教室をお勧めします。

保健センターで介護予防教室「お元氣くらぶ」開催

- 運動機能に低下がみられたかた⇒運動教室への参加
- お口の機能に低下がみられたかた⇒お口の教室への参加
- 低栄養がみられたかた⇒管理栄養士による個別相談への参加

7月から11月にかけて要支援・要介護認定を受けていない65歳以上のかたを対象に生活機能評価を行っています。もう受診されませんか。

生活機能評価は、特定健康診査を受ける際に一緒に行います。心身の健康状態や日常生活動作などをチェックして、要介護状態となる原因を早期に発見するための検査です。

この検査の結果、生活機能に低下がみられ、医師から介護予防事業の利用が望ましいと判断されたかたを「特定高齢者」といいます。

市では、特定高齢者の対象となつたかたが、いつまでも元気に生活できるように介護予防教室「お元氣くらぶ」を開催しています。

要介護状態になることを防ぎ、自分らしくいきいきと暮らせるようにぜひ教室に参加しましょう。

参加されたかたの声

毎日の生活に張りが出て、歩くのが楽しくなりました。これからも足上げの運動を続けていきたいです。

教室で習ったお口の体操をしています。食事のとき、おせなくなりました。

食事中、食べこぼさないようになりました。

楽しかったです。みんなと話ができてよかったし、体操した後は体が軽くなりました。今も毎日、教室で習った体操を続けています。



介護予防教室「お元氣くらぶ」

- 場所 保健福祉センター ひだまり
- 開催時間 2時間程度
- 参加費 無料
- 日程 かわしくは、訪問したときに説明します。