

短期集中型通所サービスのご案内

尾道市では、高齢者が住み慣れた地域の中でいきいきと自分らしく暮らせるように、生活機能の低下が認められた方を対象に体やこころの機能を維持・向上することを目的に、「短期集中型通所サービス」を行っています。

【短期集中型通所サービスを利用できる人】

次のどちらかに該当する人。

- ① 基本チェックリストを実施し「運動」「栄養」「口腔」「総合（10/20点以上）」「閉じこもり」「認知」「うつ」の7項目のいずれかに該当し、「事業対象者」と判定された人。（基本チェックリストとは、国が定めた25項目の質問で、生活機能が低下しないかを調べるものです。）
- ② 要支援1、要支援2の認定を受けた人。

【内容】 *教室によってプログラムの内容が異なります。

- ① 運動器の機能向上のプログラム
- ② 口腔機能向上のプログラム
- ③ 栄養改善のプログラム

【利用回数など】 *教室によって実施方法や回数等が異なります。

（参加費）無料 （送迎）必要時あり （期間）3～6か月間
（回数）週に1～2回（1回2時間程度）



【短期集中型通所サービスを実施している教室】

教室名	定員	参加者の地区	担当地域包括支援センター
おのみち元気塾	20	旧尾道地区	尾道市地域包括支援センター (Tel0848-56-1212)
			尾道市西部地域包括支援センター (Tel0848-21-1262)
		高須地区	尾道市東部地域包括支援センター (Tel0848-56-0345)
よしはら元気くらぶ	10	向東・向島地区	尾道市向島地域包括支援センター (Tel0848-41-9240)
ピーチ健康プラザ	10	百島地区	尾道市東部地域包括支援センター (Tel0848-56-0345)
浦崎すこやか塾	10	浦崎地区	
ハッスル尾道	10	原田・木ノ庄東 美ノ郷(三成以外) 地区	尾道市北部地域包括支援センター (Tel0848-76-2495)
		西藤地区	尾道市東部地域包括支援センター (Tel0848-56-0345)

※裏面に続く

みつぎいきいきクラブ	15	御調・木ノ庄西地区	尾道市北部地域包括支援センター (Tel0848-76-2495)
みなりちから塾	10	美ノ郷町三成地区	尾道市北部地域包括支援センター (Tel0848-76-2495)
		栗原・平原 久山田地区	尾道市西部地域包括支援センター (Tel0848-21-1262)
因島リハビリ倶楽部	10	因島地区	尾道市南部地域包括支援センター (Tel0845-24-1248)
ハッスル因島	10		
シトラス貯筋部瀬戸田	10	生口島地区	尾道市南部地域包括支援センター(瀬戸田支所) (Tel0845-27-3847)

☎問合せ先 担当の地域包括支援センター もしくは
高齢者福祉係 0848-38-9137

一般介護予防事業のご案内

65歳以上のすべての高齢者が利用できる事業です。
市内各地域で、住民同士の交流の場や体操教室等を開催しています。ぜひご参加ください。

①シルバーリハビリ体操事業



シルバーリハビリ体操は、介護予防を目的に考案された、「いつでも・どこでも・だれでも・どんな姿勢でも」できる体操です。市が開催する養成講習会を受講した、シルバーリハビリ体操指導士が市内各地で体操教室等の活動を行っています。お住まいの地域で開催している教室をご紹介しますので、お問い合わせください。

☎問合せ先 高齢者福祉係 0848-38-9137

②ふれあいサロン



地域の集会所等で、住民ボランティアが主体となって高齢者の介護予防や住民の交流の場として「ふれあいサロン」を開催しています。サロンにより、開催日時やメニューなどが異なりますので、詳しくはお問い合わせください。

☎問合せ先 社会福祉協議会 0848-22-8385