

65歳以上の方へ

## 介護予防・日常生活支援総合事業 のご案内

介護予防・日常生活支援総合事業は、いつまでも住み慣れた地域で元気に暮らす高齢者のために、自立した生活の手助けとなるサービスの提供や集いの場を促進する事業です。



### 地域包括支援センター

おおむね長岡中学校区にお住まいの方

#### ➤東地域包括支援センター

神足2丁目3-1 長岡京市立総合交流センター  
(バンビオ1番館)2階  
電話 (075) 963-5508  
FAX (075) 958-6909  
午前8時30分～午後5時 (平日・土曜日)

おおむね長岡第三中学校区にお住まいの方

#### ➤南地域包括支援センター

友岡4丁目114  
「老人保健施設アゼリアガーデン」内  
電話 (075) 957-1119  
FAX (075) 957-1130  
午前8時30分～午後5時 (平日・土曜日)

おおむね長岡第二中学校区にお住まいの方

#### ➤北地域包括支援センター

井ノ内朝日寺23  
「特別養護老人ホーム旭が丘ホーム」内  
電話 (075) 955-9007  
FAX (075) 955-4232  
午前9時～午後6時 (平日・土曜日)

おおむね長岡第四中学校区にお住まいの方

#### ➤西地域包括支援センター

奥海印寺走田1-1  
「特別養護老人ホーム竹の里ホーム」内  
電話 (075) 323-7889  
FAX (075) 951-2211  
午前9時～午後5時30分 (平日・土曜日)

各センターの担当区域と各中学校の区域が一部異なる場合がありますので、ご了承をお願いいたします。

## ➤介護予防・生活支援サービス事業

自立した生活をおくるための手助けとなるサービスです。

★自己負担のめやすは負担割合が1割の方の場合です。負担割合は、ご本人の所得の状況等に応じて、サービス費用の1割～3割です。

利用対象者：要支援1・2の認定を受けた人  
基本チェックリストで事業対象者に該当した人

### 通所型サービス

施設に通って受けるサービスです。

名称・自己負担のめやす		内容			
介護予防通所介護相当サービス		・通所介護施設で、食事や入浴などの日常生活上の支援や、生活行為向上のための支援、目標にあわせた選択的サービス(※)が利用できます。 ※口腔・運動器の機能向上、栄養改善指導			
		入浴あり		入浴なし	
		送迎あり	送迎なし	送迎あり	送迎なし
月額	事業対象者・要支援1	1,879円	1,486円	1,691円	1,298円
	要支援2(週1回程度)	1,879円	1,486円	1,691円	1,298円
	要支援2(週2回程度)	3,784円	2,999円	3,408円	2,622円
回数	事業対象者・要支援1 ※1月の中で3回まで	456円	358円	410円	312円
	要支援2(週1回程度) ※1月の中で3回まで	456円	358円	410円	312円
	要支援2(週2回程度) ※1月の中で7回まで	468円	369円	422円	323円
たっしあ Tassia 1回 300円(全員一律) 【場所】神足3丁目17-21		・機能訓練、レクリエーションのほか、筋力アップや口腔ケア、栄養改善を目的としたプログラムが用意されているデイサービスです。 ・原則週1回利用 ・2～5時間/回 ・希望者には無料送迎あり			
クラブコング 1クール 4,800円(全員一律) 【場所】今里北ノ町12-3		・3か月を1クールとした短期間で運動・口腔機能向上をめざすプログラムです。 ・週1回(全12回) ・2時間程度/回 ・希望者には無料送迎あり			



## 訪問型サービス

ご自宅で受けるサービスです。



名称・自己負担のめやす	内容
介護予防訪問介護相当サービス ★週1回程度 1,259円/月 ★週2回程度 2,514円/月	・訪問介護員による身体介護や生活援助（掃除・洗濯・買い物など）を行います。
くらし支援訪問サービス 1回 190円(全員一律) 原則週1回程度の利用	・くらしヘルパー(※1)が生活援助のみを行います。 ※1 長岡京市くらしヘルパー養成講座修了者

※同居家族がおられる場合など、利用できない場合もあります。

## ➤一般介護予防事業

### 金曜いつまでも元気教室

【実施日】毎週金曜日

【時間】午後1:30～1時間程度

【場所】バンビオ1番館

【内容】介護予防に関する講話とシルバーヨガなど週によって内容が異なります。

利用対象者：65歳以上の方

自己負担（1回）100円

### あったかふれあいセンター（日曜・祝日・年末年始を除く）

【時間】午前10:00～午後4:00

【場所】「長岡京市立あったかふれあいセンター」

長岡京市天神二丁目16-2（長岡公園南・駐車場なし）

【実施日】月曜日～金曜日（予約不要）

【内容】運動の時間あり

昼食あり（20食限定）※予約必要、1食500円

その他、講座や教室を実施

※土曜は講座の実施があります。（不定期）

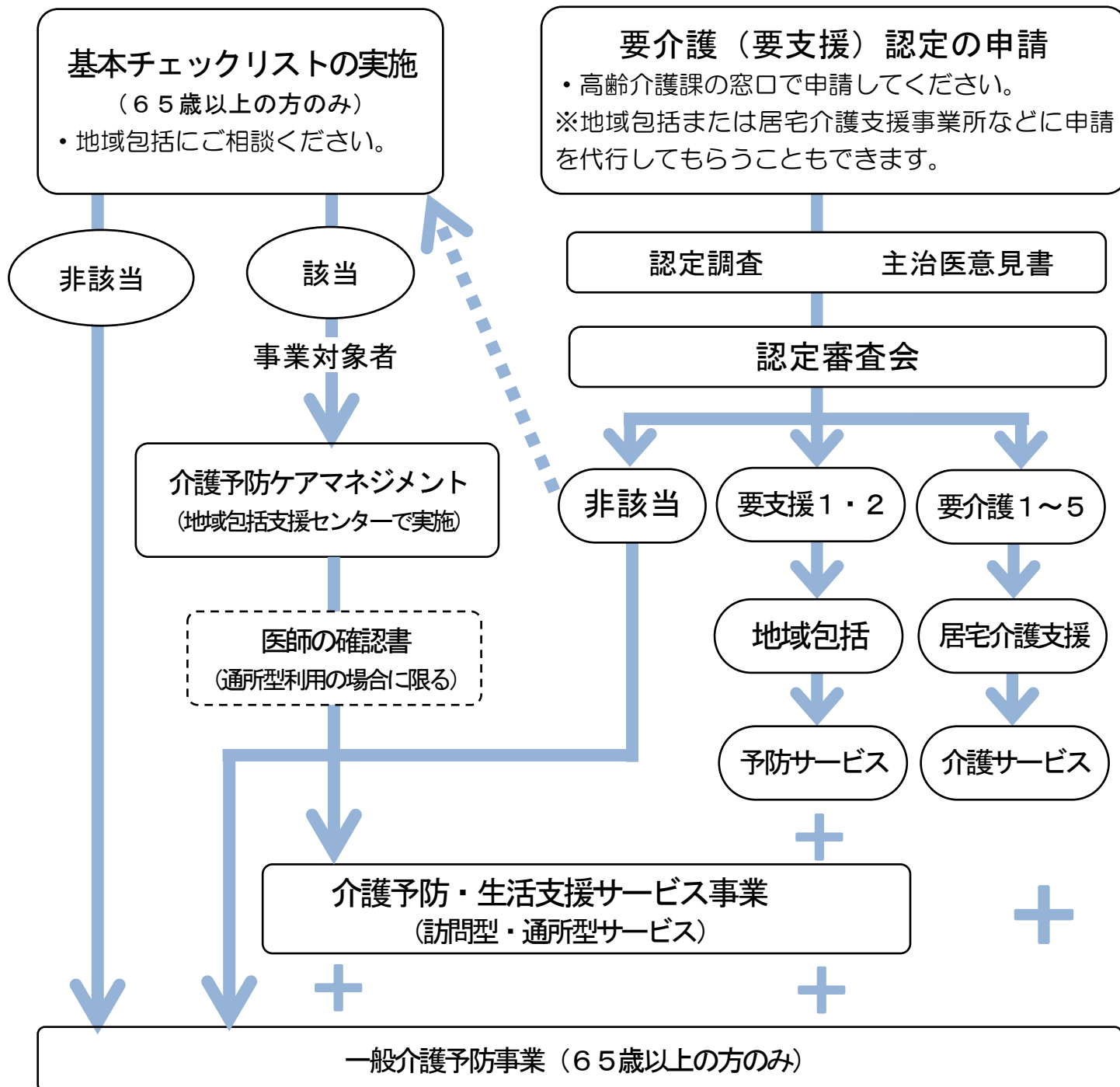
詳しくは広報長岡京をご覧ください。

どなたでもご参加いただけます



## ➤ サービス利用までの流れ

1. 利用相談は、担当の地域包括支援センター（地域包括）で行います。
2. 介護予防・生活支援サービス事業のみを利用される場合は、基本チェックリストに基づき判定します。
3. 事業対象者に該当した際は、地域包括がサービス計画を作成してサービス開始となります。



### 基本チェックリストとは？

基本チェックリストは、25の質問項目で日常生活に必要な機能についてお尋ねします。生活機能の低下がみられ、長岡京市が事業対象者として決定すれば介護予防・生活支援サービスが利用できます。

### ＜一部抜粋＞

- バスや電車で1人で外出していますか？
- 転倒に対する不安は大きいですか？
- 週に1回以上は外出していますか？