

## 介護予防・健康づくり 地域の元気は地域の力で



市は「住み慣れた地域で健康・幸福に暮らせるまち」の実現に向け、取り組んでいます。その一つとして、高齢者の介護予防などの活動を行う、地域の皆さんで作る団体に対し、活動に必要な経費の一部を補助します。地域での活動に活用してください。

☎ 健康づくり推進課 ☎ 内線 1222、高齢福祉課 ☎ 内線 1309

### ■ 市内を進む介護予防・日常生活支援総合事業の輪

地域の皆さんや団体などが取り組む、介護予防活動や日常生活支援が各地域に広がっています。市の補助金交付が平成 29 年度から始まり、今までに 21 団体が活用しています。

- ▶ チラシを作成するパソコンや印刷機を購入し、多くの人に宣伝ができた
- ▶ ボランティアに対する謝礼や交通費に充て、支え手側の負担が軽減できた
- ▶ 新型コロナウイルス感染症対策の備品を購入し、安心して開催できた

### ■ 介護予防・日常生活支援総合事業とは

介護サービス事業者による介護予防サービスに加え、ボランティアの皆さんなど、地域の団体がサービスを提供します。65 歳以上の皆さんが、なるべく介護を必要としない暮らしを続けられるようにすることが目的です。

気軽に集える場所がある、話し相手がいる、困ったときに助け合える、これらが地域にそろうことで、住み慣れた地域で健康を保ち、生きがいを持って暮らすことができます。地域が元気になる介護予防・健康づくりを進めてみませんか。

### ■ 補助金交付団体の声

令和 2 年度から補助金を活用している「おしゃべり処 ほほえみ」に伺いました。

#### 歩いていける距離で介護予防（ほほえみ利用者）

家でのストレッチや脳トレは 1 人では継続できず、健康維持に不安がありました。「ほほえみ」は歩いて行けるので、気軽に体操などに参加でき、ほかの参加している皆さんは近所の方なので、楽しくおしゃべりもできます。地域の中に健康維持の場があり、とても助かっています。



#### 住み慣れた地域で活躍（ほほえみ代表 林義和さん）

家族の認知症の進行を緩やかにするため、市の介護予防講座で学んだことがきっかけです。そこで出会った桜が丘に住む皆さんと、自分の知識や時間を地域のために使いたいと思い、この桜が丘で活動を始めました。補助金のおかげで、多様なメニューを提供でき、皆さんに大変好評です。



### 介護予防・日常生活支援総合事業を行う団体を支援する補助金

#### ■ 一般介護予防事業

対象 地域の皆さんが主体となり、介護予防活動を実施する団体

- 要件
- ① 2 週間のうち 1 日 90 分以上継続し 6 カ月以上実施
  - ② 65 歳以上の高齢者が月 20 人以上参加（延べ人数）
  - ③ その他

#### ■ 介護予防・生活支援サービス事業

対象 地域の皆さんが主体となり、通いの場、訪問型生活支援サービスを行う団体

要件 週に 1 回、1 回 2 時間以上実施し、利用対象者が月 5 人以上参加

#### ■ 共通事項

補助額 ▶ 立ち上げ費：20 万円以内（改修費、備品購入費）※初年度のみ

▶ 運営費：15 万円以内/年

対象経費 会場代や講師謝礼、消耗品、印刷製本費、保険料など

締切 7 月 30 日（金）

※事前に担当課へご相談ください。

問い合わせ先 ▶ 一般介護予防事業…健康づくり推進課 ☎ 内線 1222

▶ 介護予防・生活支援サービス事業…高齢福祉課 ☎ 内線 1309