

## 15. 神戸市の介護予防サービス

(「事業対象者」「要支援1・2」の方が利用できるサービス)

### 神戸市介護予防・日常生活支援総合事業

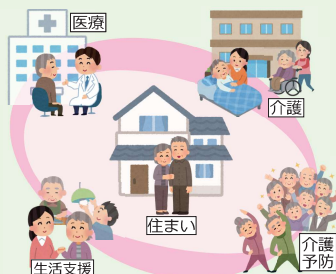
～住み慣れた神戸で安心して暮らし続けるために～

介護予防・日常生活支援総合事業（以下、総合事業）は、団塊の世代が75歳以上となる2025年に向けて、各地域の実情に応じた地域包括ケアシステムを構築していくために、介護予防の取組みと日常生活支援を多様な形で充実させていく事業です。

#### 【地域包括ケアシステム～地域全体で支え合えるしくみ】

地域包括ケアシステムとは、すべての高齢者が住み慣れた地域で安心して暮らしていけるよう地域全体で支えていくしくみのことです。

介護や支援が必要な状態になっても、地域で暮らしていくためには「住まい」を中心として「介護」や「医療」などのいざという時のためのサービスと、「介護予防」「生活支援」など、日常の中で必要なサービスが切れ目なく適切に提供される体制が必要です。



地域包括ケアシステムの実現のためには、お住まいの地域に関心を持ち、地域で生活する人々とつながり、ときには担い手として参加し、互いに見守り支え合うことが欠かせません。一人ひとりが自分事として考え、誰もが安心して暮らし続けられる、支え合いの地域を目指しましょう。

市町村ごとに、必要な支援やサービスなども異なります。神戸市では、以下の事業を実施しています。

- 対象者**
- ・要支援1・2の方
  - ・基本チェックリストで、生活機能の低下がみられた方（事業対象者）

- 利用者負担**
- サービスの利用にかかる費用は、サービスの種類によって違います。
- このうち9割（一定以上所得の方は8割または7割）は介護保険から給付され、1割（一定以上所得の方は2割または3割）が利用者の負担（自己負担）となります。
- ただし、介護予防ケアプラン等の作成には、自己負担はありません。（※一部例外あり）

- 利用の上限**
- サービスの利用には、1か月あたりの上限が設けられています。
- 詳しくは「神戸市の介護保険のあらまし」をご確認ください。



#### 【サービスの内容】

##### 介護予防ケアマネジメント

「自分でできることはできる限り自分で行う」「できなくなったことも、再びできるようにする」ことを基本として、介護予防ケアプラン（介護予防サービス・支援計画）を作成し、この計画に基づいてサービスが提供されます。いつまでも住み慣れた地域で自分らしく暮らし続けるために、ご自身でできることを活かしながら生活できるように支援します。



何でもやってもらうじゃなくて、  
できないことを手伝ってもらって  
自分でできることを増やしたり、  
維持することが大切なんだね！！

介護予防サービスや日常生活への  
支援・相談が必要になった場合は、  
「あんしんすこやかセンター」  
にご相談ください。連絡先は巻末へ



##### 訪問型サービス

家事援助等については、自力や家族等で行うことが難しいかどうかなどを個別に判断し、利用者の自立をお手伝いしながら提供します。

##### 訪問型サービス 介護予防訪問サービス

###### 【どんなときに利用？】

- 買い物などの外出の支援をしてほしい
- 入浴するときの介助をしてほしい など

ホームヘルパーが自宅を訪問し、生活機能の維持・向上を図る観点から、身体介護や日常生活の援助を行います。



##### 訪問型サービス 生活支援訪問サービス

###### 【どんなときに利用？】

- かがんで行う掃除を手伝ってほしい
- 洗濯物を手伝ってほしい など

ホームヘルパーや一定の研修等を終了した従事者が自宅を訪問し、生活の援助を行います。



##### 訪問型サービス 住主体訪問サービス

###### 【どんなときに利用？】 ● ちょっとしたお手伝いをしてほしい など

NPO法人等の有償ボランティアにより、生活援助に加え、外出付添・犬の散歩・草むしり・電球の交換等を提供します。

##### 通所型サービス

##### 通所型サービス 介護予防通所サービス

###### 【どんな時に利用？】

- 施設に通って機能訓練に取組みたい
- 自分でできることを増やしたい など

デイサービスなどに通い、自立した生活を目指した機能訓練を行うほか、食事・入浴・送迎などの日常生活に必要な支援を提供します。また、心身の状態や目標に合わせたサービスを提供します。

##### 通所型サービス こうば彩アクティブ

(多彩プログラム型ミニデイサービス)

###### 【どんな時に利用？】

- 生活機能の低下は見られるが、状態は安定している
  - 身体介護などの専門職の支援は必要ではない など
- 週に1回90分以上で、運動と介護予防につながるレクリエーションなどを組み合わせた多彩なプログラムを実施します。

##### その他サービス フレイル改善通所サービス

###### 【どんなときに利用？】

- フレイル予防に取り組みたい
  - 運動習慣や生活習慣を改善したい など
- フレイル改善のための栄養（食・口腔）、運動、社会参加をバランスよく取り入れた6ヶ月間のプログラムです。フレイル予防に関する宿題の提供や提案を行い、自宅や地域でのフレイル改善の取り組みの継続を支援します。
- サービス終了後も利用者の目標に向けた地域での健康づくりや社会参加を支援します。

利用料：1回200円（月800円）