

## 介護予防・日常生活支援総合事業

## 介護予防・日常生活支援サービス事業

## 【通所型サービスA事業】

| 種類             | 内容                                                                   | 利用対象者/日時/費用                                                                                | 場所                          | 担当係 |
|----------------|----------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------|-----|
| わんから<br>デザイナーズ | 集団での体操や運動、参加者同士のレクリエーションなどの交流活動を実施し社会参加を促す。また、栄養状態の維持・改善のために食事を提供する。 | 《対象者》要支援認定者、事業対象者<br>《日時》毎週火曜日（週1回）10：00～15：00<br>《利用期間》6か月<br>《費用》550円（昼食代）＋利用料300円 計850円 | 場所：読谷村生き生き健康センター2階<br>※送迎あり | 包括  |

## 【通所型サービスC事業】

| 種類     | 内容                                                      | 利用対象者/日時/費用                                                                    | 場所                          | 担当係 |
|--------|---------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------|-----|
| ちむぐる教室 | 理学療法士が身体状態を評価し、身体機能改善のための運動プログラムを実施。また、在宅で継続可能な運動を指導する。 | 《対象者》要支援認定者、事業対象者<br>《日時》毎週火・金曜日（週2回）13：00～15：00<br>《利用期間》3か月（最長6か月）<br>《費用》なし | 場所：かなさん内科リハビリクリニック<br>※送迎あり | 包括  |

## 【訪問型サービスC事業】

| 種類      | 内容                                                       | 利用対象者/日時/費用                                                                             | 場所                            | 担当係 |
|---------|----------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------|-----|
| いちゃりば訪問 | 理学療法士が訪問し、個人目標の確認、体の状態や運動機能のチェック、個人に合わせた指導やサポートを短期集中で行う。 | 《対象者》要支援認定者、事業対象者<br>《日時》月曜日～金曜日（個別に相談）<br>《利用期間》3か月以内<br>回数・時間は目標内容に応じて個別に設定<br>《費用》なし | 実施場所：自宅など<br>委託先：訪問看護ステーション日々 | 包括  |

## 【訪問型サービスB事業】

| 種類     | 内容                                                                         | 利用対象者/日時/費用                                                                       | 備考                           | 担当係 |
|--------|----------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|------------------------------|-----|
| かじまやあー | 日常生活でのちょっとした困りごとに対し、有償ボランティア（読谷村に登録した生活支援サポーター）による、簡単な生活全般の支援（身体介護を除く）を行う。 | 《対象者》要支援認定者、事業対象者<br>《日時》月曜日～金曜日（個別に相談）<br>《利用回数》週1回 基本30分/回<br>《費用》利用者負担額 200円/回 | 実施場所：自宅など<br>委託先：一般社団法人 スマイル | 包括  |

## 一般介護予防事業

| 種類             | 内容                                                                                           | 日時/場所/利用対象者                                                                                                                  | 備考                                                                                     | 担当係 |
|----------------|----------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------|-----|
| ゆいまーる          | 自治公民館を拠点とした住民主体のミニデイサービスで、健康チェックを始め、体操、レク等を行い、地域住民の健康増進を図っています。                              | 毎月第2・4の週、2時間程度、各自治公民館で開催。<br>開催曜日・時間については、各自治会により異なります。<br>《対象者》老人クラブ等に参加できない高齢者や心身障がい者などの要支援者。<br>《費用》なし                    | ボランティアによるタクシー送迎あり。                                                                     | 老人  |
| チャーガンジュー<br>教室 | 外出の機会が少なくなったことで、身体機能や認知機能の低下が心配な高齢者を対象とし、より身近な地域を会場（主に自治公民館）とした短時間で運動教室を行います。                | 月2回、1回あたり1時間の教室<br>《実施する自治会ごとに曜日や時間帯が異なります》<br>（R8.4月現在、14自治会にて開催）<br>《送迎なし、費用負担なし》                                          | 講師派遣：4名<br>（各教室に講師1名）<br>健康運動指導士、介護予防トレーナー、スポーツインストラクター                                | 老人  |
| がんじゅー<br>プログラム | 読谷村健康増進センターにおいて、PT教室、ロコトレ、水中運動、3日体操教室等の運動機能向上プログラムを実施し、心身の健康づくり、介護予防、意識啓発を支援します。             | 令和8年4月1日～令和9年3月31日<br>読谷村健康増進センターにて開催。各プログラムによって開催曜日・時間が異なります。<br>65歳以上の方は費用負担なし（予約・受付を行うため、会員カード作成費は必要です。）                  | プログラムを受講するためには、健康増進センターにて会員登録（会員カード作成費500円）が必要。参加自由。ただし予約が必要です（定員あり）。<br>（受付：健康増進センター） | 老人  |
| がんじゅー～広場       | 足腰の衰え、膝や腰に痛みがあるために生活機能の低下が出てくる恐れのある方に対して『動作法』という適切な体の動かし方や力の入れ方、体の緊張のほぐし方を学ぶ体操教室です。          | 毎週月曜日 10:00～11:30<br>生き生き健康センター2階<br>65歳以上の方<br>《送迎なし、費用負担なし》                                                                | 委託先：合同会社LifeWave<br>スタッフ：3名<br>理学療法士、公認心理士、看護師                                         | 老人  |
| ちゃんぶる～広場       | 高齢者で地域のゆいまーるなどに参加が難しい方や障害のある方、こどもを持つ親を対象として、世代間の交流を深め、生きがいのある生活ができるよう支援します。                  | 毎週月曜日 13:00～15:00<br>読谷村地域福祉活動センター（読谷村診療所向かい）<br>（読谷村診療所向かい）<br>65歳以上の方（R2年度～感染症リスク低減のため、基本的に高齢者のみの参加としている）<br>《送迎なし、費用負担なし》 | 委託先：合同会社リハトピア<br>セルフティサービス                                                             | 老人  |
| はつらつ運動教室       | 参加者主体で、「ゆんだんじゃ健康体操」とスクエアステップを行う。参加者同士の交流を交えながら、筋力アップや認知機能向上に効果のある運動を取り入れています。                | 毎週火曜日 14:00～15:00<br>読谷村健康増進センター<br>65歳以上の方 《送迎なし、費用負担なし》                                                                    | 参加者主体で運営                                                                               | 老人  |
| 生き生きクラブ        | 介護予防トレーニングの指導のもと、膝・腰の痛みや転倒、物忘れなどの高齢者の悩みに効果のある椅子に座った体操を行います。                                  | 毎週水曜日 10:00～12:00<br>（第一部：10：00～11：00、第二部11：00～12：00）<br>生き生き健康センター2階<br>65歳以上の方<br>《送迎なし、費用負担なし》                            | 講師派遣：<br>介護予防トレーナー1名                                                                   | 老人  |
| コーヒーシャープ       | 家に閉じこもりがちな方や老人クラブやゆいまーるなど地域活動に参加が難しい方を対象に、介護が必要な状況にならないための外出するきっかけをつくり、生きがいのある生活ができるよう支援します。 | 毎週水曜日 14:00～15:00<br>読谷村地域福祉活動センター（読谷村診療所向かい）<br>65歳以上の方<br>《送迎あり、費用負担なし》                                                    | スタッフ：介護福祉士1名<br>レクボランティア1名、<br>看護師1名                                                   | 包括  |