

平成27年10月より

介護予防・日常生活支援総合事業

(総合事業) が始まります!



介護予防・日常生活支援総合事業(総合事業)とは？

団塊の世代の人が75歳以上になる2025年に向けてひとり暮らし高齢者、高齢者夫婦のみの世帯、認知症高齢者が増加していくことが予想されます。高齢者が住み慣れた地域で生活を続けられるよう地域全体で高齢者を支えるとともに、高齢者自身も自らの持つ能力を最大限に活かして要介護状態となることを予防することが大切です。そのための仕組みとして、介護保険制度において、介護予防・日常生活支援総合事業(総合事業)が創設されました。

武蔵野市では、「まちぐるみの支え合い」の仕組みを進めるために10月より総合事業を実施します。

平成27年9月 武蔵野市

総合事業の特徴

多様な主体による多様なサービスを展開していきます。

高齢者を含めた幅広い世代の市民、NPO、ボランティア、事業者等、様々な人、団体の活動を支援し、高齢者に対するサービスを充実します。

社会参加の視点を取り入れた介護予防を促進します。

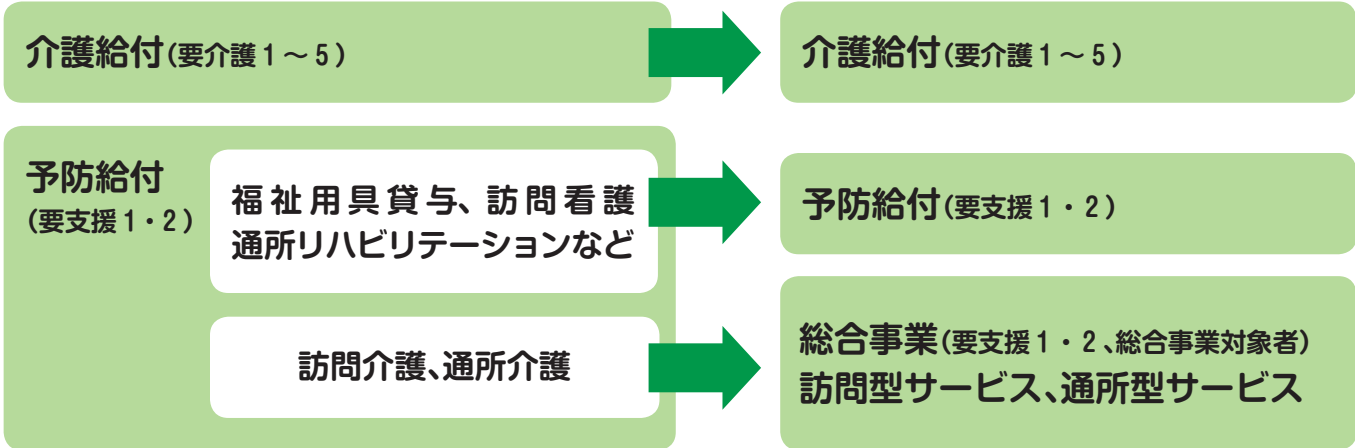
「心身機能」だけでなく、「参加」、「活動」の視点を介護予防に取り入れることで、高齢者が地域や社会の中での役割を持ちながら、いきいきとした生活を継続することを目指します。

介護予防訪問介護と介護予防通所介護が総合事業に移行します。

予防給付（要支援の人に対するサービス）のうち介護予防訪問介護（ホームヘルプサービス）、介護予防通所介護（デイサービス）を総合事業に移行し、市の事業（サービス）として実施します。また、これらの事業以外に、武蔵野市の独自の基準による訪問型サービス、通所型サービスを実施します。



- * 利用される方がどの事業所のどのサービスを利用したらいいかについては、地域包括支援センターの職員やケアマネジャーが、本人の意向や心身の状態などを確認した上で決定します。
- * 介護予防訪問介護、介護予防通所介護以外の要支援者に対するサービス（介護予防福祉用具貸与など）はこれまでどおり予防給付の中で提供します。
- * 従来の介護予防訪問介護、介護予防通所介護の利用者に同程度のサービスを提供することを基本としながら、武蔵野市の独自の基準による訪問型サービス、通所型サービスを開始し、利用料の軽減を図ります。



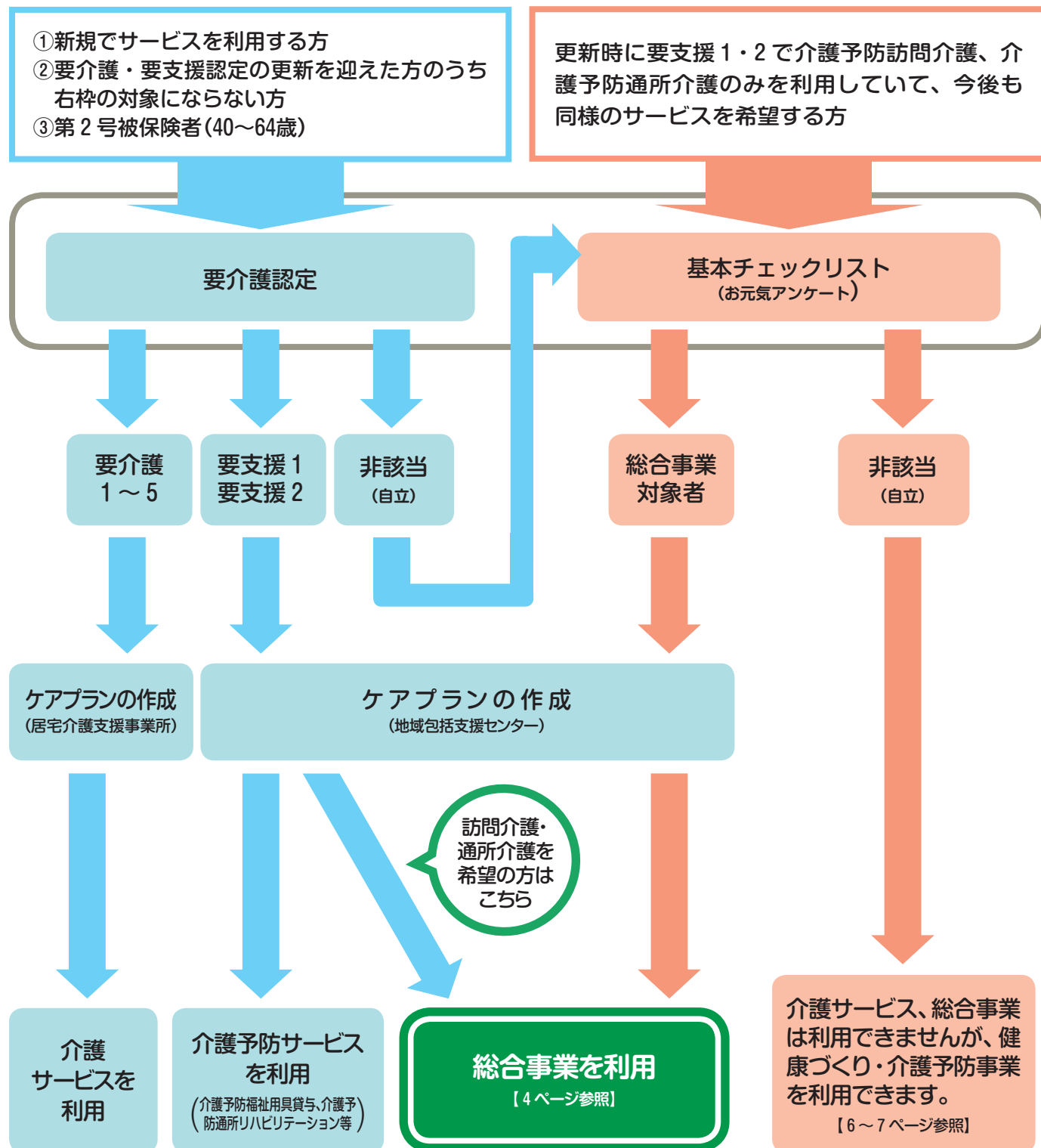
サービス利用の手続きの一部を簡素化します。

介護予防訪問介護、介護予防通所介護のみを利用する高齢者が、引き続きサービスの利用を希望する場合には、基本チェックリスト（お元気アンケート＜生活状況等についての簡易な質問＞）に回答することで要介護・要支援認定を受けずにサービスを継続して利用できるようになります。

総合事業を利用できる方

- ◆要支援1・2の方
- ◆基本チェックリスト(お元気アンケート)の結果により生活機能の低下が確認された方

利用までの流れ



総合事業のサービス

訪問型サービス

	国の基準による訪問型サービス (これまでの介護予防訪問介護と同じサービス)	新設 市の独自の基準による訪問型サービス 「いきいき支え合いヘルパー事業」
提供する人	訪問介護事業所のヘルパー	★訪問介護事業所のヘルパー ★武蔵野市福祉公社、シルバー人材センター等に所属する武蔵野市認定ヘルパー* *市が指定する研修を修了したヘルパー
内容	掃除、洗濯、食事の準備や調理等の生活支援 ※自分で行うことが難しい生活上の支援を行います。 ※家族のための家事や日常的な家事の範囲を超えることについてはサービスの対象となりません。	
提供時間/回	内容により異なります。	45分～60分/回
自己負担/月 (目安) *1割負担の場合	月毎の定額の利用料 ★週1回程度の利用が必要な場合 1,291円/月 ★週2回程度の利用が必要な場合 2,581円/月 ★週2回程度を超える利用が必要な場合 4,093円/月 ※初回時には加算があります。	利用回数に応じた利用料になります ★訪問介護事業所のヘルパー おおむね1,105円程度 ★武蔵野市福祉公社、シルバー人材センター等に所属する武蔵野市認定ヘルパー おおむね884円程度 ※金額は月4回の利用の場合 ※初回時には加算があります。

*利用にあたってはケアプランの作成が必要になります。

通所型サービス

	国の基準による通所型サービス (これまでの介護予防通所介護と同じサービス)	新設 市の独自の基準による通所型サービス	新設 短期集中機能訓練
提供する事業所	通所介護事業所		老人保健施設、クリニックなど
内容	運動機能向上プログラム等により身体機能の維持、改善を図ります。 ※施設により内容は異なります。		3か月間、リハビリ専門職(理学療法士・作業療法士、柔道整復師など)による筋力向上訓練を実施し、身体機能の改善を図ります。
提供時間/回	施設により異なります。	1時間30分以上3時間未満/回 もしくは 3時間以上/回 ※施設により異なります。	1時間程度/回 (週1または2回)
自己負担/月 (目安) *1割負担の場合	月毎の定額の利用料 要支援1:1,759円/月 要支援2:3,607円/月 ※個別サービスの利用により加算があります。	利用回数に応じた利用料になります 1,384円～1,636円/月 ※利用時間、送迎の有無によって金額が異なります。 ※個別サービスの利用により加算があります。 ※月4回利用の場合	1,300円～2,600円/月(予定) ※回数によって金額が異なります。

*利用にあたってはケアプランの作成が必要になります。

よくある質問

Q いつから総合事業を利用できるの？

A 武蔵野市では平成27年10月1日以降、総合事業を利用できます。現在、介護予防訪問介護、介護予防通所介護を利用している方は、**要介護（要支援）認定の更新後から**総合事業のサービスをご利用いただけます。

Q 今まで来ていたヘルパーさんは今後も来てくれるの？ これまでのデイサービスに同じように通えるの？

A どの事業所のサービスを利用するかは、ご本人の意向、心身の状態や生活状況を確認した上で、ケアマネジャーと相談しながら決めることとなります。これまで利用していた事業所が総合事業のサービスを提供している場合には利用を継続することができますので、地域包括支援センターの職員やケアマネジャーにご相談ください。

Q 市の独自の基準によるサービスは、従来のサービスと何が違うの？

A 市の独自の基準によるサービスは、総合事業の対象者の状態などを考慮して、武蔵野市独自の基準（人員配置や利用料など）を設定したサービスです。従来の介護予防訪問介護、介護予防通所介護の利用者にはこれまでと同程度のサービスが提供されるようにするとともに、自己負担が軽減するようにしています。（サービスの選択は本人の意向、心身の状態や生活状況を踏まえて行います。）

Q 総合事業を利用するにはどうすればいいの？

A 地域包括支援センターまたはお近くの在宅介護支援センターにご相談ください。（裏表紙参照）
※新規でサービスを利用する場合は要介護（要支援）認定を受ける必要があります。

Q 武蔵野市認定ヘルパーとは？

A 武蔵野市が独自に実施する研修を受けたヘルパーです。介護福祉士などの資格を持っていない方でも訪問型サービス（いきいき支え合いヘルパー事業）のヘルパーとして働くことができます。研修では、高齢者に関する基礎知識や家事援助の技術などを学びます。勤務開始後も継続的にフォロー研修を行うなど充実した支援体制を整えています。

Q 要介護の人も総合事業の訪問型サービス、通所型サービスを利用できるの？

A 総合事業は、要支援1.2または総合事業対象の方が利用できるサービスです（3ページ参照）。要介護1～5の方は介護給付のサービスをご利用いただけます。（利用にあたってはケアマネジャーにご相談ください）

お元気な方も一緒に利用できる健康づくり・介護予



筋力向上や仲間づくりのための体操教室

※申込期間のある教室は、その都度申込方法が市報に掲載されます。

地域健康クラブ ※申込期間あり

日時 週1回 午前または午後（※会場により異なる）
対象 市内在住の60歳以上
場所 コミュニティセンター等（18か所）
費用 無料
問い合わせ 高齢者総合センター
電話 51-1975

ストレッチ、リズム運動など体力レベルにより2コースあります。



不老体操 ※自由来所型

日時 週1回 午後2時～
対象 市内在住の60歳以上
場所 市内公衆浴場およびコミュニティセンターなど
費用 無料
問い合わせ 高齢者支援課
電話 60-1846

体操の後、入浴できます。（浴場のみ）



ときめきムーブメント ※申込期間あり

日時 第1～4月曜日
①午後1時10分～ ②午後2時50分～
対象 市内在住の60歳以上
場所 高齢者総合センター
費用 無料
問い合わせ 高齢者総合センター **電話** 51-1975

ストレッチやリラックステイクス体操をします。



気楽に動こう ※自由来所型

日時 第1～4火曜日 午後1時30分～
対象 市内在住の60歳以上
場所 高齢者総合センター
費用 無料
問い合わせ 高齢者総合センター
電話 51-1975

椅子に座ったストレッチ等を行います。



ころばぬコース ※申込期間あり

日時 年3期（各期全12回）木曜日 午前10時30分～
対象 市内在住の65歳以上で転倒に不安のある方
場所 保健センター
費用 無料
問い合わせ 健康づくり支援センター
電話 51-0793

転倒防止のための筋力アップ、バランス良く歩く運動をします。



健康体操教室 ※自由来所型

日時 毎週水曜日①「ストレッチ&脳トレ」午前9時20分～
②「転倒予防&脳トレ」午前10時45分～
対象 市内在住の65歳以上で集団運動が可能な方
場所 保健センター
費用 無料
問い合わせ 健康づくり支援センター **電話** 51-0793

活力アップ体操や有酸素運動、筋力トレーニング、ストレッチを実施します。



防事業も実施しています

趣味や会食などを通じた仲間づくり

テンミリオンハウス ※事業内容・利用料は各施設ごとに異なります。

地域の福祉団体などが年間1000万円を上限とした補助を得て、ミニデイサービスやショートステイなど各施設ごとに特色のある事業を展開しています。ランチや趣味活動（絵手紙・コーラス・書道・編み物・パソコン・健康麻雀・体操など）を通じて交流しています。※市内在住65歳以上が対象

川路さんち	西久保1-34-2	55-6239
月見路	吉祥寺北町1-11-7	20-8398
関三倶楽部	関前3-37-24	56-9047
そ~らの家	吉祥寺南町5-6-16	71-3336
きんもくせい	境4-10-4	50-2611
花時計	境南町2-25-3	32-8323
くるみの木	中町3-25-17	38-7552



社会活動センター



初心者の方を対象とした講座で、社会参加への動機づけ、仲間づくりなどを目的として、書道、季節の折り紙、デッサン・水彩、パステル画、初心者バイオリン、マジック、茶道、油絵、ギター入門、ガーデニングなどの年間講座の他、陶芸、囲碁入門、水墨画などの短期講座、歌の講座などがあります。※市内在住60歳以上が対象

問い合わせ 高齢者総合センター 電話 51-1975

ご近所同士で仲間づくり

老人クラブ

問い合わせ 武蔵野市民社会福祉協議会 電話 23-0701

地域の高齢者の仲間づくりを目的として、市内29のクラブがあります。クラブごとに健康増進、社会奉仕活動、レクリエーションなどを行います。輪投げ、グランドゴルフ、ウォーキング、コーラス、手芸などの活動の他、研修や誕生会を通じて会員同士の親睦を深めています。



地域のために社会参加

身近な地域の活動(福祉、防災、環境など)に参加してみませんか? ボランティア活動や地域活動をご紹介します。

主な活動 施設・個人宅での話し相手、草木の手入れ・お祭りなどのイベント手伝いなど

問い合わせ ボランティアセンター武蔵野 電話 23-1170

健康維持増進のため、これまでの経験と能力を活かし、一緒にお仕事してみませんか?

(※おおむね60歳以上が対象となります)

主な職種 公園清掃・駐輪場管理・学習教室・広報紙配布・家事援助等(子育て支援・高齢者支援など)

問い合わせ 武蔵野市シルバー人材センター 電話 55-1231

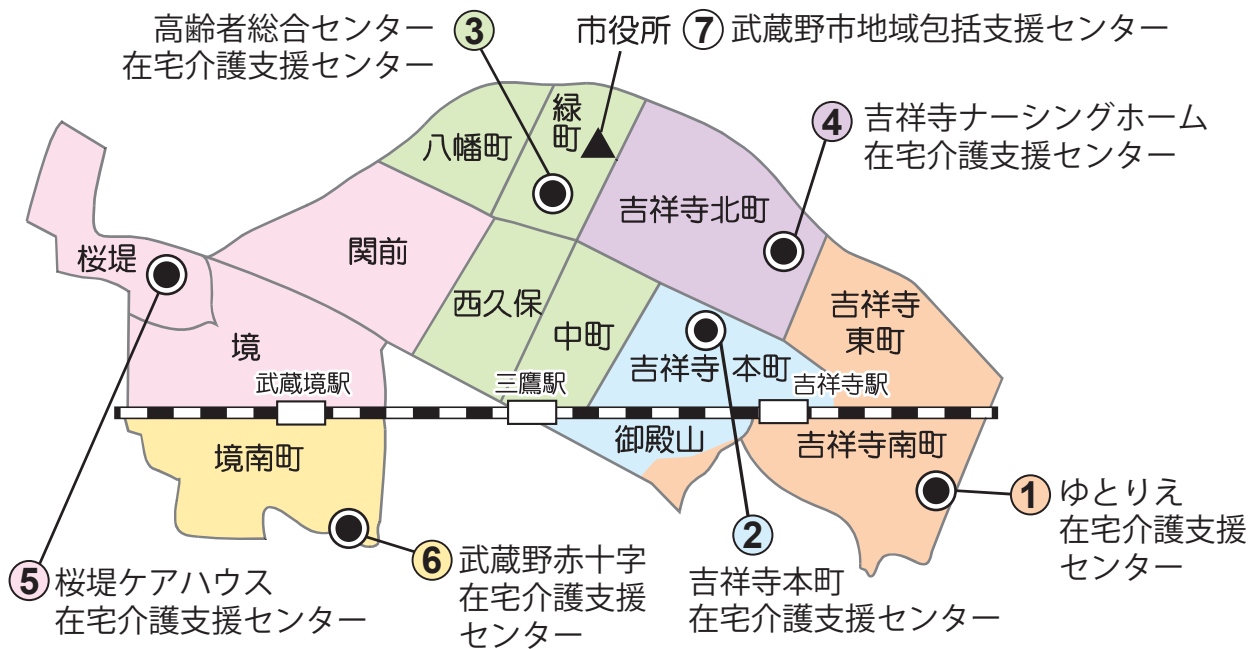
【武蔵野市認定ヘルパー募集(年齢は問いません)】

いきいき支え合いヘルパー事業で高齢者の簡易な生活援助を行う武蔵野市認定ヘルパーを募集しています。仕事を通して地域の高齢者の生活のお手伝いをしませんか?(武蔵野市認定ヘルパーについては、4~5ページをご覧ください)

問い合わせ ホームヘルプセンター武蔵野 電話 23-2611



武蔵野市の在宅介護支援センター・地域包括支援センター



	施設名称	住所・電話番号	担当地区	窓口受付時間
①	ゆとりえ 在宅介護支援センター	吉祥寺南町4丁目25番5号 ☎ 72-0313	吉祥寺東町 南町 御殿山1丁目	・月曜日～土曜日 ・午前8時30分 ～午後5時15分 （上記時間外は 電話が転送され、電話相談 になります。）
②	吉祥寺本町 在宅介護支援センター	吉祥寺本町4丁目20番13号 ☎ 23-1213	吉祥寺本町 御殿山2丁目	
③	高齢者総合センター 在宅介護支援センター	緑町2丁目4番1号 ☎ 51-1974	中町・西久保 緑町・八幡町	
④	吉祥寺ナーシングホーム 在宅介護支援センター	吉祥寺北町2丁目9番2号 ☎ 20-0847	吉祥寺北町	
⑤	桜堤ケアハウス 在宅介護支援センター	桜堤1丁目9番9号 ☎ 36-5133	関前・境 桜堤	
⑥	武蔵野赤十字 在宅介護支援センター	境南町1丁目26番1号 ☎ 32-3155	境南町	
⑦	武蔵野市地域包括支援 センター(基幹型)	緑町2丁目2番28号 (市役所内) ☎ 60-1947	市内全域	

* 地域包括支援センター支所：在宅介護支援センターは地域包括支援センターの機能を併せ持った総合相談窓口です。