

令和3年度 益城町介護予防教室

～いつまでも元気で自分らしく～

益城町では、高齢者の皆さまが、できる限り自分の事は自分ででき、自分らしく元気に生きがいのある生活ができるよう、運動機能や栄養状態、口腔機能などが低下しつつある方を対象に、機能回復に向けた教室を実施しています。

各教室の内容を確認していただき、「元気で自分らしい生活を目指す」という目的を達成できるよう、ご自身にあった教室を利用されるようお願いいたします。

○介護予防教室の対象となる方

町内に住む65歳以上の方で、介護保険の要支援1・2と認定された方や、「基本チェックリスト」により生活機能の低下がみられ、教室への参加が望ましいと判断された方です。

※基本チェックリストとは・・・

65歳以上の高齢者が自分の生活や健康状態を振り返り、心身の機能で衰えているところがないかどうかをチェックするためのもので、全25項目の質問で構成されています



訪問型サービスC おうちで体力あっぷ教室【短期集中訓練型】

運動機能の低下が見られ、日常の生活動作が困難な方で、かつ通所型サービスの利用ができない方を対象に、自宅にリハビリ等の専門職が訪問し、生活機能に関する問題を総合的に把握・評価し短期的に集中して訓練を行うことで、生活機能の向上と日常生活の自立を図るとともに、社会参加を目指すための教室です。

実施場所	実施期間・回数	利用料	その他
利用者の自宅及び周辺の公園等	週1回×3か月(12回)	1クール 12,000円 (一月当たり4,000円)	専門職が訪問
実施事業所名	特に力を入れている点	事業所の特色	使用する機器
株式会社 コクア	在宅での生活をより安全に行えるように、運動と共に、食事などの日常生活の機能向上を総合的に行います。	痛みや疲労を感じず身体能力の改善が期待できる「フィジカルチャージ®」を取り入れています。また、多職種が専門性を活かし支援を行います。	フィジカルチャージ® ノルディックポール など
リハビリデイサービス くりけっとくりけっと	お住いの生活環境を考慮した生活指導や、その空間そのものを利用したトレーニングを取り入れます。	長年、理学療法士として培った技術やノウハウを最大限に活かし、利用者様が効果を実感できるようサポートします。	セラバンド 生活環境全般(階段、廊下、手すり、杖)など
社会福祉法人 慈光会 ひろやす荘	自宅の状況に応じた(生活に必要な)運動、リハビリの実施に力を入れています。	自宅の状況、本人のご希望を統合的に判断し、楽しく継続できるプログラム(メニュー)を提案できます。	身体機能評価で用いる機材、リハビリ機材 など
特定医療法人 成仁会 平成唯仁館	ご本人の要望などを伺い、運動や生活へのアドバイス等、おうちの環境や生活スタイルに合わせて楽しく訓練を行います。	在宅生活リハビリの知識を広く持っています。	ゴムバンド バランスマット など
リハビリデイ ほっと+プラス	環境に合わせ、自立度の維持・向上のための運動を実施します。また、自主トレーニングを通じて、運動習慣の定着を目指します。	訪問看護ステーションで訪問リハビリテーションにも関わるセラピストが、在宅環境の確認及び運動の指導を実施します。	バランスパッド バランスボード など
株式会社 くまもと健康支援研究所	身体機能維持・向上はもちろん、ご本人の生活環境に応じた訓練と共に、必要に応じて住環境の整備も行います。	訪問訓練のみではなく、終了後スムーズにその他のサービスへ移行したり、地域の集まりに参加できるよう支援を行います。	ノルディックポール エクササイズボール など