

研修会開始までしばらく お待ちください

音声OFF、カメラOFFで受講して下さい。
事業所名・参加人数を入力してください。
《例 はだのたろう介護事業所 3名》

介護予防・日常生活支援総合事業研修会

～自立支援の取組報告～



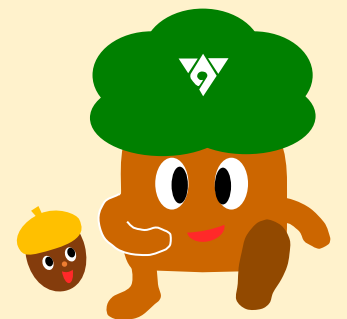
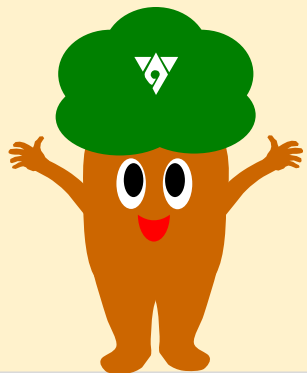
令和6年5月24日(金)
16時から17時30分まで

秦野市福祉部高齢介護課 高齢者支援担当

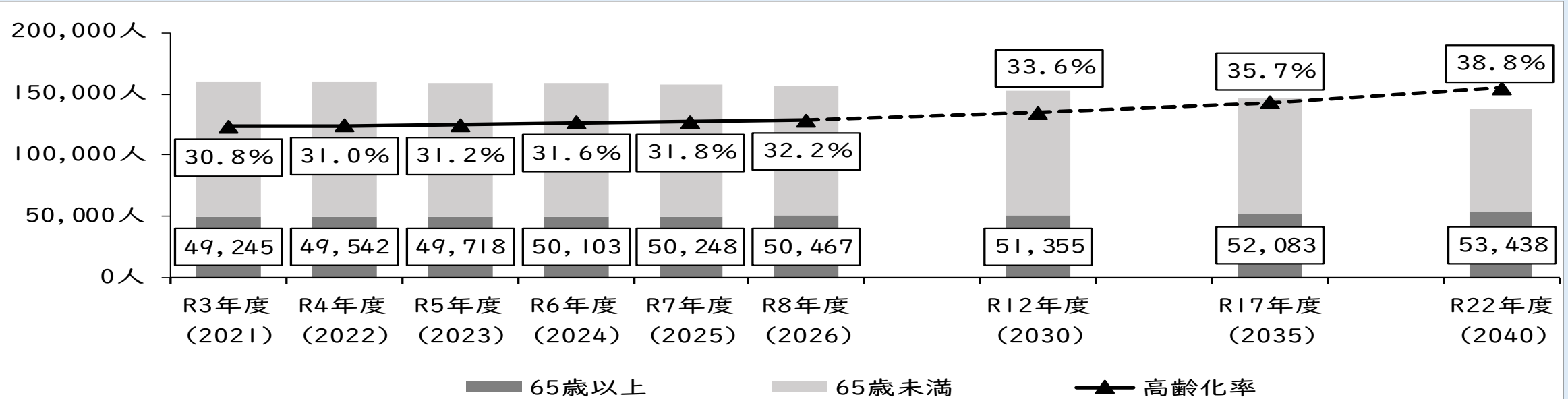
本日の内容

- 1 秦野市の高齢者を取り巻く現状と課題
- 2 秦野市の介護予防・日常生活支援総合事業
- 3 秦野市における自立支援の取組（総合事業）
- 4 その他の取組

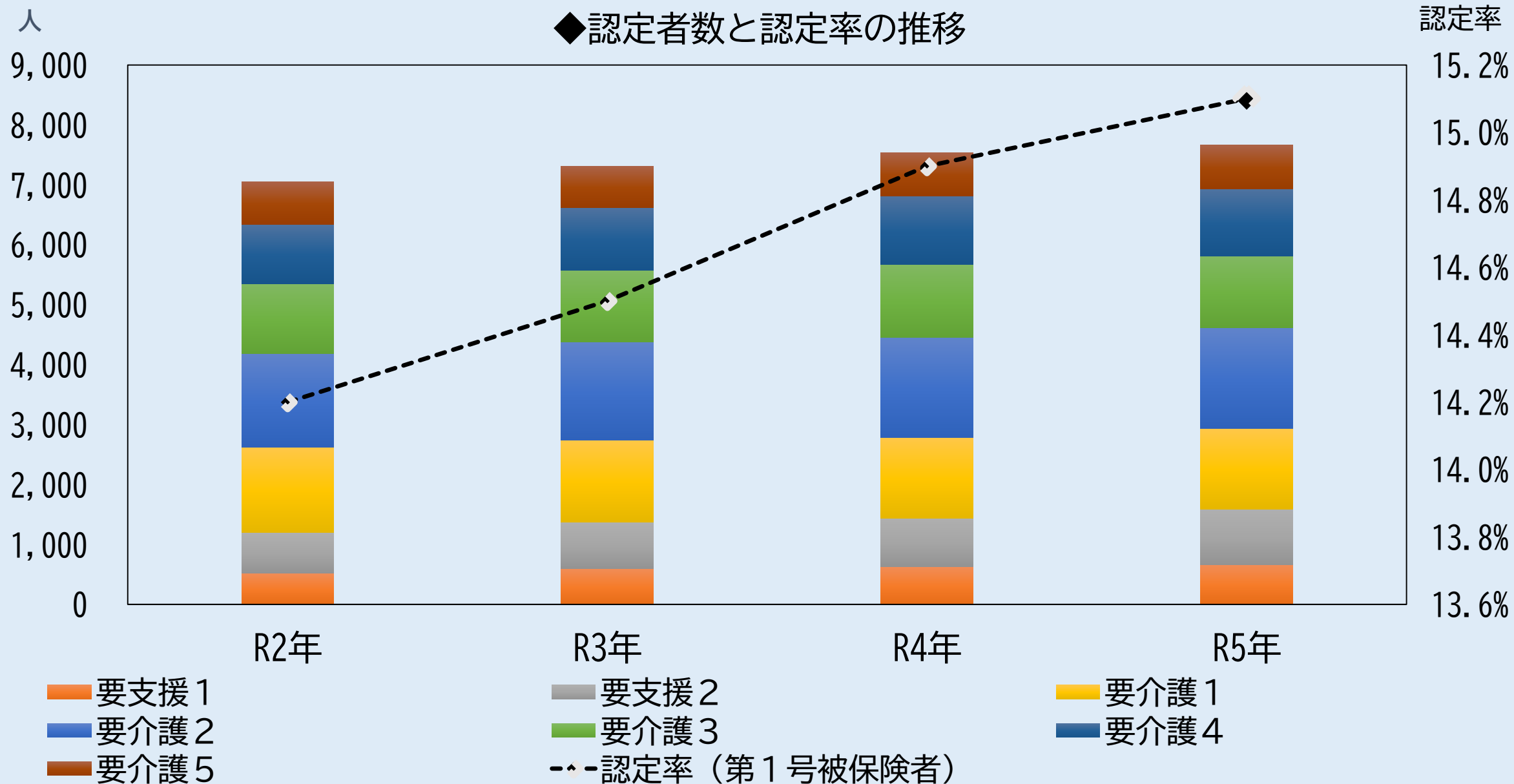
Ⅰ 秦野市の高齢者を取り巻く 現状と課題

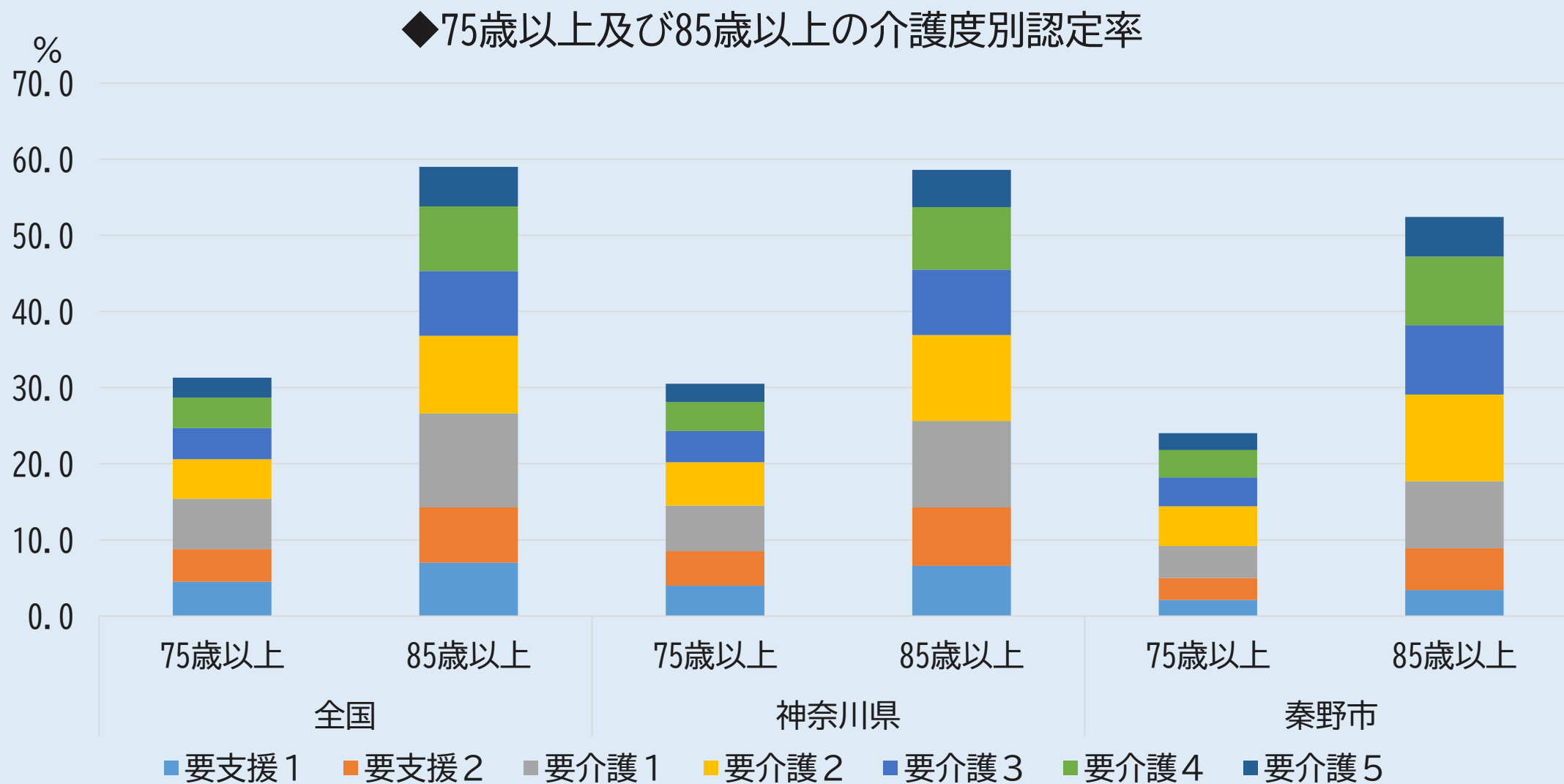


			実績値			推計値					
年度			R3年度	R4年度	R5年度	R6年度	R7年度	R8年度	R12年度	R17年度	R22年度
			(2021年度)	(2022年度)	(2023年度)	(2024年度)	(2025年度)	(2026年度)	(2030年度)	(2035年度)	(2040年度)
住民基本台帳人口(人)			160,012	159,688	159,314	158,564	157,767	156,883	152,666	145,905	137,901
65歳以上			49,245	49,542	49,718	50,103	50,248	50,467	51,355	52,083	53,438
		前期高齢者	25,444	24,220	22,872	21,582	20,472	19,659	19,065	20,975	23,559
		後期高齢者	23,801	25,322	26,846	28,521	29,776	30,808	32,290	31,108	29,879
高齢化率(%)			30.8	31	31.2	31.6	31.8	32.2	33.6	35.7	38.8



◆認定者数と認定率の推移





(時点) 令和5年(2023年)

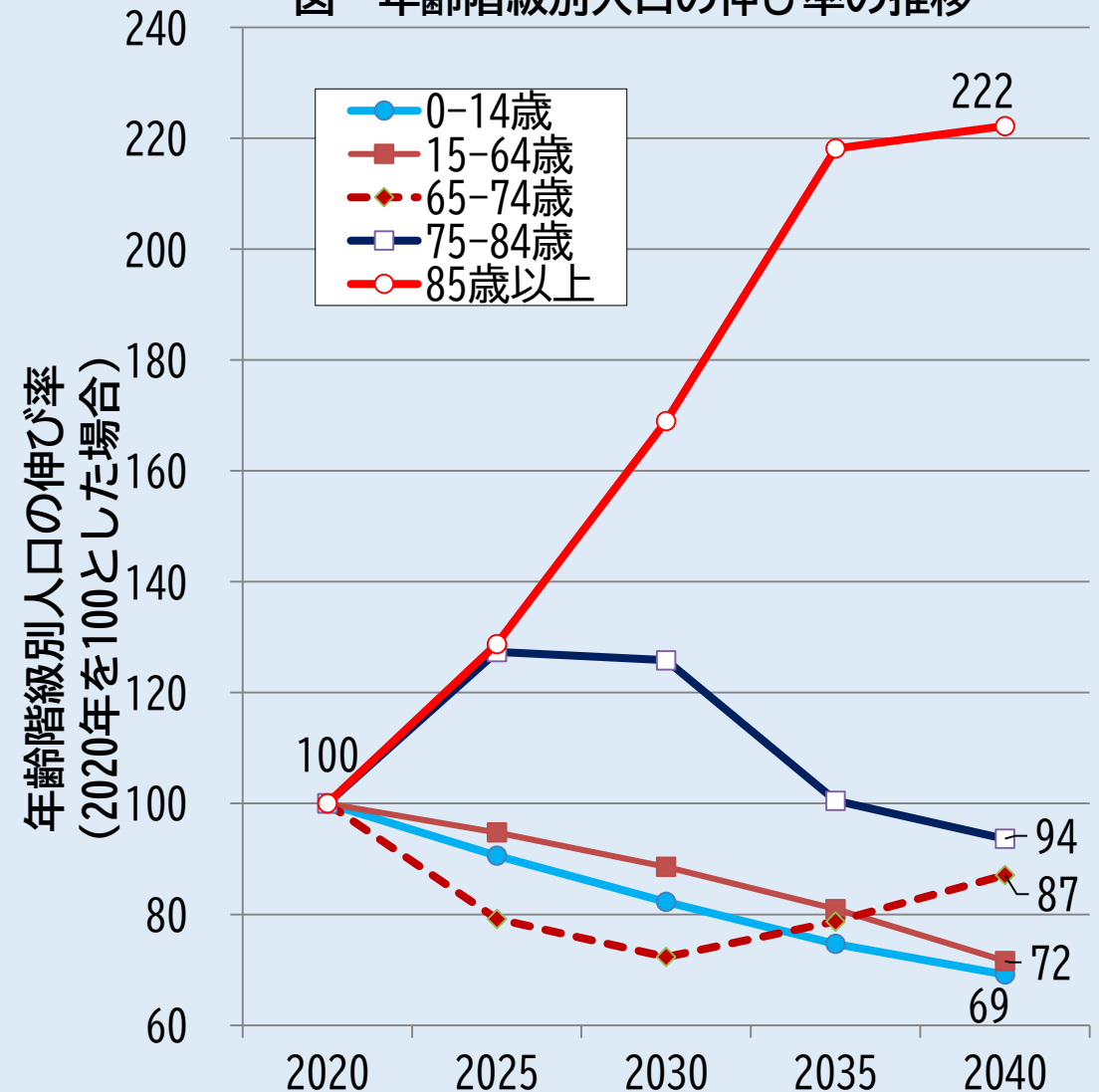
(出典) 厚生労働省「介護保険事業状況報告」年報(令和4,5年度のみ「介護保険事業状況報告」月報)

これからの人口構造の変化（秦野市）

図 2020年と2040年の年齢階級別人口の変化

	2020		2040		変化量
	(人)	(%)	(人)	(%)	
総数	163,519	100.0	133,999	100.0	-29,520 (-18.1%)
0-14歳	18,640	11.4	12,890	9.6	-5,750 (-30.8%)
15-64歳	95,763	58.6	68,568	51.2	-27,195 (-28.4%)
65-74歳	25,728	15.7	22,407	16.7	-3,321 (-12.9%)
75-84歳	16,984	10.4	15,905	11.9	-1,079 (-6.4%)
85歳以上	6,404	3.9	14,229	10.6	7,825 (122.2%)
(再掲) 65歳以上	49,116	30.0	52,541	39.2	3,425 (7.0%)
(再掲) 75歳以上	23,388	14.3	30,134	22.5	6,746 (28.8%)

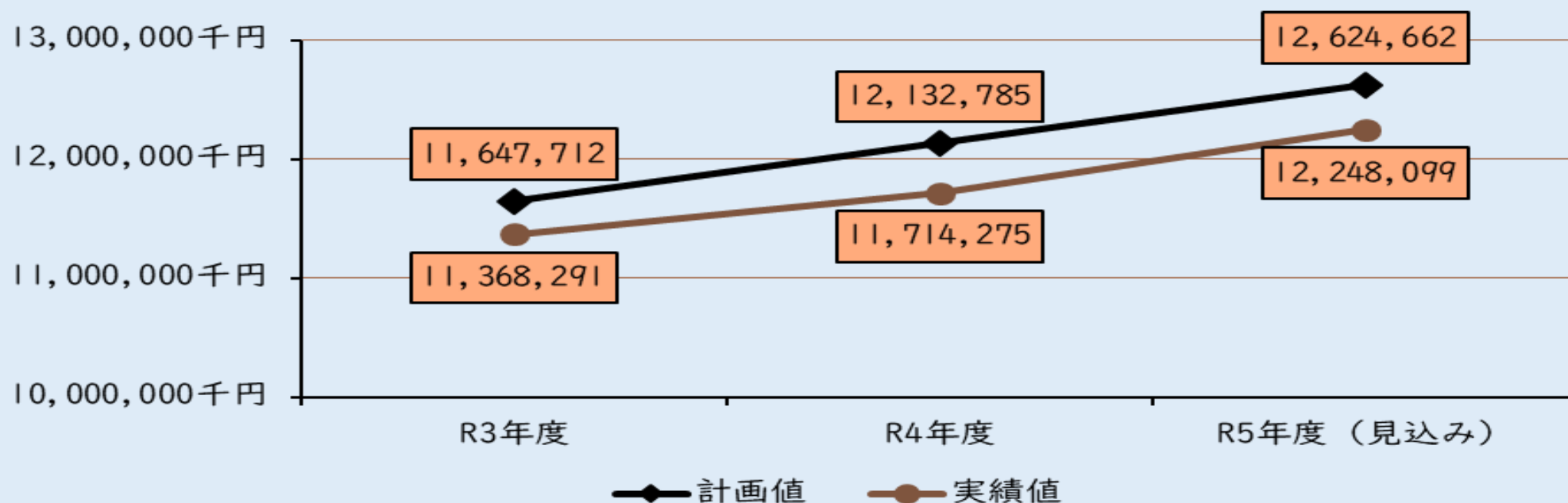
図 年齢階級別人口の伸び率の推移



出所) 国立社会保障・人口問題研究所：日本の地域別将来推計人口（平成30年推計）より作成

◆保険給付費及び地域支援事業費の推移（各年度末日現在）

(単位：千円)				
年度	R2年	R3年	R4年	R5年見込み
保険給付費	10,896,606	11,368,291	11,714,275	12,248,099
居宅サービス	5,596,895	5,846,952	6,031,454	5,912,979
地域密着型サービス	1,402,418	1,488,505	1,538,092	1,922,870
施設サービス	3,897,293	4,032,834	4,144,729	4,412,250
地域支援事業費	505,019	507,537	532,036	561,761



◆要支援・介護認定の理由
「介護予防・日常生活圏域ニーズ調査※」
介護・介助が必要になった主原因（複数回答）

(単位：％)	令和4年		
	全体	男	女
脳卒中	12.3	15.6	9.7
心臓病	11.5	13.8	9.7
がん	7.9	11.0	5.6
呼吸器の病気	5.5	8.3	3.6
関節の病気（リウマチ等）	10.3	4.6	14.6
認知症	5.1	5.5	4.9
パーキンソン病	3.2	0.9	4.9
糖尿病	11.1	13.8	9.0
腎疾患	2.4	3.7	1.4
視覚・聴覚障害	9.5	11.9	7.6
骨折・転倒	17.4	10.1	22.9
脊髄損傷	7.9	8.3	7.6
高齢による衰弱	20.6	16.5	23.6
その他	19.4	15.6	22.2

※ 調査名： 令和4年度介護予防・日常生活圏域ニーズ調査
調査対象：要介護認定者を除く65歳以上の男女2,650人
調査実施期間：令和4年11月16日～12月15日

◆平均余命と平均自立期間 (単位：歳)

		平均余命	平均自立期間	平均余命と平均自立期間の差
秦野市	男性	82.9	81.1	1.8
	女性	87.6	83.9	3.7
神奈川県	男性	82.1	80.4	1.7
	女性	87.9	84.5	3.4
全国	男性	81.5	80.0	1.5
	女性	87.6	84.3	3.3

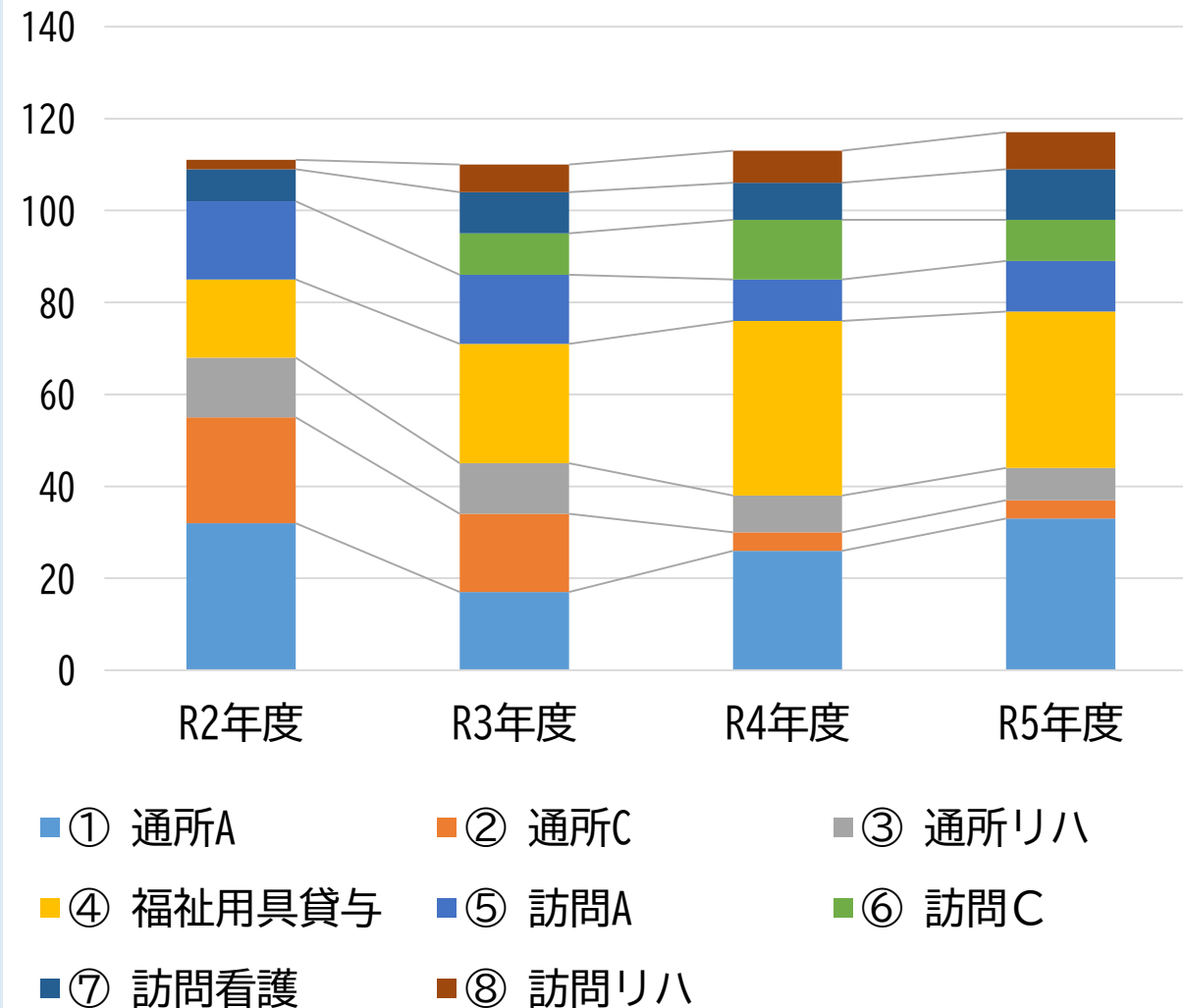
出典：秦野市国民健康保険データベース（令和5年度）

「平均余命」と「平均自立期間」
「平均余命」とは、ある年齢の人々が平均して今後何年生きられるかという年数（期待値）であり、「平均自立期間」とは、集団における各人の介護を要しない期間の平均値を指します。

◆ 介護予防・日常生活支援総合事業からの卒業実績
(単位：人)

サービス内訳	R2年度	R3年度	R4年度	R5年度
① 通所A	32	17	26	33
② 通所C	23	17	4	4
③ 通所リハ	13	11	8	7
④ 福祉用具貸与	17	26	38	34
⑤ 訪問A	17	15	9	11
⑥ 訪問C		9	13	9
⑦ 訪問看護	7	9	8	11
⑧ 訪問リハ	2	6	7	8
合計	111	110	113	117

卒業件数サービス内訳



◆ 介護度の経年変化

	非更新＋改善	悪化
R2年度末→R3年度末	95.8	108.9
R3年度末→R4年度末	97.8	116.20

要介護区分別人数前年比

改善

悪化

維持

(単位：％)

		令和4年度末の要介護区分（％）									
		区 分 別 人 数	非 更 新	要 支 援 1	要 支 援 2	要 介 護 1	要 介 護 2	要 介 護 3	要 介 護 4	要 介 護 5	そ の 他 (喪失等)
令和3年度末の要介護区分 (％)	要支援1	658	19.0	47.7	10.2	8.7	4.3	1.8	1.5	0.5	6.4
	要支援2	849	13.1	3.8	57.2	7.9	5.2	2.8	3.1	1.1	5.9
	要介護1	1,453	6.3	1.7	2.4	53.3	15.1	5.4	4.4	1.6	9.8
	要介護2	1,757	6.6	0.7	1.4	4.2	58.8	9.4	5.6	2.7	10.5
	要介護3	1,301	4.0	0.4	0.5	2.4	5.8	53.5	11.1	5.2	17.1
	要介護4	1,131	2.6	0.4	0.4	1.4	2.7	5.6	52.9	8.7	25.6
	要介護5	746	3.1	0.0	0.1	0.9	0.9	2.0	5.5	55.9	31.5

2 秦野市の介護予防・ 日常生活支援総合事業

基本に立ち
戻って

介護保険法の理念



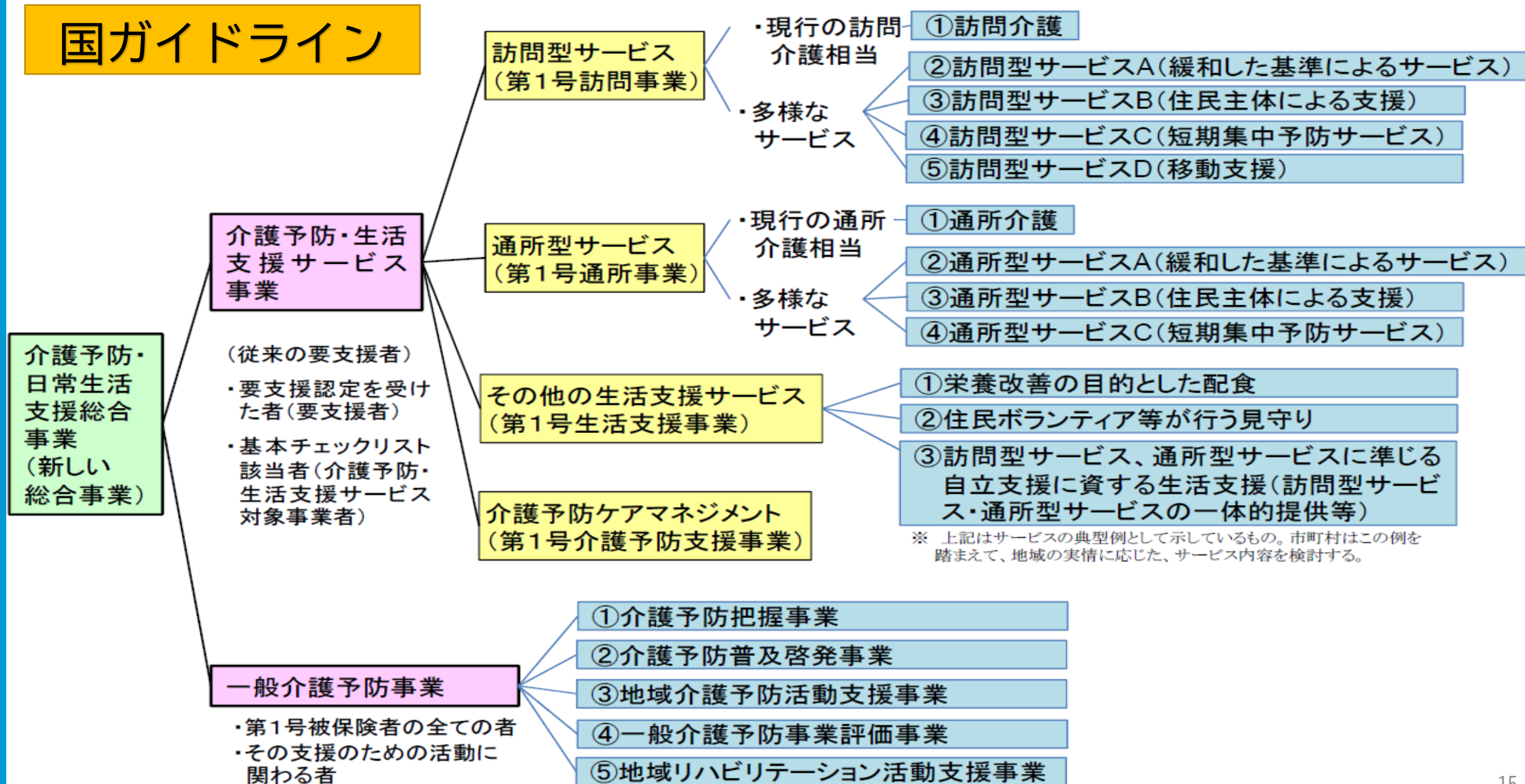
- ・第1条（目的）

要介護状態となった人が、尊厳を保持し、能力に応じ自立した日常生活を営めるよう、必要なサービスを提供する

- ・第4条（国民の努力・義務）

要介護状態となることを予防するため、加齢に伴って生じる心身の変化を自覚して、常に健康の保持増進に努める
要介護状態となった場合にも、進んでリハビリ等のサービスを利用し、その有する能力の維持向上に努める

国ガイドライン



秦野市における構成

介護予防・日常生活支援総合事業

介護予防・生活支援サービス

- ・ 要支援 1, 2
- ・ 基本チェックリストで対象となった方（事業対象者）

介護予防ケアマネジメント

訪問型サービス

- ① 予防給付型訪問サービス（H28.1～）
- ② 訪問型サービス A・・・緩和した基準によるサービス（H28.4～）
- ③ 訪問型サービス B・・・住民主体による支援（H28.4～）
- ④ 訪問型サービス C・・・短期集中予防サービス（H28.7～）
- ⑤ 訪問型サービス D・・・移動支援（H28.4～）

通所型サービス

- ① 予防給付型通所サービス（H28.1～）
- ② 通所型サービス A・・・緩和した基準のサービス（H28.4～）
- ③ 通所型サービス B・・・住民主体の支援（H28.4～）
- ④ 通所型サービス C・・・短期集中予防サービス（H28.7～）

生活支援サービス

介護予防事業

- ・ 全高齢者

- 介護予防把握事業
- 介護予防普及啓発事業
- 地域介護予防活動支援事業
- 一般介護予防事業評価事業
- 地域リハビリテーション活動支援事業

秦野市の介護予防・日常生活支援総合事業

	訪問型サービス	通所型サービス
現行相当 28年1月～	- 有効期間満了者から移行 - 希望者は有効期間を待たずに移行	
A 28年4月～ 1回単価導入	- 介護保険事業所（指定） - シルバー人材センター（委託）	介護保険事業所等（指定）
B 28年4月～	平成28年4月～ - 地区社協（補助） - シルバー人材センター（補助）	平成28年4月～ 元気高齢者向けデイサービスを行う住民団体（補助）
C 28年7月～	3～6か月で介護保険からの卒業を目指す	
	市の管理栄養士、歯科衛生士（訪問）	介護保険事業所、診療所、鍼灸院、フィットネス（委託）
D 28年4月～	- 通所B利用者の送迎 - 社会福祉法人、NPO法人（委託）	

※訪問Bについては、R6.4.1～地区社協のみ実施

秦野市における自立支援の定義

高齢者に関わる様々な職種が統一的な方向性のもとにサービスを提供するため、秦野市高齢者ケア会議において秦野市における自立支援を次のとおり定義しています。

【秦野市における自立支援】

自分の持っている生きる力を
最大限に活かせるように支援すること

3 秦野市における自立支援の取組

(1) 介護予防・生活支援サービス

秦野市における構成

介護予防・生活支援総合事業

介護予防・生活
支援サービス

要支援 1, 2
基本チェックリストで
対象となった方

介護予防ケアマネジメント

訪問型
サービス

① 予防給付型訪問サービス (H28.1~)

② 訪問型サービス A・・・緩和した基準によるサービス (H28.4~)

③ 訪問型サービス B・・・住民主体による支援 (H28.4~)

④ 訪問型サービス C・・・短期集中予防サービス (H28.7~)

⑤ 訪問型サービス D・・・移動支援 (H28.4~)

通所型
サービス

① 予防給付型通所サービス (H28.1~)

② 通所型サービス A・・・緩和した基準のサービス (H28.4~)

③ 通所型サービス B・・・住民主体の支援 (H28.4~)

④ 通所型サービス C・・・短期集中予防サービス (H28.7~)

生活支援サービス

全高齢者

介護予防事業

介護予防把握事業

介護予防普及啓発事業

地域介護予防活動支援事業

一般介護予防事業評価事業

地域リハビリテーション活動支援事業

基準緩和型訪問サービス（サービスA）

内容	・入浴介助などの身体介助を行わないサービス。 ・食事や掃除等の日常生活動作に支援が必要な人の居宅を訪問して、調理、洗濯、掃除などの生活援助を行う。
サービス提供者	(1) 秦野市の指定を受けた介護保険サービス事業者 (2) 秦野市と委託契約を締結した事業者（シルバー人材センター）

基準緩和型通所サービス（サービスA）

内容	・通所介護施設において、運動機能低傾向の人や家に閉じこもりがちな人を対象に、生活機能の向上のための機能訓練を行う。 ・入浴介助などの<u>身体介助は行わない</u>
サービス提供者	秦野市の指定を受けた介護保険サービス事業者

訪問型サービスB・・・住民主体の生活支援

利用者の要件	次の要件すべてを満たす人 ①市内に在住する65歳以上の高齢者 ②要支援者、事業対象者又は元気高齢者 ※ただし、利用者の半数以上が要支援者又は事業対象者であること
サービス提供者の要件	次の要件すべてを満たす団体 ①構成員が5人以上であり、かつ、構成員の半数以上が市内に在住・在勤・在学していること ②主な活動拠点が市内であること ③利用者宅への生活支援の定期的な訪問が可能であること。 ④生活支援利用者の半数以上が要支援者又は事業対象者であること ⑤生活支援を行う人は、市の指定する研修を受けること
実施方法	生活支援を行う住民ボランティア団体への活動経費の補助
補助額（年額）	1団体当たり上限12万円
利用者負担	サービス提供者が決定する

通所型サービスB・・・住民主体の自立支援

利用者の要件	次の要件すべてを満たす人 ①市内に在住する65歳以上の高齢者 ②要支援者、事業対象者又は元気高齢者 ※ただし、利用者の半数以上が要支援者又は事業対象者であること
サービス提供者の要件	次の要件すべてを満たす団体 ①構成員が5人以上であり、かつ、構成員の半数以上が市内に在住・在勤・在学していること ②主な活動拠点が市内であること ③週におおむね1回以上、かつ、1回当たりおおむね5時間以上の事業を行うこと
実施方法	デイサービスを行う住民ボランティア団体への活動経費の補助
補助額（年額）	1団体当たり上限8万円（食材費を除く活動経費等）
利用者負担	昼食代等実費

通所B いきがい型デイサービスの一日



みんなで
おしゃべり



踊りや
マジック鑑賞、
体操、カラオケ、
ぬりえ etc



食事も
みんなで
いただきます

訪問型サービスD・・・移動支援

利用者の要件	次の要件すべてを満たす人 ①通所型サービスBの利用者 ②要支援者又は事業対象者 ③ケアマネジメントの結果、送迎を必要とする人	
サービス提供者の要件	①福祉有償運送の登録を有する者 ②高齢者の送迎について十分な知識と経験を有する者 ①、② いずれかで可	
実施方法	送迎を行う事業者への間接経費の補助	
送迎車両	①送迎を行う事業者の所有車両 ②公用車の無償貸与	
補助区分と 補助額（年額）	区分	補助額（年額）
	送迎コーディネーター人件費	104,000円×1週当たりの稼働台数
	通信費	51,000円×1日当たりの稼働台数
	消耗品費	12,000円×1週当たりの稼働台数
	車両任意保険料	394,000円×（稼働日/365日）
利用者負担	なし	

短期集中予防訪問サービス（サービスC）

元気な自分を取り戻そう！

おいしく食べよう歯っぴー訪問（口腔・栄養）

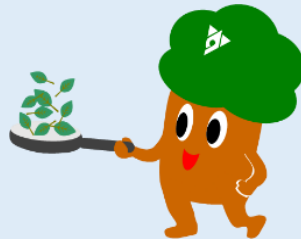
対象者	栄養改善又は口腔機能の向上に関する基本チェックリスト項目該当者
サービス内容	専門職が自宅等を訪問し、口腔機能及び栄養上における課題の改善又は状態悪化の予防にかかる専門的な助言や食環境や口腔機能の改善を図るための提案等や地域資源や通いの場の紹介を行う。 サービスの提供回数は、ケアマネジメントに基づき、原則3か月間、状態に応じて最長3か月延長が可能。
サービス提供専門職	管理栄養士、歯科医、歯科衛生士、言語聴覚士
利用者負担	なし（実費負担生じることあり）

入れ歯を治すことがとても大切と思った

むせることが、気にならなくなった

体力・筋力がついて、歩く距離が伸びた

利用者の声



短期集中予防訪問サービス（サービスC）

元気な自分を取り戻そう！

元気をサポート！おうちリハ訪問（リハビリテーション）

対象者	訪問による専門職の指導を受けることで、生活機能の向上が見込め自立した生活が営める者
サービス内容	運動等リスクを抱える高齢者に対して、リハビリテーション専門職が生活の場における初期アセスメント及びモニタリングを実施し、生活状況の把握（状態評価）・対象者の予後予測・環境調整・運動指導・必要なサービスの選択に関する情報提供を行う。 訪問は原則3か月間、2回を限度とし、最長6か月までに実施。
サービス提供専門職	理学療法士、作業療法士
利用者負担	なし

こんな方にお勧め



フレイル・
体力の低下



転倒経験



生活困難

買い物やごみ出し
など、普段の生活
が前より大変



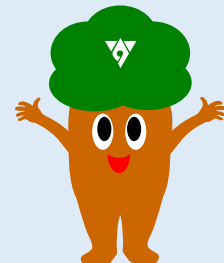
閉じこもり

外出の頻度
が減り、周
りの人たち
との関わり
が減った

短期集中予防通所サービス（サービスC）

元 気 な 自 分 を 取 り 戻 そ う ！

対象者	基本チェックリスト項目該当者で通所により支援を受けることで生活機能の向上が見込め自立した生活が営める者
サービス内容	3～6か月の短期間に、運動・栄養・口腔等の要素を組み合わせたプログラムを集中的に提供し、利用者が生活機能を向上させ介護保険を「卒業」することを目指す。 利用は介護予防ケアマネジメント計画に基づく回数で週1回もしくは週2回で、サービス提供者は「運動器の機能向上マニュアル」により、体力測定を行い評価する。
サービス提供者	通所介護等に係る指定居宅サービス事業者の指定又は指定地域密着型サービス事業者の指定又は秦野市通所型サービス事業者の指定を受けている法人、もしくは医師やスポーツインストラクター等の資格を有している法人。 サービス提供は理学療法士、作業療法士、管理栄養士、歯科衛生士、看護師等の専門職
利用者負担	なし（実費負担生じることあり）



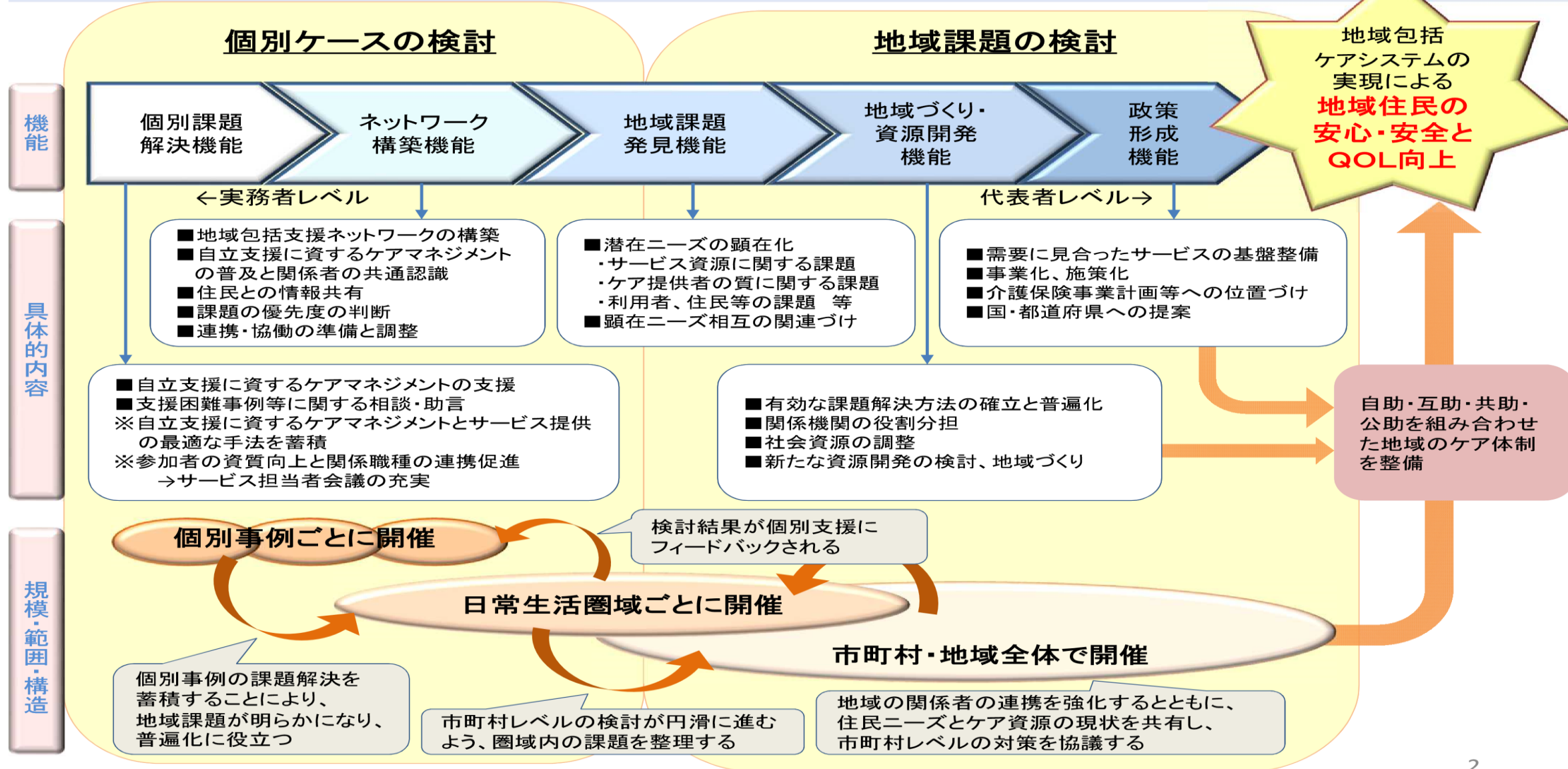
元気になって、介護
保険サービスからの
卒業するぞ

3 秦野市における自立支援の取組

(2) 地域ケア会議

◆地域ケア会議

「地域ケア会議」の5つの機能



※地域ケア会議の参加者や規模は、検討内容によって異なる。

◆【自立支援型】個別プラン検討型地域ケア会議

検討事例	自立支援に向けた取り組みの検討を要するケース
	○介護予防や自立支援に関する事例を抽出し、多職種による様々な視点でアプローチ方法を検討したい事例
	○事例提供者の課題意識やアセスメントが比較的できている事例
	○終末期、処遇困難、認知症、精神疾患のケースを除く
会議回数	包括主催（年5回×3～4包括合同）
助言者	ケアマネ、通所事業所、訪問介護事業所、その他医療・介護関係者、生活支援コーディネーター、リハ職・歯科医師・管理栄養士
	市（歯科衛生士・管理栄養士・保健師（看護師））
参加者	その他医療・介護関係者

3 秦野市における自立支援の取組

(3) 介護予防事業

秦野市における構成

介護予防・生活支援総合事業

介護予防・生活支援サービス

- ・要支援1, 2
- ・基本チェックリストで対象となった方

介護予防ケアマネジメント

訪問型サービス

- ① 予防給付型訪問サービス (H28.1～)
- ② 訪問型サービスA・・・緩和した基準によるサービス (H28.4～)
- ③ 訪問型サービスB・・・住民主体による支援 (H28.4～)
- ④ 訪問型サービスC・・・短期集中予防サービス (H28.7～)
- ⑤ 訪問型サービスD・・・移動支援 (H28.4～)

通所型サービス

- ① 予防給付型通所サービス (H28.1～)
- ② 通所型サービスA・・・緩和した基準のサービス (H28.4～)
- ③ 通所型サービスB・・・住民主体の支援 (H28.4～)
- ④ 通所型サービスC・・・短期集中予防サービス (H28.7～)

生活支援サービス

- ・全高齢者

介護予防事業

- 介護予防把握事業
- 介護予防普及啓発事業
- 地域介護予防活動支援事業
- 一般介護予防事業評価事業
- 地域リハビリテーション活動支援事業

◆ 介護予防施策等を通じた健康支援と生きがいづくり

介護予防講座	公民館等で、運動メニューを中心に口腔・栄養・認知症予防を取り入れた講座を開催。さらに、地域からの依頼に応じて住民主体の通いの場へ出向き、出前講座として介護予防・フレイル予防の普及啓発を推進
介護予防サポーターの育成・活動支援	「介護予防」を自ら実践し、介護予防に関する普及啓発活動を行うボランティアの育成及び活動を支援
地域リハビリテーション活動支援	地域のリハビリテーション専門職の協力のもと、介護予防や通所・訪問サービスなどの提供、地域ケア会議等、進行予防の推進や生活期リハビリテーションの質の向上と切れ目のない体制づくりを推進
高齢者の保健事業と介護予防の一体的実施	国保データベース（KDB）システム等のレセプトや介護・健診結果、後期高齢者質問票のデータ及び個人の健康状態や環境を分析し、生活習慣病等の重症化予防や介護予防支援を実施
地域介護活動支援	年齢や心身の状況等によって分け隔てることなく、誰でも一緒に参加することのできる介護予防活動の地域展開を目指し、介護予防に資する住民主体の通いの場等の活動を効果的に支援するため、活動経費の一部を補助
高年齢者の就労の促進	55歳以上の就労相談窓口を開設し、個別相談や求人開拓による就労支援を実施

令和6年度

シニアライフを楽しむ
介護予防カレンダー

申込み
問合せ

秦野市役所 高齢介護課 高齢者支援担当
☎ 82-7394・FAX 84-0137

対象
65歳以上
(一部65歳未満も受付け)

フレイルを予防する

フレイル予防で健康長寿

フレイルとは、健康と要介護状態の間の居る状態のことです。フレイルの兆候に早く気づけば、要介護にならないよう予防することができます。1日目はフレイル判定を行い、2日目はフレイル予防のポイントを専門員と一緒に学びます。

会場	日時	時間
広畑ふれあいプラザ	7/17 水・23 火	9:30~11:30
保健福祉センター	11/7 木・11 月	13:30~15:30
西公民館	※7月 1/16 木・23 木	

姿勢改善で痛み予防教室

身体を正しい姿勢やバランスにすることで、腰痛や膝痛を予防・改善できます。ストレッチや簡単な筋力エクササイズでキレイな身体づくりを目指しましょう。

会場	日時	時間
地所公民館	7/18・25 水	10:00~11:30
大塚公民館	8/20・27 火	
中野健康センター	9/20・27 火	
鶴巻公民館	10/18・23 水	
北公民館	11/19・26 火	
保健福祉センター	12/10・17 火	
西公民館	※7月 2/8・13 木	

認知症を知る・予防する

教えて先生！ 認知症予防

丹沢病院の認知症専門医とスタッフが、認知症の正しい知識や予防、認知症を取り巻く環境への対応方法などを学ぶ講座です。

会場	日時	時間
東公民館	7/10 水	14:00~15:30
東公民館	9/11 水	
堀川公民館	11/13 水	
北公民館	※7月 1/15 水	
鶴巻公民館	※7月 3/12 水	

認知症サポーター養成講座

認知症は、誰にでも起こりうる症状です。自分のため、誰かのために学びたい方を対象に、認知症のことや対応の方法などを学ぶ入門的な講座です。

5人以上の集まりに講師が出席する講座でも実施します。詳しくは高齢介護課までお問合せください。

脳健康教室

週に1回の教室を毎日できる。簡単な「読み書き、計算」で脳を活性化させよう。仲間と一緒に「年齢と学習」を楽しむ講座です。

会場	日時	時間
保健福祉センター	前期 6月30日~10月15日の5か月間 (※前期開講 5月20日) 後期 11月5日~※7月3月24日の5か月間 (※後期開講 10月21日)	

介護者セミナー

認知症の方との接し方や成年後見制度、老人ホームの選び方など介護に役立つ情報を介護サービスの専門家に学ぶ講座です。

会場	日時	時間
保健福祉センター	12/22 月 12/26 金	13:30~15:00

地域高齢者支援センター主催の教室

お住まいの地区以外の教室にも参加できます。講座の内容、費用、その他詳細は各地域高齢者支援センターまでお問合せください。

※は令和7年度です

南地域高齢者支援センター 西74-2250

会場	日時	時間
東公民館	6/12 水	13:30~15:00
西公民館	7/12 水	

北地域高齢者支援センター 西73-5751

会場	日時	時間
東公民館	6/12 水	14:00~15:00
西公民館	7/12 水	

東・北地域高齢者支援センター 西81-0990

会場	日時	時間
東公民館	6/12 水	10:00~11:00
西公民館	7/12 水	

本町地域高齢者支援センター 西75-8907

会場	日時	時間
東公民館	6/12 水	13:30~15:00
西公民館	7/12 水	

南地域高齢者支援センター 西79-9040

会場	日時	時間
東公民館	6/12 水	13:30~15:00
西公民館	7/12 水	

地域で集う

【申込み・問合せ】 高齢介護課 ☎82-7394

うぐいす体操会

月に2回、さわやか体操やリハビリやストレッチ、筋トレ、お口の体操などを行います。ご自宅の近くで身体をほぐしにきます。平日児童館は土足禁止、滑りやすいので室内靴をご用意ください。

会場	日時	時間
東公民館	4月 5月 6月 7月 8月 9月 10月 11月 12月 1月 2月 3月	10:00~11:00

いきいきライフ交流会

月に1回、集まった仲間とおしゃべりしながら、ボランティアを中心に筋トレや軽い体操、レクリエーションなどを行います。「生きがいづくり」「仲間づくり」の輪を広げてみましょう。

会場	日時	時間
保健福祉センター	4月 5月 6月 7月 8月 9月 10月 11月 12月 1月 2月 3月	13:30~15:00

広畑エンジョイカレッジ

広畑ふれあいプラザでは、曜日により筋力維持や認知症予防につながる様々なレクリエーションの講座を、第1・2・4週の月・水・木・金曜日に開催しています。お気軽にご参加ください。

会場	日時	時間
広畑ふれあいプラザ	4月 5月 6月 7月 8月 9月 10月 11月 12月 1月 2月 3月	13:30~14:30

ミニデイサービス

介護予防や生きがいづくりの目的で、体操や運動、世代間交流、食事会などの活動を行っています。ボランティアスタッフも募集中。

会場	住所	日時	時間	費用	対象者
おねね荘(大塚公民館内)	南大塚3-16-22	毎週水曜日(第5週休み)	9:30~15:00	実費自己負担400~500円	ご自分で通うことができる方
おねね荘(大塚公民館内)	南大塚3-16-22	第1・3水曜日			
かわか荘	八沢2-8-1	第2・4水曜日			
くずは荘	南大塚3-16-22	第2または4火曜日			
はりかわ荘	南大塚3-16-22	第1・3水曜日			
東公民館ふれあいセンター	東公民館ふれあいセンター	第2火曜日・第4月曜日			

いきがい型デイサービス

住居ボランティアが運営するデイサービスで、週に1回さまざまなレクリエーションや軽い体操、仲間との経験や食事会など行い、1日を楽しく過ごします。ボランティアスタッフも募集中。

会場	住所	日時	時間	費用	対象者
広畑ふれあいプラザ	下大塚174-4	月・水・木・金曜日	10:00~15:00	400円	市内在住65歳以上で要介護認定を受けていない方
保健福祉センター	南大塚16-3	月・水曜日		約600円	

地域で活動している団体に無料で講師派遣します

詳細は高齢介護課までお問合せください

はだのさわやか体操でフレイル予防

4つの体操を組み合わせてトータル30分の内容です。筋力、柔軟性、バランス感覚の向上を目指しましょう！

●おねね荘(大塚公民館内) ●ストレッチ体操(リハビリテーション専門講座) ●ストレッチ体操(リハビリテーション専門講座) ●ストレッチ体操(リハビリテーション専門講座) ●はだのさわやか体操やリハビリ(東大市体育学部考案)

出張指導実施条件

●5人以上のグループ ●DVDが利用可能な会場 ●原則週1回実施(3か月間)

出張指導費用は無料、会場はあらかじめご用意ください。日程調整のため1か月までにお申込みください。

出張指導費用は無料、会場はあらかじめご用意ください。日程調整のため1か月までにお申込みください。

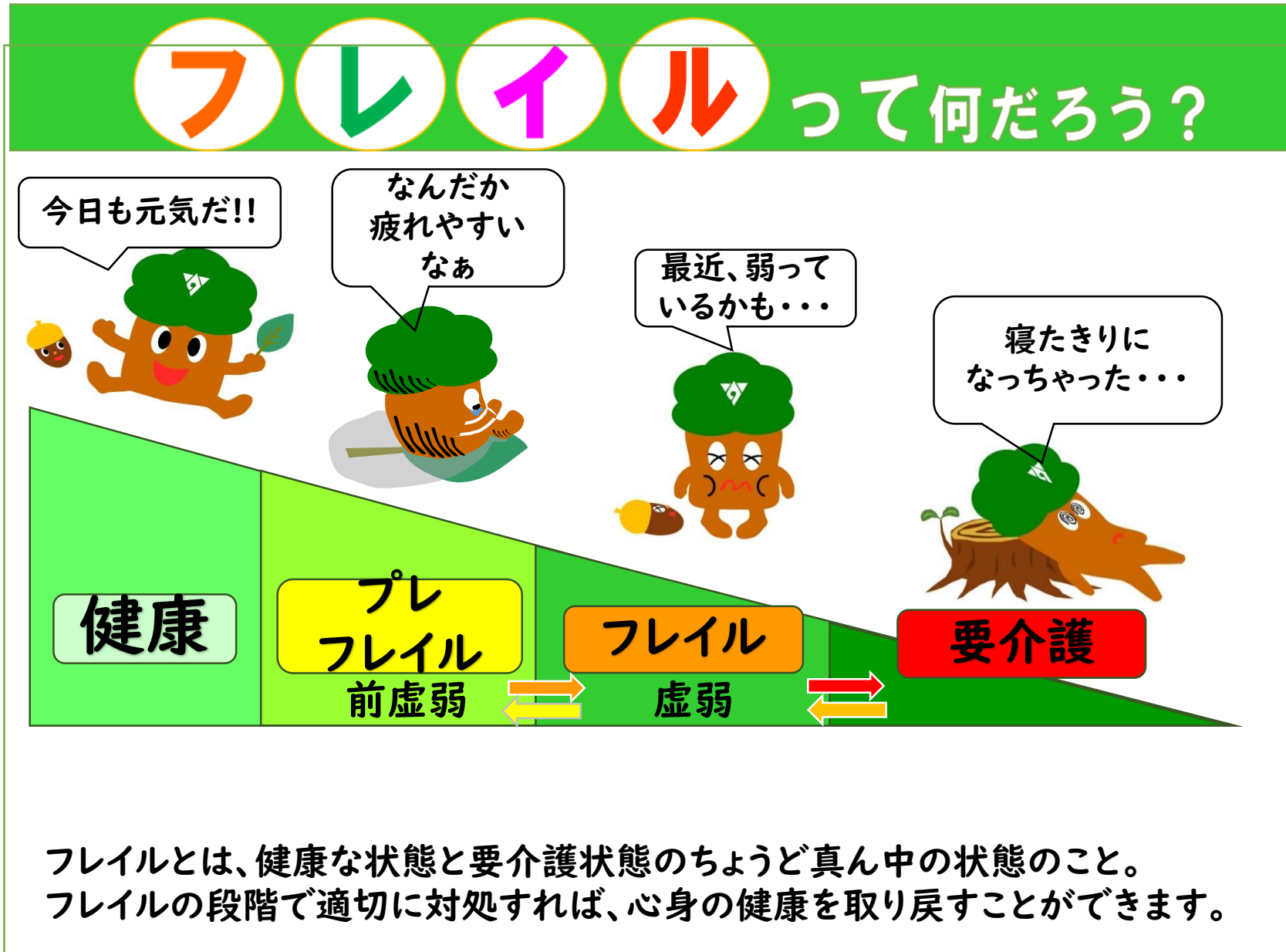
OMOTAN 表 丹 沢

35

◆多様な人材の参入促進に向けた研修等の実施

研修名	内容	受講時間、 又は受講日数
生活援助従事者研修	掃除、洗濯、調理や身体介助等の支援に必要な知識を習得	59時間
地域支え合い型認定 ドライバー養成研修	高齢者等の外出支援を行うボランティアを養成する研修	3日間
介護に関する入門的研修	介護に関する基礎知識の習得	21時間
認定ヘルパー研修	総合事業訪問型サービスの担い手を養成する研修	2日間





社会的交流の輪を広げる	しっかりと噛んで十分な栄養をとる	定期的に運動を行う
-------------	------------------	-----------

「通いの場」の推進

地域住民同士が気軽に集い、一緒に活動内容を企画し、ふれあいを通して
「生きがいづくり」「仲間づくり」の輪を広げる場所

地域介護予防の拠点

生きがい・楽しみ

社会とのつながり

交流（孤独・孤立予防）

認知機能低下を予防

運動能力のアップ

口腔機能の向上

食生活の見直し

心肺機能の維持向上



市内には、どれくらい「通いの場」がある？

小学校区	箇所	小学校区	箇所
本町小	3	大根小	6
末広小	8	広畑小	8
南小	5	鶴巻小	15
南が丘小	3	西小	5
東小	8	堀川小	8
北小	8	上小	2
渋沢小	10	計	89

小学校区ごとの通いの場（R6.1月現在）

地域介護予防活動補助金団体及びさわやか体操実施団体（重複あり）

（活動場所が市外の団体は除く）



（参考）さわやか体操実施団体活動場所と小学校位置

はだのさわやか体操でフレイル予防

地域のリハビリテーション専門職と東海大学で介護予防につながる30分の介護予防体操DVDを作成

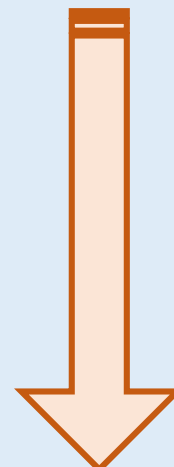
- 内容
- ①かながわ健口体操
 - ②ストレッチ（リハ専門職考案）
 - ③筋力アップ体操（リハ専門職考案）
 - ④はだのさわやか体操ゆっくりVer（東海大学体育学部考案）

以下の団体に無料で講師派遣（実施方法は各団体と調整）

-  5人以上の週1回以上体操を実施する団体で
-  DVDが見られる環境がある



地域住民が自分たちで30分のDVDを見ながら体操ができるよう支援



介護予防支援事業所での活用支援



4 その他の取組

検索エンジン ①「なでしこLink」で検索 ※

秦野市医療・介護・地域資源検索サイト
「なでしこLink」一般公開掲載イメージ

②トップページで検索したいカテゴリをクリックしていただくか、トップページ下部でキーワード検索ができます。

③一覧から、見たい機関名をクリックします。

④

④検索機関の詳細情報を見ることができます。
市内の医療機関・介護事業所が一括で検索ができます。

暮らしやすい地域づくりのために

高齢者が住み慣れた地域で暮らし続けられるよう、地域の医療や福祉などの関係機関とのネットワークづくりを推進



高齢者やその家族の相談窓口

認知症への不安や、身体機能の低下など、生活していくうえで困っていることや心配していることなどの相談対応



地域高齢者支援センター

介護予防や健康づくりのお手伝い

介護が必要な状態になることや、介護状態の悪化を防ぐための講座を開催するなど、いつまでも元気で暮らせる支援



高齢者の権利を守る

虐待への対応や、詐欺・悪徳商法防止などの啓発に取り組むことで、高齢者の心身・財産を守る支援

ご参加ありがとうございました。

アンケートへのご協力をお願いします

URLまたはQRコードから、本日の感想・質問等をお聞かせください。

いただいたご質問については、取りまとめのうえ、メールで回答するとともに、市ホームページにも掲載します。



(アンケートURL) https://dshinsei.e-kanagawa.lg.jp/142115-u/offer/offerList_detail?tempSeq=73936