

# 土浦市の



# 総合事業




土浦市では平成29年4月より総合事業（介護予防・日常生活支援総合事業）を実施しています。  
総合事業とは、高齢者の自立支援を目的とした介護予防事業であり、基本チェックリストにより事業対象となった方は、要支援の認定者が利用する訪問・通所サービスが利用できます。下記に記載する事業が、土浦市の総合事業サービスメニューになります。

## 介護予防・生活支援サービス

### 訪問型サービス

基準型訪問サービス (旧介護予防訪問介護)	緩和型訪問サービス (緩和した基準による訪問介護)
<p>以前より提供されてきた介護予防訪問介護（訪問ヘルパーサービス）です。 指定事業所の訪問介護員による、身体介護（入浴、排せつ、着替え等、身体に直接接触して行う介助）・生活援助（掃除、洗濯、調理などの支援）サービスを提供します。</p> <p>※サービス事業者は、冊子「介護保険サービス事業所一覧」を参考にしてください。</p> 	<p>市町村の裁量により緩和された基準で運営する事業者が提供する訪問サービスです。 基準型訪問サービスとは異なり、掃除、洗濯、調理などの「生活援助」サービスのみを行う、訪問型サービスの提供となります。 土浦市では下記の事業者のサービスを利用することができます。</p> <p>【土浦市シルバー人材センター】 サービス名称：土浦シルバー家事援助サービス お問い合わせ：029-824-8281</p> <p>【土浦市社会福祉協議会】 サービス名称：土浦社協家事援助サービス お問い合わせ：029-821-5995</p> <p>各事業者の会員がご自宅に伺い生活援助サービスを提供します。1回当たり1時間程度、100円の利用料でサービスを受けることができます。</p> 

### 通所型サービス

基準型通所サービス (旧介護予防通所介護)	緩和型通所サービス (緩和した基準による通所介護)
<p>以前より提供されてきた介護予防通所介護（デイサービス）です。 指定事業所において、生活機能の向上のための機能訓練などを行います。 事業所からの送迎などもあります。</p> <p>※サービス事業者は、冊子「介護保険サービス事業所一覧」を参考にしてください。</p> 	<p>市町村の裁量により緩和された基準で運営する事業者が提供する通所型サービスです。 基準型通所サービスとは異なり、半日程度の利用で、運動やレクリエーションを行う通所型サービスの提供（ミニデイサービス）となります。 事業所からの送迎などもあります。</p> <p>※サービス事業者は、冊子「介護保険サービス事業所一覧」を参考にしてください。</p>

◆上記の通所サービスは必要ないけど、通いの場に参加したいという方は、裏面記載のサービスや、右記のサロンなどを参考にしてください。

#### 【ふれあい・いきいきサロン】

町内単位で、地域に住む皆さんが協働で活動内容を企画・決定して運営していく仲間づくりの活動です。  
(お問い合わせ)  
土浦市社会福祉協議会 福祉のまちづくり係  
☎029-821-5995

# 一般介護予防事業

土浦市では市民が主体的に活動する「健康づくりの場」の拡充に取り組んでいます。  
市が提供する介護予防の啓発教室の参加を契機に、各地区で活動する運動教室の参加などを通じて、要介護状態にならないよう、毎日の生活に運動を取り入れていきましょう！

	教室名	内 容	お問い合わせ
普 介 及 護 啓 予 発 防	はつらつ元気講座	保健センターや、各中学校地区の公民館などで開催する運動講座です。 □腔ケアや栄養、膝痛・腰痛予防など、健康長寿に役立つ知識もご紹介します。	健康増進課 健康支援係 ☎029-826-3471 (直通)
	認知力アップ教室	保健センター・各中学校地区の公民館などで開催する、認知機能の低下を予防する教室です。	
地 域 介 護 予 防 活 動 支 援	介護予防応援隊	出前講座などを通じて、簡単な運動・脳トレなどの指導や手引書（介護予防ノウハウマニュアル）の配布を行い、個人・地域での介護予防の取組みを応援します。	
	シルバーリハビリ体操教室	地域の公民館などで、ボランティアにより、県が推奨する「シルバーリハビリ体操」をメインとした運動教室を開催します。	高齢福祉課 地域支援係 ☎029-826-1111 (内線2500)
	生きがい対応型デイサービス	各中学校区に1箇所、健康や生きがいづくりのための趣味活動などを行う施設です。利用料100円で参加できます。	高齢福祉課 高齢福祉係 ☎029-826-1111 (内線2479)
	介護支援ボランティア	介護施設などでボランティア活動を行い、社会参加活動を通じて自身の介護予防を図ります。	高齢福祉課 高齢相談係 ☎029-826-1111 (内線2476)

※上記の「一般介護予防事業」は、総合事業の対象とならなかった場合でも、65歳以上の方ならどなたでも参加できます。興味のある方は担当窓口までお問い合わせください。

総合事業のサービス（介護予防・生活支援サービス）を利用する場合は、「地域包括支援センター」のケアプランが必要になります。総合事業の対象となりましたら、お住まいの地区を担当する下記の「地域包括支援センター」に必ずご連絡ください。

- 地域包括支援センターうらら （一中地区、三中地区、四中地区、六中地区）  
☎029-824-0332
- 地域包括支援センターかんだつ（二中地区、五中地区、都和地区、新治地区）  
☎029-869-7035

【総合事業全般に関するお問い合わせ】

土浦市役所 高齢福祉課 地域支援係 ☎029-826-1111（内線2500）