



令和7年4月現在

そう ごう じ ぎょう

総合事業のご案内



総合事業（介護予防・日常生活支援総合事業）では、高齢者の自立した日常生活の支援を目的に、地域住民や医療・介護の専門職などの多様な主体による、生活支援や介護予防など、様々なサービスを提供します。

1 サービス・活動事業

- 内 容 訪問介護・家事援助などの訪問サービスや、デイサービスなどの通所サービス
- 対象者 事業対象者（基本チェックリスト該当者）または 要支援1・2の認定を受けた方
- サービス利用方法

サービスを利用する場合は、介護予防ケアマネジメントを受ける必要があります。
事業の対象となられた方は、お住いの地区の地域包括支援センターにご連絡ください。



- ①地域包括支援センターうらら（一中・三中・四中・六中地区） TEL：029（824）0332
- ②地域包括支援センターかんだつ（二中・五中・都和・新治地区） TEL：029（869）7035

●訪問型サービス※

基準型 訪問サービス	・指定事業所の訪問介護員が、 身体介護 （入浴、排泄、着替えの支援等）や、 生活援助 （掃除、洗濯、調理等の支援）を行います。	
緩和型 訪問サービス	・ 生活援助 （掃除、洗濯、調理等の支援）を行います。（ 身体介護は行いません ） ・1回あたり1時間程度の生活援助で、利用料は100円です。 ・サービス提供事業者は、次のとおりです。 ①土浦市シルバー人材センター TEL：029（824）8281 ②土浦市社会福祉協議会 TEL：029（821）5995	

●通所型サービス※

基準型 通所サービス	・生活機能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。	
緩和型 通所サービス	・運動やレクリエーション等を行う、半日程度のミニデイサービスを行います。 事業所からの送迎などもあります。	

※サービス事業者の詳細は、冊子「介護保険サービス事業所一覧」をご覧ください。

2 一般介護予防事業

●内 容

慣れ親しんだ地域や人とのつながりの中で、いつまでも自分らしく元気に過ごせるように、誰でも参加できる健康づくりの場や生きがいづくりの場を設けています。

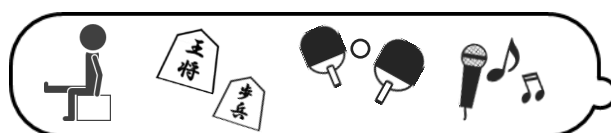
●対象者

市内にお住いの65歳以上の方

●介護予防のための教室等の開催



事業名	内容	お問合せ先
フレイル予防啓発講座	加齢による心や体が弱くなった状態「フレイル」を予防するための講座や教室を開催します。	高齢福祉課 地域支援係 TEL : 029 (826) 1111 (内線 2500)



●通いの場 や 健康・生きがいづくり支援

事業名	内容	お問合せ先
シルバーリハビリ体操教室	- 茨城県推奨の介護予防体操「シルバーリハビリ体操」を行う体操教室です。 - 地区の公民館等で開催しています。	高齢福祉課 地域支援係 TEL : 029 (826) 1111 (内線 2500)
生きがい対応型デイサービス	- 体操やカラオケ、手芸などの趣味活動等が楽しめる施設です。 60歳以上の方なら誰でも参加できます！利用料 100 円です。	高齢福祉課 高齢福祉係 TEL : 029 (826) 1111 (内線 2479)
介護支援ボランティア	- 介護施設等でボランティア活動を行っていただきます。 - 活動実績に応じて、交付金が受けとれるポイントが付与されます。	高齢福祉課 高齢相談係 TEL : 029 (826) 1111 (内線 2476)
介護予防応援隊	- 理学療法士等が高齢者クラブ等の通いの場を対象に、運動や講話などの出前講座を行います。 - 希望する団体には、健康体操の CD やマニュアルを配布します。	高齢福祉課 地域支援係 TEL : 029 (826) 1111 (内線 2500)



3 総合事業全般に関するお問合せ先

土浦市役所高齢福祉課 地域支援係
TEL : 029 (826) 1111 (内線 2500 ・ 2501)

