

## 茅ヶ崎市の介護予防事業について

### 1 すこやか支援プログラム

項目	内容	特徴
対象者	要介護の恐れのある高齢者	
対象者把握事業	基本チェックリストにより把握	運動、認知、栄養、口腔等に関わるチェック25項目により、介護のおそれの高い方を把握
通所型介護予防事業	すこやか運動教室(運動器機能向上)	1コース12回 16教室
	脳力アップ教室(認知症予防)	1コース12回 9教室
	健康アップ教室(複合型)	1コース12回 4教室
訪問型介護予防事業	うつ・閉じこもりの方への訪問	栄養士、保健師による訪問
	配食サービス	低栄養の高齢者に栄養のバランスのとれた食事を配食
すこやか支援プログラム評価事業	主観的健康度による評価(SF-8)	

### 2 はつらつ健康プログラム

項目	内容	特徴
対象者	65歳以上の高齢者等	内容によっては家族や介護者も参加可能
介護予防普及啓発事業	転倒予防教室	市内22会場で月1回実施
	健康維持支援事業	ちがさき体操のパンフレット作成 介護予防啓発チラシを作成し65歳になる方に郵送
	介護予防講演会	栄養講座4回 介護予防講演会6回
地域介護予防活動支援事業	地区組織活動支援事業	高齢者サロン等に保健師が出向きミニ健康講座や血圧測定等を実施
	介護予防従事者及び高齢者支援リーダー研修事業	高齢者支援リーダー(歌体操ボランティアを含む)の養成等
はつらつ健康プログラム評価事業	主観的健康度による評価(SF-8)	