

介護予防の取り組み

介護状態にならないように、また介護が必要になった時も、本人や家族が安心して在宅生活ができるように、さまざまな教室があります。

●通いの場

地域の公民館などに週に1回程度集まり、体操やおしゃべりを楽しみ元気になる、住民主体の自主運営の活動です。保健師などが「通いの場」立ち上げの支援を行っています。

○対象者：65歳以上の人で体操を行うことに医療的な制限がない人

■問合せ：高齢者支援課 ☎33-4436



●介護予防教室

介護状態にならないための体操や転倒予防、口腔ケア、栄養改善の講話・実技を行い、自立した生活を送ることができるようにするための教室を開催しています。

○対象者：おおむね65歳以上のグループ

■問合せ：高齢者支援課 ☎33-4436

●いきいきサロン

お住まいの地域で楽しく交流し、健康で生きがいのある生活ができるような集いの場です。

○対象者：65歳以上の人

■問合せ：八代市社会福祉協議会 ☎62-8228

●介護技術教室

介護技術や介護者の健康づくり、技術の習得、介護負担の軽減を目的として教室を開催しています。

○対象者：介護をしている家族など

■問合せ：各地域包括支援センター

●家族介護者交流教室

介護による精神的な負担や孤立感を軽減し、心の健康を図ることを目的として、介護をしている家族、介護に興味がある人の交流会を開催しています。

○対象者：介護をしている人、近隣の援助者、ボランティア団体

■問合せ：各地域包括支援センター

8月開催の家族介護者交流教室のお知らせ

○日時：8月19日(火)、8月21日(木) 14:00～15:30

○場所：19日:鏡地域福祉センター、21日:東陽地域福祉保健センター

○内容：①「災害への備え」高齢者介護中の家族が知っておくこと
②「家族介護についての座談会」介護のことを、お茶を飲みながら語りあいましょ

○定員：20人(先着) ○費用：無料 ○申込方法：電話

○申込締切：鏡地域福祉センター:8月12日 東陽地域福祉保健センター:8月14日

■申込み・問合せ：第1地域包括支援センター(ふるさと) ☎53-2601



高齢者の在宅サービスについて

高齢者の多くは、介護が必要な状態になっても、可能な限り在宅で生活することを希望しています。高齢者が安心して自立した生活を送れるよう、実施している在宅サービス(介護保険外サービス)についてお知らせいたします。

食の自立支援事業(配食サービス)

栄養バランスのとれたお弁当の配達と安否の確認を行います。

○対象者：食事の支度をするのが困難な65歳以上のひとり暮らしの人、65歳以上の高齢者のみ世帯の人

○自己負担額：一食あたり300円～650円(税込)

■問合せ:高齢者支援課 ☎33-4436



安心相談確保事業(緊急通報装置の貸与)

緊急通報装置を貸し出し、緊急時に駆け付けます。そのほか、人感センサーの貸し出しや毎月のお元気コールなどで安否の確認を行います。

○対象者：65歳以上のひとり暮らしの人など

○自己負担額：月額247円(税込)

■問合せ:高齢者支援課 ☎33-4436



ワンコインサービス

高齢者の家庭のちょっとした困りごとをサポートします。

○対象者：支援を要する人でおおむね65歳以上のひとり暮らし、または夫婦のみの世帯の人など

○自己負担額：100円または500円(税込)

(100円の利用例)買い置きのある電球や蛍光灯の交換・朝のゴミ出しなど10分程度の作業

(500円の利用例)資源物仕分け・資源物出し(徒歩で回収指定場所まで)洗濯物干し・洗濯物取り込みなど30分程度の作業

※作業内容によってはワンコインでの対応ができない場合があります

■問合せ：八代市シルバー人材センター ☎33-2711



買い物困難者の支援

本市の中山間地域において買い物が困難な状況にある市民向けに移動販売を行っている事業者に対し、燃料費の一部助成を実施。安定的な事業運営が図られるよう支援しています。

■問合せ:地域政策課 ☎33-4168

