

## 事業概要表

事業名称	高齢者活動推進事業(高齢者交流広場維持管理事業)			事業種別	直営	担当部課	健康福祉部長寿課			事務事業No.	2
事業期間	平成12年度 ~ 継続			記入者	安藤 真由美						
事業の経緯	平成12年度以降、地元町内会等の要望により6か所の高齢者交流広場を建設した。管理運営については、地元町内会等で組織される運営委員会と覚書を交わし、鍵の管理等日常的な管理運営を運営委員会が無償で行っている。建設時の地元要望にはコミュニティーセンターとしての役割があり、高齢者以外にも利用を認め、利用料は無料としている。また、平成23年度の合併に伴い、旧一色町のいきいき健康プラザを高齢者交流広場とした。なお、いきいき健康プラザは介護予防事業を担当する臨時職員により鍵の管理等を行っている。					根拠法令	無				
						根拠条例	西尾市高齢者交流広場の設置及び管理に関する条例				
						必須業務の有無	無				
事業目的・事業の位置づけ (首長公約、マニフェスト、総合計画、緊急年度など)	第5期高齢者福祉・介護保険事業計画に位置づけ、日常生活において見守り等が必要な高齢者に対する援助サービスを行い、並びに高齢者相互及び市民との交流を促進することにより、健全で活力ある地域社会を構築する。					これまでの成果	成果の内容	高齢者と地域の交流 高齢者の閉じこもりを防止			
							実績指標名	利用延人数			
事業概要 施設概要(規模、階数、 建築年度など)	西尾市高齢者交流広場さくら会館(延床面積279.6㎡、平屋、平成12年度) 西尾市高齢者交流広場平坂ことぶき会館(延床面積119.58㎡、平屋、平成14年度) 西尾市高齢者交流広場寺津福祉会館(延床面積125.3㎡、平屋、平成15年度) 西尾市高齢者交流広場福地福祉会館(延床面積124.71㎡、平屋、平成19年度) 西尾市高齢者交流広場伊文福祉会館(延床面積150.23㎡、平屋、平成21年度) 西尾市高齢者交流広場とくづき福祉会館(延床面積145.4㎡、平屋、平成21年度) 西尾市一色いきいき健康プラザ(延床面積172.28㎡、平屋、平成15年度) (いきいき健康プラザを除く各施設では宅老所事業も行っている)					指標の推移	単位	H24実績	H25実績	H26見込	目標値( )
							人	34,031	30,591	30,600	
						成果指標名	利用団体数				
						指標の推移	単位	H24実績	H25実績	H26見込	目標値( )
【収入】	千円		H24実績	H25実績	H26見込	対象者の状況	対象者名	各年4月1日65歳以上(=高齢者)人口			
	使用料・手数料	0	0	0	0		対象者の推移	単位	H24実績	H25実績	H26見込
国支出金(補助率)			0	0	0	民間委託	対象者の推移	人	35,754	37,200	38,528
	県支出金(補助率)			0	0		0	委託の現状(実施の有無、委託先、委託期間、選定手法など)	市の直営だが、いきいき健康プラザを除く6施設の鍵の管理や日常的な管理運営は、地元町内会などで組織される運営委員会が無償で実施		
その他( )				0	0	0	民間委託の受け皿		■なし □あり(具体的に: )		
	収入合計		0	0	0	市における類似事業		老人の家 9か所(横須賀老人憩の家、津平老人憩の家、荻原老人憩の家、白浜老人憩の家、吉田老人憩の家、鳥羽老人憩の家、幡豆老人憩の家、東幡豆老人憩の家、老人の家鶴城会館) 老人福祉センター 2か所(一色老人福祉センター、老人福祉センター(総合福祉センター内))			
【支出】	千円		H24実績	H25実績	H26見込		近隣市町の状況 全国の動向	近隣市においての状況は、老人クラブ等の地元組織が管理を行っている。施設利用料は、各市とも無料。老朽化の著しい施設を除いては現状維持。			
	人件費	正規職員	従事人数(人)	0.20	0.20	0.20		国、県の補助金の動向	施設整備について国の「地域介護・福祉空間整備等施設整備交付金」がある。		
臨時・嘱託・再雇用職員		従事人数(人)	0.0	0.0	0.0	廃止したときの影響	地域の高齢者福祉活動の拠点がなくなり、宅老所やころぼん教室、シルバー元気教室などの介護予防事業の実施場所の確保が困難となる。				
	事業費(予算・決算上)		3,118	3,834	6,282		その他特記事項(公開事業診断にかけたい理由、議論して欲しい点、留意事項など)	①地域包括ケア体制の構築(市長マニフェスト)、公共施設再配置計画も踏まえた議論をお願いしたい。 ②一部の高齢者交流広場で、運営委員会の機能が弱くなっており見直しが必要となっている。 ③類似事業の管理運営のあり方(老人の家9か所中、1か所は運営委員会による無償運営、8か所は地元町内会等への有償委託。老人福祉センター2か所は指定管理)も含めて検討する必要がある。			
支出合計		4,516	5,227	7,675							
【収支】	千円		H24実績	H25実績	H26見込	主な事業費(H26見込)	消耗品費	AED、その他消耗品	391,000		
	一般財源充当額		4,516	5,227	7,675		燃料費	プロパンガス料金	262,000		
対象者あたり一般財源充当額(円)		126	141	199	光熱水費	電気料、上下水道料	2,358,000				
					施設維持管理委託料	浄化槽管理業務委託料、消防用設備点検業務委託料、剪定・除草等業務	262,000				

## ●高齢者交流広場の利用状況

施設名	利用日数 (日)	会館日数 (日)	利用率 (%)	延利用人数	宅老人数	宅老利用以外内訳	
						高齢者	高齢者以外
さくら会館	252	365	69.04	6,807	1,355	4,750	702
伊文福社会館	305	365	83.56	6,479	1,227	4,807	445
寺津福社会館	263	365	72.05	4,665	1,547	2,759	359
福地福社会館	124	365	33.97	2,750	1,105	1,444	201
とくつぎ福社会館	169	365	46.30	3,282	1,053	2,015	214
ことぶき会館	151	365	41.37	2,634	1,331	1,303	0
いきいき健康プラザ	238	245	97.14	3,041	2,606	435	0
合計	1,502	2,435	—	29,658	10,224	17,513	1,921
平均	214.57	347.86	63.35	4,236.86	1,460.57	2,501.86	274.43

## ●宅老登録者数

施設名	宅老所名	登録人数	延利用人数
さくら会館	あい（高齢者交流広場さくら会館）	27人	923人
伊文福社会館	だんだん（高齢者交流広場伊文福社会館）	22人	809人
寺津福社会館	はまかぜ（高齢者交流広場寺津福社会館）	32人	915人
福地福社会館	ふくふく（高齢者交流広場福地福社会館）	22人	774人
とくつぎ福社会館	えがお（高齢者交流広場とくつぎ福社会館）	65人	758人
ことぶき会館	アロエ（高齢者交流広場平坂ことぶき会館）	22人	937人

## ●長寿課所管施設

名称	開設年月日	使用料
老人福祉センター	H8. 4. 1	無料
老人の家 鶴城会館	H14. 4. 1	
高齢者交流広場さくら会館	H12. 10. 1	
高齢者交流広場平坂ことぶき会館	H14. 4. 1	
高齢者交流広場寺津福社会館	H16. 1. 1	
高齢者交流広場福地福社会館	H20. 4. 1	
高齢者交流広場伊文福社会館	H21. 4. 1	
高齢者交流広場徳次福社会館	H22. 4. 1	
一色老人福祉センター	S47	
一色町いきいき健康プラザ	H14. 4. 1	
横須賀老人憩の家	S58. 4	
津平老人憩の家	S59. 4	
荻原老人憩の家	S62. 4	
白浜老人憩の家	S63. 4	
吉田老人憩の家	S60. 4	
東幡豆老人憩の家	S47. 3. 31	
幡豆老人憩の家	S50. 11. 15	
鳥羽老人憩の家	S59. 2. 17	

ふれあいセンター使用料金一覧

利用区分			午前	午後	夜間	全日
			9:00 ~13:00	13:00 ~17:00	17:00 ~21:00	9:00 ~21:00
西尾市中央 ふれあいセンター	多目的ホール	団体利用	1,000	1,000	1,000	3,000
		個人利用 (1人につき)	100	100	100	300
	第1研修室	600	600	600	1,800	
	第2研修室	400	400	400	1,200	
	第3研修室	100	100	100	300	
	第4研修室	100	100	100	300	
	ミーティングルーム	200	200	200	600	
	視聴覚室	1,000	1,000	1,000	3,000	
	料理室	800	800	800	2,400	
	和洋裁室	1,100	1,100	1,100	3,300	
	会議室	500	500	500	1,500	
	講義室	1,200	1,200	1,200	3,600	
	茶室	200	200	200	600	
	和室A	100	100	100	300	
和室B	100	100	100	300		
西尾市西野町 ふれあいセンター	多目的ホール	団体利用	2,100	2,100	2,100	6,300
		個人利用 (1人につき)	100	100	100	300
	会議室	300	300	300	900	
	研修室	300	300	300	900	
	和室1	300	300	300	900	
	和室2	400	400	400	1,200	
	ミーティングルーム	200	200	200	600	
	茶室	200	200	200	600	
西尾市八ツ面 ふれあいセンター	多目的ホール	団体利用	2,000	2,000	2,000	6,000
		個人利用 (1人につき)	100	100	100	300
	会議室	200	200	200	600	
	研修室1	400	400	400	1,200	
	研修室2	400	400	400	1,200	
	和室1	200	200	200	600	
	和室2	200	200	200	600	
	ミーティングルーム	200	200	200	600	
工芸室	400	400	400	1,200		
西尾市鶴城 ふれあいセンター	多目的ホール	団体利用	2,000	2,000	2,000	6,000
		個人利用 (1人につき)	100	100	100	300
	研修室1	400	400	400	1,200	
	研修室2	300	300	300	900	
	和室	300	300	300	900	
	ふれあいルーム	500	500	500	1,500	
西尾市矢田 ふれあいセンター	多目的ホール	団体利用	2,100	2,100	2,100	6,300
		個人利用 (1人につき)	100	100	100	300
	会議室	400	400	400	1,200	
	研修室1	300	300	300	900	
	研修室2	300	300	300	900	
	和室1	200	200	200	600	
	和室2	200	200	200	600	
ミーティングルーム	200	200	200	600		
西尾市寺津 ふれあいセンター	多目的ホール	団体利用	1,100	1,100	1,100	3,300
		個人利用 (1人につき)	100	100	100	300
	会議室	200	200	200	600	
	学習室	300	300	300	900	
	工芸室	600	600	600	1,800	
	和室	200	200	200	600	
	ミーティングルーム	100	100	100	300	
	満天広場	400	400	400	1,200	

## ふれあいセンター使用料金一覧

利用区分		午前	午後	夜間	全日	
		9:00 ~13:00	13:00 ~17:00	17:00 ~21:00	9:00 ~21:00	
西尾市福地 ふれあいセンター	多目的ホール	団体利用	2,200	2,200	2,200	6,600
		個人利用 (1人につき)	100	100	100	300
	会議室	300	300	300	900	
	実習室	400	400	400	1,200	
	和室1	200	200	200	600	
	和室2	200	200	200	600	
	ミーティングルーム	200	200	200	600	
西尾市米津 ふれあいセンター	多目的ホール	団体利用	2,100	2,100	2,100	6,300
		個人利用 (1人につき)	100	100	100	300
	会議室	200	200	200	600	
	研修室1	400	400	400	1,200	
	研修室2	400	400	400	1,200	
	和室	300	300	300	900	
	ミーティングルーム	200	200	200	600	
西尾市室場 ふれあいセンター	多目的ホール	団体利用	1,000	1,000	1,000	3,000
		個人利用 (1人につき)	100	100	100	300
	会議室	400	400	400	1,200	
	研修室1	200	200	200	600	
	研修室2	200	200	200	600	
	料理室	300	300	300	900	
西尾市三和 ふれあいセンター	多目的ホール	団体利用	1,400	1,400	1,400	4,200
		個人利用 (1人につき)	100	100	100	300
	会議室	300	300	300	900	
	研修室	300	300	300	900	
	料理室	400	400	400	1,200	
西尾市一色町 公民館	料理実習室	600	600	600	1,800	
	研修室1	400	400	400	1,200	
	研修室2	300	300	300	900	
	研修室3	400	400	400	1,200	
	団体研修室1	200	200	200	600	
	団体研修室2	200	200	200	600	
	視聴覚室	700	700	700	2,100	
	工作室	400	400	400	1,200	
	会議室1	1,500	1,500	1,500	4,500	
	会議室2	700	700	700	2,100	
	会議室3	300	300	300	900	
	会議室4	300	300	300	900	
	会議室5	200	200	200	600	
	会議室6	200	200	200	600	
	茶室	600	600	600	1,800	
西尾市吉良町 公民館	講堂	2,500	2,500	2,500	7,500	
	和室1	200	200	200	600	
	和室2	300	300	300	900	
	和室3	200	200	200	600	
	和室4	100	100	100	300	
	和室5	100	100	100	300	
	会議室1	600	600	600	1,800	
	会議室2	200	200	200	600	
	会議室3	400	400	400	1,200	
	会議室4	400	400	400	1,200	
	会議室5	1,200	1,200	1,200	3,600	
	料理教室	800	800	800	2,400	
	視聴覚室	400	400	400	1,200	

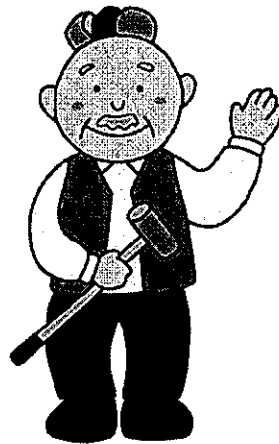
ふれあいセンター使用料金一覧

利用区分		午前	午後	夜間	全日	
		9:00 ~13:00	13:00 ~17:00	17:00 ~21:00	9:00 ~21:00	
西尾市横須賀 ふれあいセンター	多目的ホール	団体利用	3,400	3,400	3,400	10,200
		個人利用 (1人につき)	100	100	100	300
	調理実習室	500	500	500	1,500	
	和室	200	200	200	600	
西尾市幡豆 公民館	会議室	700	700	700	2,100	
	大会議室	1,300	1,300	1,300	3,900	
	中会議室	400	400	400	1,200	
	和室	300	300	300	900	
	会議室 1	200	200	200	600	
会議室 2	200	200	200	600		
西尾市幡豆 ふれあいセンター	多目的ホール	団体利用	3,000	3,000	3,000	9,000
		個人利用 (1人につき)	100	100	100	300
	和室 1	300	300	300	900	
	和室 2	200	200	200	600	
	研修室 1	300	300	300	900	
	研修室 2	200	200	200	600	
	研修室 3	300	300	300	900	

平成26年度

# 西尾市の介護予防サービス

(地域支援事業)



西尾市役所 長寿課

65-2120(直通)

# 目次

「介護予防」をはじめましょう！	1
介護予防チェックを行ってみましょう	2
介護予防サービスを利用するには	4

## 元気な高齢者向けの介護予防サービス

1 70歳いきいき健康チェック	5
2 シルバー元気教室	6
3 脳いきいき教室	8
4 出前脳いきいき教室	9
5 宅老所	10
6 一色いきいき健康プラザ	11
7 吉良いきいきサービス	12
8 幡豆生きがいサービス	13
9 佐久島生きがいサービス	14

## 今後、介護や支援が必要となる可能性が高い高齢者向けの介護予防サービス

10 ころばん教室	15
11 健口かむかむ教室	16

## ボランティアをしてみませんか

12 介護予防サポーター養成講座	17
------------------	----

# 「介護予防」をはじめましょう！

いつまでもいきいきと、住み慣れた地域で自分らしく暮らしたい！  
そのためには、今から「介護予防」に取り組みましょう。

「自分はまだ元気だから介護予防なんて関係ない」と思っていないですか？  
元気な今のうちから取り組んでこそ、効果的な予防ができるのです。

まずは、2・3ページにある「介護予防チェックリスト」を実施してください。

「介護予防チェックリスト」は、現在の心身の健康状態や、日常生活の動作などを  
チェックして、要介護状態をもたらす原因を早期に発見するためのものです。

チェックリストで何らかの介護予防サービスを受けることが望ましいとされたかたは、  
地域包括支援センター（裏表紙に記載）に相談してみましょう。

## 介護予防とは…

元気な人が介護が必要な状態にならないように、また介護が必要な人もできるだけ  
機能を維持・改善できるように日常生活を活発にすることです。

## 地域包括支援センターとは…

高齢者の介護や福祉、保健、医療などをサポートする総合相談機関です。  
介護予防チェックの結果等をもとに、そのかたにあった介護予防サービスが適切に  
提供されるように調整します。



## 特定健診等でも介護予防チェックを実施しています

### 対象者は？

要支援・要介護認定を受けていない、65歳以上のかた

### 受けるとどうなるの？

今後、介護や支援が必要になる可能性が高いかたに対して、そのかたに合った適切な  
情報や介護予防サービスを提供し、状態の維持改善を図ります。

### どうやって受けるの？

国民健康保険のかた・・・「国保特定健診」の実施時に同時に行います。

後期高齢者医療制度のかた・・・「後期高齢者健診」の実施時に同時に行います。

それ以外のかた・・・長寿課へお問合せください。（介護予防チェックのみ行います。）



# 介護予防チェックリストを行ってみましょう

あなたに必要な介護予防を知るために、あなたの日常生活をチェックしてみましょう。  
当てはまる項目に○をつけてください。○の多い項目が特に注意が必要です。

## 介護予防チェックリスト

番号	項目	チェック
1	バスや電車で1人で外出していない	
2	日用品の買物をしていない	
3	預貯金の出し入れをしていない	
4	友人の家を訪ねていない	
5	家族や友人の相談にのっていない	
6	階段を手すりや壁をつたわずには昇れない	
7	椅子に座った状態から何もつかまらずに立ち上がれない	
8	15分位続けて歩けない	
9	この1年間に転んだことがある	
10	転倒に対する不安は大きい	
11	6カ月間で2～3kg以上の体重減少がある	
12	自分のBMIが18.5未満である BMI ( ) = 体重 ( ) kg ÷ 身長 ( ) m ÷ 身長 ( ) m ※例：身長150cm (1.5m)、体重50kgの人 BMI=50kg ÷ 1.5m ÷ 1.5m=22.2	
13	半年前に比べて固いものが食べにくくなった	
14	お茶や汁物等でむせることがある	
15	口の渇きが気になる	
16	外出は週に1回未満である	
17	昨年と比べて外出の回数が減った	
18	周りの人から「いつも同じ事を聞く」などの物忘れがあると言われる	
19	自分で電話番号を調べて、電話をかけることをしていない	
20	今日が何月何日かわからない時がある	
21	(ここ2週間) 毎日の生活に充実感がない	
22	(ここ2週間) これまで楽しんでやれていたことが楽しめなくなった	
23	(ここ2週間) 以前は楽にできていたことが今ではおっくうに感じられる	
24	(ここ2週間) 自分が役に立つ人間だと思えない	
25	(ここ2週間) わけもなく疲れたような感じがする	

1~20の ○の数 個	1~20の○の数が10個以上の人 あなたに必要な介護予防は… 運動器の機能向上、栄養改善、口腔機能の向上です。日常の活動量の低下が心配されます。まずは身の回りのことをできるだけ自分で行いましょう。
6~10の ○の数 個	6~10の○の数が3個以上の人 あなたに必要な介護予防は… 運動器の機能向上です。筋力の低下が起きると転倒しやすくなります。「ころばん教室」、「シルバー元気教室」などに参加し、転倒・骨折予防に取り組みましょう。
11・12の ○の数 個	11・12の○の数が2個以上の人 あなたに必要な介護予防は… 栄養改善です。偏った食生活は低栄養を招きます。「シルバー元気教室」などに参加し、栄養改善に取り組みましょう。
13~15の ○の数 個	13~15の○の数が2個以上の人 あなたに必要な介護予防は… 口腔機能の向上です。おいしく食べ、会話を楽しむためにも「健口かむかむ教室」「シルバー元気教室」に参加し、お口の健康づくりに取り組みましょう。
16・17の ○の数 個	16・17のどちらかに○のついた人 あなたに必要な介護予防は… 閉じこもり予防です。家に閉じこもってばかりだと、寝たきりや認知症につながるおそれがあります。「シルバー元気教室」「宅老所」「一色いきいき健康プラザ」「吉良いきいきサービス」「幡豆生きがいサービス」「佐久島生きがいサービス」に参加するなど外出の機会を増やしましょう。
18~20の ○の数 個	18~20の○の数が1個以上の人 あなたに必要な介護予防は… 認知症予防です。物忘れが心配な人は「脳いきいき教室」に参加しましょう。また、早めに専門家に相談したり、医療機関を受診することも大切です。
21~25の ○の数 個	21~25の○の数が2個以上の人 あなたに必要な介護予防は… うつ予防です。配偶者や友達との死別、仕事などの役割がなくなるなど、喪失感から、うつ状態になりやすくなります。早めに専門家に相談しましょう。

# 介護予防サービスを利用するには

介護予防チェックリストを実施してみましょう

今後、介護や支援が必要となるおそれがある

介護や支援を必要としない元気な高齢者

地域包括支援センターに相談しましょう（裏表紙に記載）

地域包括支援センター  
チェックリスト等を用いて心身の状態等を把握し、課題を分析します

一般向けの介護予防サービスを利用して、現状を維持しましょう

- ・シルバー元気教室
- ・脳いきいき教室
- ・宅老所
- ・一色いきいき健康プラザ
- ・吉良いきいきサービス
- ・幡豆生きがいサービス
- ・佐久島生きがいサービス など

今後、介護や支援が必要となる可能性が高い高齢者

介護や支援を必要としない元気な高齢者

地域包括支援センター  
本人の希望も踏まえて、そのかたにあった介護予防サービスを決定し、介護予防ケアプランを作成します

今後、介護や支援が必要となる可能性が高い高齢者向けの介護予防サービスを利用して、介護が必要な状態にならないようにしましょう

- ・ころばん教室
- ・健口かむかむ教室

地域包括支援センター  
一定期間ごとに効果を評価、介護予防ケアプランを見直します

# 元気な高齢者向けの介護予防サービス

## 1 70歳いきいき健康チェック

介護予防の必要性を理解していただき、70歳時の元気を維持していただくため、70歳を迎えるかたに介護予防チェック、健康体操、講話を行います

### 対象者

今年度に70歳を迎えるかた  
 (昭和19年4月2日～昭和20年4月1日生まれ)  
 ※要支援・要介護認定を受けているかたは対象となりません

### 内容

案内・質問表が送られてくる



指定日に地域のふれあいセンターなどで話を聞く

- ・介護予防についてのチェックリスト
- ・健康体操と講話(介護予防、歯の健康)  
 (生活の見直しや介護予防の取り組みなどをアドバイス)
- ・個別相談(希望者)

※ 質問表を記入のうえ、当日持参ください

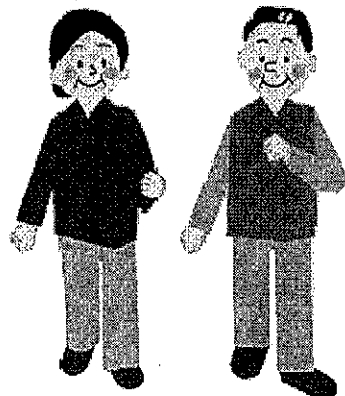
必要なサービスがある場合、地域包括支援センターの職員から電話や訪問をさせていただきます

### 会場・実施日

5月下旬から6月下旬  
 ※対象者の方には4月下旬から順次郵送で通知します

### 問合せ

市役所 長寿課 地域支援事業担当 65-2120



## 2 シルバー元気教室

運動を中心に介護予防に関するさまざまな内容に取り組んでいます

**対 象 者** 65歳以上で、要支援・要介護認定を受けておらず、  
介助なく教室に参加できるかた

**内 容**

- ・介護予防について
- ・健康体操、体力測定
- ・レクリエーション
- ・お口の健康講座
- ・栄養の健康講座
- ・認知症予防の健康講座
- ・血圧測定および健康相談（月1回）

**開 催 回 数** 月2回

**実施会場・実施日** ※詳しい日程はお問合せください

・午前の部 午前10時～11時30分  
（血圧測定のない日：午前10時30分～11時30分）

地区	会 場	曜日	問合せ・申込み
西尾	老人の家鶴城会館	火	地域包括支援センター中央 (54-8998)
西野町	西野町ふれあいセンター	火	市役所 長寿課
福地南部	福地ふれあいセンター	水	地域包括支援センターせんねん村 (64-0002)
鶴城	高齢者交流広場さくら会館	水	地域包括支援センター鶴城 (55-3155)
平坂	西尾勤労会館	木	地域包括支援センターいずみ (55-7373)
福地北部	鶉ヶ池町公民館	木	市役所 長寿課
一色	一色健康センター	木	一色町地域包括支援センター (72-9654)
東幡豆	東幡豆老人憩の家	木	吉良幡豆地域包括支援センター (62-6677)

地区	会 場	曜日	問合せ・申込み
三和	三和ふれあいセンター 2階	金	地域包括支援センター社会福祉協議会（56-1021）
横須賀	横須賀老人憩の家	金	吉良幡豆地域包括支援センター（62-6677）

・午後の部 午後1時30分～3時（血圧測定のない日：午後2時～3時）

地区	会 場	曜日	問合せ・申込み
中畑	中畑公民館／田貫公民館	月	市役所 長寿課
池田	池田ふれあい会館	月	市役所 長寿課
米津	米津ふれあいセンター	火	地域包括支援センター鶴城（55-3155）
西幡豆	幡豆老人憩の家	火	市役所 長寿課
前野	一色老人福祉センター	火	一色町地域包括支援センター（72-9654）
徳次	高齢者交流広場 とくつぎ福祉会館	水	地域包括支援センター中央（54-8998）
白浜	白浜老人憩の家	水	市役所 長寿課
津平	津平老人憩の家	木	市役所 長寿課
伊文	高齢者交流広場伊文福祉会館	木	市役所 長寿課
寺津	寺津ふれあいセンター	木	地域包括支援センターせんねん村（64-0002）
ハツ面	ハツ面ふれあいセンター	木	地域包括支援センター社会福祉協議会（56-1021）
矢田	JA西三河 平東支店 2階 （5月より矢田ふれあいセンター）	木	地域包括支援センターいずみ（55-7373）
室場	室場ふれあいセンター 2階	金	市役所 長寿課

参加料 無料

参加方法 初めて参加される方は、申込書を記入していただき、保健師等が健康チェックを実施したうえで参加を決定します

問合せ・申込 市役所 長寿課 地域支援事業担当 65-2120

### 3 脳いきいき教室

認知症予防に取り組む教室です

#### 対 象 者

65歳以上のかた

- ・ ものわすれが気になるかた
  - ・ 認知症予防に興味のあるかた
- ※ 次のかたは対象となりません。
- ・ 既に医療機関で認知症の治療を受けているかた
  - ・ 要支援・要介護認定を受けているかた
  - ・ 今までに参加されたことのあるかた

#### 参 加 条 件

「認知症を予防するために参加する」という目的をもっていること

#### 内 容

全6回

回	内 容
1	認知症の検査をしてみよう
2	認知症ってどんな病気？
3	認知症の予防をしよう（1）
4	認知症の予防をしよう（2）・運動
5	認知症の予防をしよう（3）・運動
6	認知症の予防をしよう（4）

※内容は前後する場合があります

#### 時 間

午後2時～3時30分

#### 会場・実施日程

会 場	期 間	申込み開始日
西尾市役所	5月～7月	4月10日（木）
西尾市役所	10月～12月	9月10日（水）

#### 参 加 料

無料

#### 定 員

1コース 20人

## 参加方法

申込開始日以降に直接または電話で長寿課へ申込してください  
定員になり次第締め切ります

## その他

認知症予防のための検査をさせていただきますので、ご理解とご協力を  
お願いします  
軽運動を行います

## 問合・申込

市役所 長寿課 地域支援事業担当 65-2120

## 4 出前脳いきいき教室

お近くの公民館等で、認知症について学び、認知症予防に取り組む教室です

## 対象者

65歳以上の方で、10人以上の団体

## 内 容

全2回 各1回90分

回	内 容
1	認知症の検査をしてみよう
2	認知症を知ろう

## 会場・日時

申込時相談させていただきます

## 参加料

無料

## 定 員

20団体程度

## 申込方法

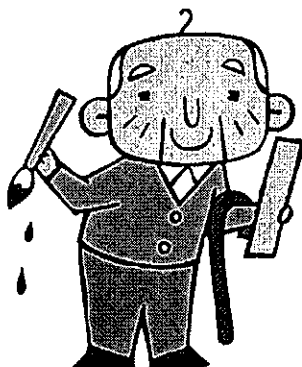
市役所長寿課へ直接またはFAXでお申込ください  
後日担当者より連絡させていただきます

## その他

認知症予防のための検査をさせていただきますので、ご理解とご協力を  
お願いします

## 問合・申込

市役所 長寿課 地域支援事業担当 65-2120





# 5 宅老所

ボランティアの方々の運営により、高齢者が集まり、交流を深めています

**対 象 者** 65歳以上で要支援・要介護認定を受けておらず、身の回りのことが自分でできるかた

**実施会場・実施日**

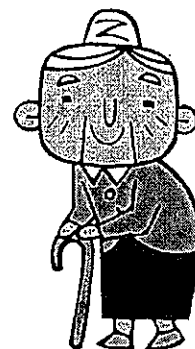
愛 称	会 場 所 在 地	曜 日 時 間
もちのき	三和小学校・和室 米野町松葉内25（三和小学校内）	毎週月曜日 午前10時～午後1時
えがお	高齢者交流広場とくつぎ福祉会館 徳次町宮廻10-1	毎週月曜日 午前10時～午後1時
ふくふく	高齢者交流広場福地福祉会館 斉藤町向縄4-1	毎週火曜日 午前10時～午後1時
だん・だん	高齢者交流広場伊文福祉会館 伊文町16（伊文神社東）	毎週水曜日 午前10時～午後1時
あい	高齢者交流広場さくら会館 桜町2丁目35	毎週木曜日 午前10時～午後1時30分
はまかぜ	高齢者交流広場寺津福祉会館 寺津町天王山27	毎週木曜日 午前10時～午後1時
ふれあいの家 アロエ	高齢者交流広場平坂ことぶき会館 平坂町山崎26-4（勤労会館西）	毎週金曜日 午前10時～午後3時

**利 用 料** 食事代400円程度  
(その他にもレクリエーション等に必要な実費をいただくことがあります)

**利 用 方 法** 直接開催日にお越しください

**問 合** 市役所 長寿課 高齢者福祉担当 65-2121

※ お手伝いしていただけるボランティアスタッフも募集しています



## 6 一色いきいき健康プラザ

閉じこもり予防を目的に介護予防に取り組む教室です

### 対 象 者

65歳以上で要支援・要介護認定を受けておらず、身の回りのことが自分でできるかた

### 内 容

健康チェック、健康体操、レクリエーション、ボランティア参加によるイベント など  
※昼食はできません（弁当をお持ちください）

### 実 施 日

月～金曜日 午前10時～午後3時  
※利用回数は週2回を限度とします

### 実 施 会 場

一色いきいき健康プラザ  
（一色町中外沢上羽瀬11-1）  
※送迎（要相談：半径6km以内に限ります）

### 利 用 料

無料  
（ただし、レクリエーション等に必要な実費をいただくことがあります）

### 定 員

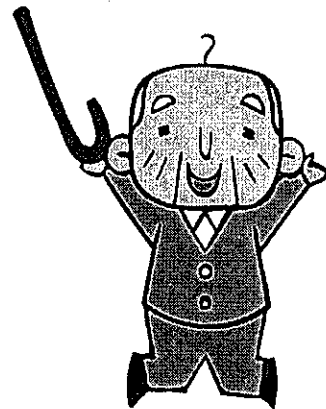
15人/日

### 利 用 方 法

一色いきいき健康プラザへ直接申し込みしてください  
（月～金曜日 午前9時～午後4時）  
一色いきいき健康プラザ 72-2602

### 問 合

市役所 長寿課 地域支援事業担当 65-2120



# 7 吉良いきいきサービス

閉じこもり予防を目的に介護予防に取り組む教室です

**対 象 者** 65歳以上で要支援・要介護認定を受けておらず、身の回りのことが自分でできるかた

**内 容** 健康体操、レクリエーション など

**実施会場・実施日**

会 場 (所在地)	曜 日	時 間
横須賀老人憩の家 (吉良町上横須賀宮腰87-2)	毎週火曜日	午前10時～午後4時
荻原老人憩の家 (吉良町荻原大道通18-1)	毎週水曜日	
白浜老人憩の家 (吉良町富好新田紺屋堀6-1)	毎週木曜日	

※利用回数は週2回を限度とします

**利 用 料** 食事代600円 (おやつ代含)  
(その他にもレクリエーション等に必要な実費をいただくことがあります)

**定 員** 18人/日

**利 用 方 法** JA西三河吉良町ヘルプサービス (JA西三河横須賀支店内) へ  
直接申し込みしてください  
JA西三河横須賀支店 JA西三河吉良町ヘルプサービス  
35-0511(代)

**問 合** 市役所 長寿課 地域支援事業担当 65-2120

## 8 幡豆生きがいサービス

閉じこもり予防を目的に介護予防に取り組む教室です

- |           |  |
|-----------|--|
| 対 象 者     | 65歳以上で要支援・要介護認定を受けておらず、身の回りのことが自分でできるかた                        |
| 内 容       | 健康チェック、健康体操、レクリエーション など  |
| 実 施 日     | 月～金曜日 午前10時～午後3時<br>※利用回数は週2回を限度とします                           |
| 実 施 会 場   | 東幡豆老人憩の家<br>(東幡豆町中尾36)<br>※送迎(要相談:半径4km以内に限ります)                |
| 利 用 料     | 食事代500円<br>(その他にもレクリエーション等に必要な実費をいただくことがあります)                  |
| 定 員       | 15人/日  |
| 利 用 方 法   | 東幡豆老人憩の家へ直接申し込みしてください<br>(月～金曜日 午前9時～午後5時)<br>東幡豆老人憩の家 62-2113 |
| 問 合 ・ 申 込 | 市役所 長寿課 地域支援事業担当 65-2120                                       |



## 9 佐久島生きがいサービス

佐久島に住む高齢者を対象に、閉じこもりや要介護状態となることを予防するための教室です

### 対 象 者

佐久島在住の65歳以上で身の回りのことが自分でできるかた  
※ただし、健康状態の悪いかたや、要支援・要介護認定を受けている  
かたは、参加できないことがありますので、事前にご相談ください

### 内 容

健康チェック、健康体操、レクリエーション など  
※入浴もできます

### 実 施 日

毎週月・水・金曜日 午後1時～午後4時

### 実 施 会 場

佐久島開発総合センター  
(一色町佐久島掛梨50)  
※送迎があります

### 利 用 料

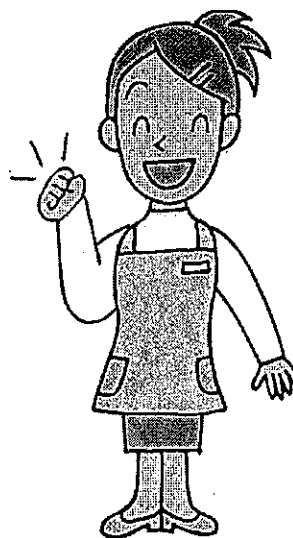
無料  
(ただし、レクリエーション等に必要な実費をいただくことがあります)

### 利 用 方 法

佐久島開発総合センターへ直接申し込みしてください  
(月・水・金曜日 午後1時～4時)  
佐久島開発総合センター 79-1001

### 問 合 ・ 申 込

市役所 長寿課 地域支援事業担当 65-2120



# 今後、介護や支援が必要となる可能性が高い高齢者向けの 介護予防サービス

## 10 ころばん教室

### 対 象 者

65歳以上で運動器の機能が低下しているかた  
(またはおそれのあるかた)  
※健康状態の悪いかたは、参加できないことがあります  
(主治医の意見書が必要な場合があります)  
※参加をするには、介護予防ケアプランが必要です

### 内 容

個人の身体状況に合わせた運動の方法や生活の注意点を学びます

- ・ 体をほぐす運動(ストレッチ)
- ・ 筋力向上トレーニング
- ・ バランスカアップトレーニング
- ・ 体力測定

### 時 間

①～⑤は9時30分～11時30分、⑥は13:30～15:30

### 実施会場・実施日

会 場	曜日	回数	コース
①吉良保健センター	水	全19回	7月コース 1月コース
②老人の家 鶴城会館	木		4月コース 10月コース
③高齢者交流広場 伊文福社会館	木		7月コース 1月コース
④一色健康センター	金		5月コース
⑤福地福社会館	金		10月コース
⑥ ホワイトウエーブ (男性ころばん教室)	水	全15回	10月コース



### 参 加 料

1,000円(傷害保険料)

### 定 員

1コース 10人

### そ の 他

吉良保健センターコース、伊文福社会館コースは送迎できる場合がありますのでお問い合わせください

### 問 合 ・ 申 込

市役所 長寿課 地域支援事業担当 65-2120  
または各地域包括支援センターまで

# 11 健口かむかむ教室



## 対象者

65歳以上で、口腔の機能が低下しているかた  
 (またはおそれのあるかた)  
 ※参加をするには、介護予防ケアプランが必要です

## 内容

全7回

回	内容
1	オリエンテーション、お口の健康チェック、お口の体操
2	おいしくバランスよく食べるための食事について
3	さわやかお口の手入れについて、お口の働きについて、お口の体操
4	誤嚥性肺炎、歯周病について、お口の体操
5	おいしく食べるためのお口の機能について、唾液の働きについて、お口の体操
6	お口の健康チェック、お口の体操
7	お口の健康チェックの結果について、まとめ (今後のお口の健康のアドバイスなど)

## 時間

午前10時～11時30分(初回のみ個別実施のため時間指定)

## 会場・実施日程

会場	期間
西尾市役所	4月～ 6月
西尾市役所	7月～ 9月
吉良支所	10月～12月
西尾市役所	平成27年1月～3月

## 参加料

無料

## 定員

1コース 15人

## 問合せ・申込

市役所 長寿課 地域支援事業担当 65-2120  
 または各地域包括支援センターまで

# ボランティアをしてみませんか

## 12 介護予防サポーター養成講座

介護予防の知識を、広く知っていただき、介護予防サポーターとして地域で活動していただくための講座です

対 象 者	介護予防に関心があり、講座終了後、介護予防事業に協力できるかた
内 容	初級講座（全7回） <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 介護保険・介護予防とは</li> <li>・ 運動器機能向上について</li> <li>・ 介護予防と食生活について</li> <li>・ 口腔機能向上について</li> <li>・ 認知症について</li> </ul>
参 加 方 法	平成26年度は、新規の募集はありません 次の募集は、平成27年度に広報を通じて募集します
そ の 他	初級講座を修了されたかたは、中級・上級講座を受けることができます
問 合 ・ 申 込	市役所 長寿課 地域支援事業担当 65-2120



# 高齢者のご相談は、地域包括支援センターへ！

名称・所在地	担当地区	電話(上段) ファックス(下段)
西尾市地域包括支援センター社会福祉協議会 西尾市総合福祉センター内 花ノ木町2丁目1	八ツ面小学校区 三和小学校区 室場小学校区	TEL 56-1021 FAX 56-1215
西尾市地域包括支援センター中央 西尾老人保健施設内 寄住町洲田18	西尾小学校区 花ノ木小学校区	TEL 54-8998 FAX 54-5790
西尾市地域包括支援センターいずみ 西尾病院内 和泉町22	平坂小学校区 矢田小学校区 中畑小学校区	TEL 55-7373 FAX 55-7374
西尾市地域包括支援センター鶴城 米津老人保健施設内 桜町4丁目31	鶴城小学校区 米津小学校区 西野町小学校区	TEL 55-3155 FAX 64-0017
西尾市地域包括支援センターせんねん村 特別養護老人ホームせんねん村内 平口町大溝77	寺津小学校区 福地南部小学校区 福地北部小学校区	TEL 64-0002 FAX 64-0370
一色町地域包括支援センター 西尾市一色老人福祉センター内 一色町前野新田48-3	一色町	TEL 72-9654 FAX 73-6690
吉良幡豆地域包括支援センター 特別養護老人ホームしはとの郷内 鳥羽町迎53-2	吉良町 東幡豆町 西幡豆町 鳥羽町 寺部町	TEL 62-6677 FAX 62-6680

※お住まいにより、担当地域包括支援センターが異なります。お住まいの地区の地域包括支援センターにご相談ください。