

## 介護予防のための基本チェックリストのご協力ください

市では、生活機能の低下が見受けられる方を早期に発見するため、介護認定を受けていない 65 歳以上の方を対象に、介護予防のための「基本チェックリスト」を送付いたします。

質問項目に回答いただき、同封の返信用封筒で7月 29 日(金)までに投函してください。(後日、判定結果を送付します)

その結果、介護予防が必要と判定された方には、

- ・健康づくりの運動や食生活の知識を楽しく学ぶ「はつらつ教室」
- ・衰えた筋力の回復を目指す「筋力向上トレーニング事業」

などの介護予防教室の詳しいご案内をいたしますので、教室に参加を希望される方は、同封の用紙に参加希望をご記入の上、回答してください。ただし、参加するには、医師の診断が必要となります。

参加を希望された方には「参加判定受診票」を送付いたしますので、指定の医療機関で受診してください。(受診料は無料です)

### ●介護予防事業の流れ

介護予防のための「基本チェックリスト」の対象は、65 歳以上で、介護保険の「要支援」、「要介護」の認定を受けていない方です。

対象者には、市から「基本チェックリスト」を7月上旬に送付します。



「基本チェックリスト」に回答し、同封の返信用封筒で7月 29 日までに、投函してください。



「基本チェックリスト」の判定結果を通知します。

[基本チェックリスト]で生活機能の低下が認められ、介護予防教室への参加を希望された方には、結果通知とともに市で実施している介護予防教室をご案内します。



案内をご覧になって、介護予防教室に参加を希望される方は、参加希望をご記入のうえご返送ください。介護予防教室への参加の可否を判定するため、医療機関への受診票を送付します。



受診票を送付された方は、所定の期限までに指定の医療機関で受診してください。



医師の診断により、介護予防教室への参加が可能と判断された方は、教室への参加ができます。（ただし、希望者多数の場合は、ご希望にそえない場合がありますので、予めご了承ください）  
教室に参加して生活機能の低下を防止しましょう！

**【問合せ】**

高齢者福祉課地域包括支援センター（内線 2128）