



ささえりあ清水・高平



「熊本市高齢者支援センターささえりあ清水・高平」は、医療・介護・福祉の側面から高齢者を支える相談窓口として、熊本市の委託を受け社会医療法人寿量会が運営しています。清水校区・高平台校区にお住まいの高齢者を対象に、介護や介護予防など保健福祉サービスの紹介、サロンや地域づくりの支援など、高齢になっても住み慣れた地域で安心して暮らせるようサポートを行います。



「短期集中予防サービス」をご存じですか？



「短期集中予防サービス」とは、加齢に伴い、気力や体力などの活力が低下した状態を改善するためのサービスです。この事業は熊本市が、健康寿命の延伸を図ることを目的に実施しています。気力や体力などの心身の活力が低下した状態を「フレイル」といいますが、フレイルは早期に対応することで予防ができます。

「短期集中予防サービス」が利用できる対象者

- ①介護保険の要介護認定で「要支援1」「要支援2」に認定された方
(要介護1~5の方は利用できません)
- ②基本チェックリスト※により「事業対象者」と認定された方で、サービスを利用することにより機能の維持・改善が見込まれる方

※基本チェックリストとは…

65歳以上の高齢者が自分の生活や健康状態を振り返り、心身の機能で衰えているところがないかどうかをチェックするためのもので、全部で25項目あります。日常生活や運動に関することから栄養、口腔、物忘れ等に関する質問が含まれています。

詳細や判定基準については各区役所またはささえりあまでお問合せください。



「短期集中予防サービス」には3つのプログラムがあります

①運動機能向上プログラム

【近隣の実施機関】

熊本健康体力づくりセンター
朝日野総合病院



②口腔機能向上プログラム



【近隣の実施機関】
朝日野総合病院

③栄養改善プログラム

【近隣の実施機関】

熊本県栄養士会



イメージです



①運動機能向上プログラム

事業所に通い、週1回の運動を12回行うプログラムです。事業所によっては送迎もあります。終了後は、運動ができる通いの場を紹介し、その後も運動を継続できるようサポートします。（介護保険による運動型通所サービスとの併用はできません）



②口腔機能向上プログラム

食べたり、飲み込んだりする口の機能を高めるための指導を月1回、合計3回行うプログラムです。自分で口のケアができるようになるためのアドバイスが受けられます。



③栄養改善プログラム

栄養状態をよくするための指導を家庭訪問にて月1回、合計3回行うプログラムです。自分で食事や栄養管理ができるようになるためのアドバイスが受けられます。

「短期集中予防サービス」の利用料は **無料** です。

～ささえりあ清水・高平の活動～

チームオレンジの認定式へ参加しました



チームオレンジとは、認知症サポーター養成講座を受講し、更にステップアップ研修を受け、認知症の人や家族の困りごとに対してお手伝いを行う個人や団体のことです。

今回ささえりあ清水・高平圏域では高平台校区社会福祉協議会と高平台校区民生委員児童委員協議会、高平台福祉の会、肥後銀行池田支店の4団体が「チームオレンジたかひらだい」として認定を受けました。

認知症の方やそのご家族のために
活動をしていきます！



発行元・お問い合わせ：

熊本市高齢者支援センター ささえりあ清水・高平

住所：熊本市北区山室6丁目8-2

電話：096-343-0170

（受付月～土 8：30～17：15）

日曜・祝日・年末年始 お休み



熊本機能病院ホームページ

