



# 介護予防重点型



# ミニデイサービス

## に参加しませんか？



デイサービスセンターなどに通い、筋力トレーニングや脳トレなど、介護予防を重点としたサービスを受けることができます。

**週1回 2時間半程度 (送迎あり)**

※1回あたりの利用料金は、お持ちの介護保険負担割合証により異なります。(通所型サービスA)

450円(1割) 900円(2割) 1350円(3割)



ボールを使った体操



マシントレーニング



作業療法

### 【川西包括エリア利用可能事業所】(五十音順)

- ・アトリエウララ : 神畑乙 75-3
- ・ジョイリハながの上田原 : 上田原 1088-1
- ・ニチケアセンターかわべ : 上田原 847-4
- ・ほほ笑みサンス : 福田 50-3
- ・室賀デイサービスセンター : 上室賀 19

参加するためには基本チェックリストへの該当か、介護保険の申請をして要支援認定を受ける必要があります。

### 基本チェックリスト(例)

- ・バスや電車で一人で外出していますか？
- ・この1年間に転んだことがありますか？
- ・6ヶ月間で2～3kg以上の体重減少がありましたか？
- ・お茶や汁物でむせることがありますか？
- ・昨年と比べて外出機会が減っていますか？
- ・周りの人から、「いつも同じことを聞く」など物忘れがあるとされますか？

など、**計25項目**のチェックを行ないます。



お問い合わせは…  
川西地域包括支援センターまで

**☎ 26-1172**