

～住み慣れた地域で安心して暮らしていくために～

介護予防・日常生活支援 総合事業のご案内



「介護予防・日常生活支援総合事業」は、
住み慣れた地域で安心して暮らし続けるために、
高齢者の皆さんの介護予防と自立した日常生活を送ることを
支援するものです。

広島市

2025年4月作成

地域包括ケアシステムが 高齢者の生活を支えます！

地域包括ケアシステムとは、要介護状態や認知症になっても、高齢者ができる限り住み慣れた地域で自分らしい暮らしを続けることができるように、「医療・介護・介護予防・住まい・生活支援」のサービスを一体的に切れ目なく、提供していく仕組みです。



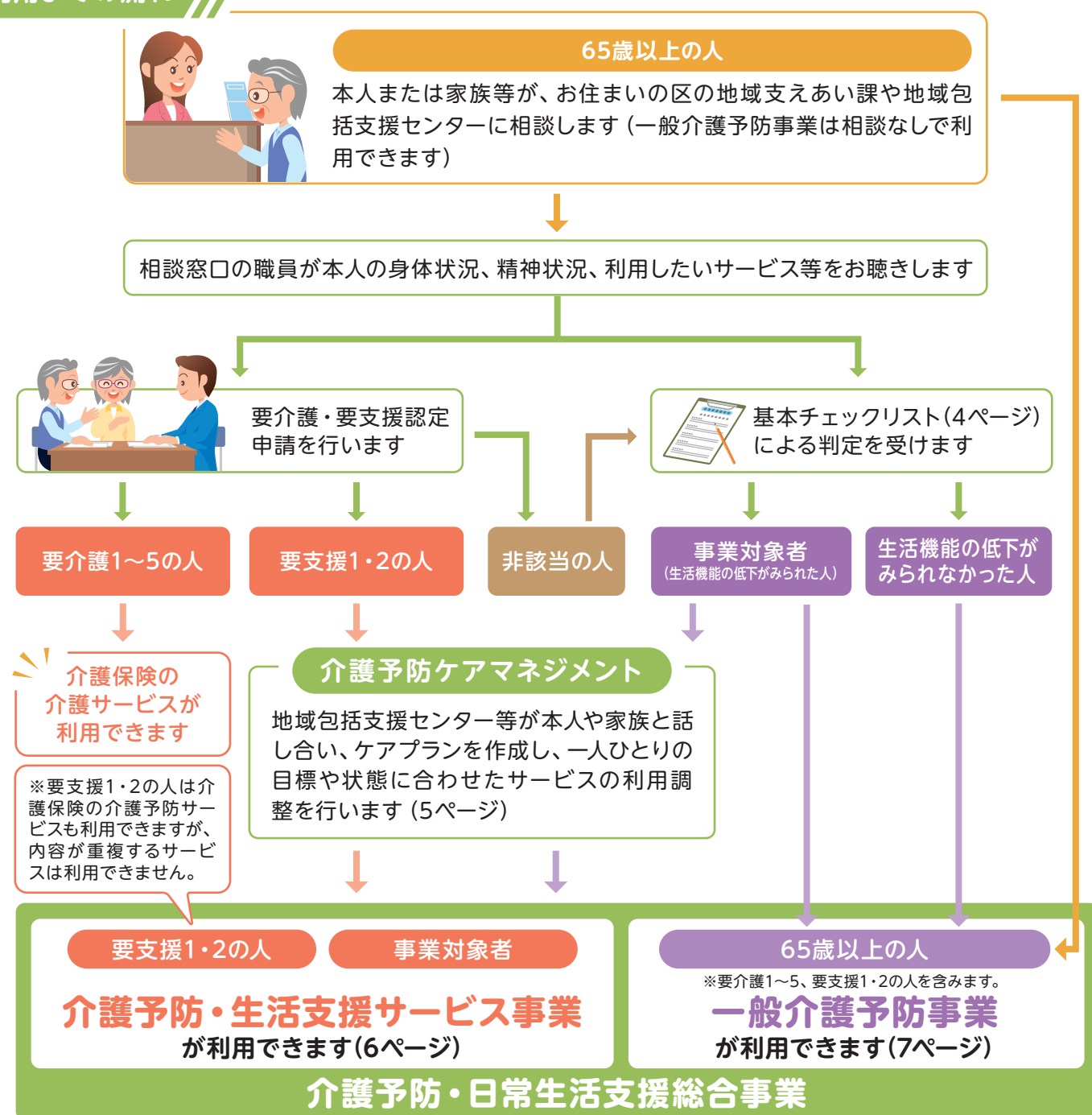
「介護予防・日常生活支援総合事業」は、

これまでの介護事業者によるサービスの提供に加えて、地域住民の皆さんによる高齢者の介護予防活動や生活支援の自主的な取組を支援し、幅広い支え合いの「地域づくり」を推進するものです。

「介護予防・日常生活支援総合事業」を利用して 自立した生活を続けましょう!

- 介護予防・日常生活支援総合事業は、介護保険制度の中で行う介護予防や生活支援のための事業です。
- 介護予防・日常生活支援総合事業には、要支援1・2の人や、基本チェックリスト(4ページ)により生活機能の低下がみられた65歳以上の人(事業対象者)が利用できる「介護予防・生活支援サービス事業」と、65歳以上のすべての人が利用できる「一般介護予防事業」があります。
- 自立した日常生活を送ることを目的に、一人ひとりの目標や状態に合わせたサービスを提供します。

利用までの流れ



※事業対象者になった後や、サービスの利用を開始した後も、要介護認定等を申請することができます。
※基本チェックリストは、25の質問項目で日常生活に必要な生活機能をチェックするものです(4ページ)。

基本チェックリスト

生活機能が低下していないか、基本チェックリストで判定します。水色の回答にチェックが入った場合、なんらかの生活機能の低下が心配されます。事業対象者に該当した場合は、地域包括支援センターがさらに詳しく状況をお聴きし、一人ひとりの目標や状態に合わせたサービスをご案内します。

No.	質問項目	回答	
1	バスや電車で1人で外出していますか	0. はい	1. いいえ
2	日用品の買物をしていますか	0. はい	1. いいえ
3	預貯金の出し入れをしていますか	0. はい	1. いいえ
4	友人の家を訪ねていますか	0. はい	1. いいえ
5	家族や友人の相談にのっていますか	0. はい	1. いいえ
6	階段を手すりや壁をつたわずに昇っていますか	0. はい	1. いいえ
7	椅子に座った状態から何もつかまらずに立ち上がっていますか	0. はい	1. いいえ
8	15分位続けて歩いていますか	0. はい	1. いいえ
9	この1年間に転んだことがありますか	1. はい	0. いいえ
10	転倒に対する不安は大きいですか	1. はい	0. いいえ
11	6カ月間で2～3kg以上の体重減少がありましたか	1. はい	0. いいえ
12	身長 c m 体重 k g (BMI =) (注)		
13	半年前に比べて固いものが食べにくくなりましたか	1. はい	0. いいえ
14	お茶や汁物等でむせることがありますか	1. はい	0. いいえ
15	口の渇きが気になりますか	1. はい	0. いいえ
16	週に1回以上は外出していますか	0. はい	1. いいえ
17	昨年と比べて外出の回数が減っていますか	1. はい	0. いいえ
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されますか	1. はい	0. いいえ
19	自分で電話番号を調べて、電話をかけることをしていますか	0. はい	1. いいえ
20	今日が何月何日かわからない時がありますか	1. はい	0. いいえ
21	(ここ2週間) 毎日の生活に充実感がない	1. はい	0. いいえ
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	1. はい	0. いいえ
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	1. はい	0. いいえ
24	(ここ2週間) 自分が役に立つ人間だと思えない	1. はい	0. いいえ
25	(ここ2週間) わけもなく疲れたような感じがする	1. はい	0. いいえ

※ (注) BMI = 体重 (kg) ÷ 身長 (m) ÷ 身長 (m) が 18.5 未満の場合に該当とする。

該当基準	No.1～20	No.6～10	No.11～12	No.13～15	No.16	No.18～20	No.21～25
	10項目以上 (複数項目に支障)	3項目以上 (運動機能の低下)	2項目 (低栄養状態)	2項目以上 (口腔機能の低下)	1項目 (閉じこもり)	1項目以上 (認知機能の低下)	2項目以上 (うつ病の可能性)

介護予防・生活支援サービス事業 介護予防ケアマネジメントについて

- サービス利用の対象となる方は、要支援1・2の人及び事業対象者です。
- 地域包括支援センター等が本人や家族と話し合い、ケアプランを作成し、一人ひとりの目標や状態に合わせたサービスの利用調整を行います。

1 今の生活を**確認** アセスメント



「疲れやすい」「外出しづらい」など、生活の不自由さの原因を確認します。

また、得意なこと、好きなこと、これからしてみたいこととお聴きし、望む暮らし・望む生活を送るための方法を一緒に考えます。

2 元気になるための「**手がかり**」 介護予防ケアプランの作成



元気になるための「手がかり」となるケアプランを作成します。

ケアプランには、元気になる具体的な目標や目標達成に向けてご自身が取り組むこと、サービスで支援する内容などを記載します。

3 支援チームで**目標**の確認 サービス担当者会議



本人・家族のほか、サービス事業所の担当者など支援に関わる皆さんが集まり、ケアプランの目標や役割等を共有した上で取組を開始します。

4 **取組**の開始



目標達成に向けて、サービスの利用やセルフケアに取り組みます。地域住民による支え合いサービスや訪問型・通所型サービスを有効に利用しましょう。詳細は、6ページをご覧ください。

5 **振り返り** 評価



定期的に取り組の効果を確認し、目標の達成度合いや生活の変化等に合わせ、ケアプランの見直しを行います。

介護予防・生活支援サービス事業

要支援1・2の人、事業対象者が利用できるサービス



🏠 訪問型サービス

名称	内容	利用者負担について
訪問介護サービス	ホームヘルパーが、入浴、排せつ、食事等の身体介護が必要な方の居宅を訪問し、身体介護や生活援助を行います。	利用者はかかった費用の1割、2割または3割を負担します。
生活援助特化型訪問サービス	ホームヘルパーや一定の基準の研修を受けた生活援助員が、掃除・調理等の日常生活の援助が必要な方の居宅を訪問し、生活援助を行います。	利用者はかかった費用の1割、2割または3割を負担します。
住民主体型生活支援訪問サービス	地域団体等(※)のボランティアが、簡易な生活支援(ごみ出しや草むしり等)が必要な方の居宅を訪問し、生活支援を行います。	利用者は実施団体が定めた利用料を負担します。
短期集中予防支援訪問サービス	リハビリ専門職や管理栄養士が、日常生活動作や生活機能の改善が必要な方の居宅を訪問し、自立に向けた相談支援を行います(1回当たり利用時間30分または60分、利用期間3か月)。	利用者はかかった費用の1割を負担します。



🏢 通所型サービス

名称	内容	利用者負担について
1日型デイサービス	デイサービスセンターで、入浴、排せつ、食事等の日常生活の世話や機能訓練を行います。	利用者はかかった費用の1割、2割または3割を負担します。
短時間型デイサービス	デイサービスセンターで、運動を中心とした機能訓練等を行います(利用時間2時間以上3時間未満、利用期間原則3~12か月)。	利用者はかかった費用の1割、2割または3割を負担します。
短期集中運動型デイサービス	デイサービスセンター等で、専門職が運動器の機能向上プログラムを提供します(1回当たり利用時間1~2時間、利用期間3か月)。	利用者はかかった費用の1割を負担します。*口腔ケアサービス及び送迎サービスを利用した場合は、1回当たりの費用が別途必要です。
短期集中通所口腔ケアサービス	歯科医院で、歯科医師や歯科衛生士が口腔機能向上プログラムを提供します(最大7回、1回当たり15分以上)。	利用者はかかった費用の1割を負担します。



※広島市が公募により、選定した団体です(実施団体といいます)。広島市は実施団体に対し、生活支援を行うために必要な運営費等を補助しています。

一般介護予防事業

通いの場の提供

65歳以上のすべての人が利用できる地域団体（町内会・自治会、地区社会福祉協議会等）等が運営する「通いの場」を充実させる事業です。

1 地域介護予防拠点

- 地域団体等が運営する、運動を中心とした介護予防の拠点となる通いの場（週1回以上開催）
- ・地域包括支援センターが立ち上げ支援及び運営支援を行います。

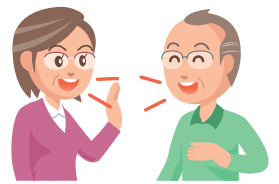


2 地域高齢者交流サロン

- 地域団体等が運営する、介護予防に資する多様な活動（レクリエーション、歌、運動、情報交換等）を行う「ふれあい・いきいきサロン」などの通いの場（月1回以上開催）
- ・区社会福祉協議会に配置した生活支援コーディネーターが立ち上げ支援及び運営支援を行います。

3 認知症カフェ

- 医療法人、社会福祉法人、地域団体等が自主的に運営する、認知症の人と家族、地域住民、専門職等が気軽に集い、相談や交流ができる通いの場（月1回以上開催）
- ※65歳未満の人も利用できます。



※広島市は、活動の活性化を図るため1～3の活動を行う団体を公募し、一定の要件を満たす団体に活動の運営費を補助しています。

社会参加の促進（高齢者いきいき活動ポイント事業）

高齢者の社会参加を促進するため、そのきっかけづくりとして、介護予防・健康増進に資する活動や地域でのボランティア活動などに参加した高齢者にポイントを付与し、貯まったポイント数に応じて奨励金（1ポイント=100円）を支給します。

対象者 毎年9月1日現在、市内に住所を有する65歳以上の方

- 対象活動**
- ・自らの健康づくり・介護予防に取り組む活動
▶1ポイント
 - ・健康診査等の受診 ▶2ポイント
 - ・地域の支え手となる活動（ボランティア活動）
▶2又は4ポイント

※ポイントの付与は、広島市に登録している活動団体の活動に参加した場合に限られます。

※介護予防のための機能訓練を実施するデイサービス等は、介護保険のサービスとして利用するものであるため、ポイント事業の対象となりません。

登録番号	
氏名	
広島市	

ポイント事業のコールセンター ☎ (082) 512-0290

ご相談はお住まいの地区を担当する地域包括支援センターへ

●地域包括支援センター

(2025.4.1)

担当圏域 (おおむね中学校区)	名 称	事 務 所			
		所 在 地	TEL	FAX	
中 区	1 幟町(基町小学校区)	広島市基町地域包括支援センター	中区基町19-2-425	502-7955	502-7966
	2 幟町(基町小学校区除く)	広島市幟町地域包括支援センター	中区東白島町13-26	222-6608	222-6609
	3 国泰寺	広島市国泰寺地域包括支援センター	中区昭和町12-2	249-0600	544-1456
	4 吉島	広島市吉島地域包括支援センター	中区光南1-4-6	545-1123	545-1124
	5 江波	広島市江波地域包括支援センター	中区江波二本松2-6-27	296-4833	533-7100
東 区	1 福木・温品	広島市福木・温品地域包括支援センター	東区上温品1-11-27-101	280-2330	562-2333
	2 戸坂	広島市戸坂地域包括支援センター	東区戸坂中町2-29	516-0051	516-0052
	3 牛田・早稲田	広島市牛田・早稲田地域包括支援センター	東区牛田本町5-1-2 7階	228-2033	221-7675
	4 二葉	広島市二葉地域包括支援センター	東区若草町10-14はらだビル2階	263-3864	263-3870
南 区	1 大州	広島市大州地域包括支援センター	南区大州1-1-26	581-6025	581-6026
	2 段原	広島市段原地域包括支援センター	南区段原南1-3-52広島段原ショッピングセンター2階	261-8588	261-8688
	3 翠町	広島市翠町地域包括支援センター	南区出汐2-3-46	252-5500	252-5530
	4 仁保・楠那	広島市仁保・楠那地域包括支援センター	南区東本浦町26-8たおビル2階	286-6112	298-2234
	5 宇品・似島	広島市宇品・似島地域包括支援センター	南区宇品神田3-7-15坂本ビル2階	252-6456	252-6458
西 区	1 中広	広島市中広地域包括支援センター	西区三篠町1-8-21 2階	509-0288	230-8190
	2 観音	広島市観音地域包括支援センター	西区観音町16-19 3階	292-3582	292-3172
	3 己斐・己斐上	広島市己斐・己斐上地域包括支援センター	西区己斐本町2-7-13	275-0087	275-0070
	4 古田	広島市古田地域包括支援センター	西区古江東町5-3-104	272-5173	272-5186
	5 庚午	広島市庚午地域包括支援センター	西区草津東2-8-5	507-1210	271-3410
	6 井口台・井口	広島市井口台・井口地域包括支援センター	西区井口2-5-19	501-6681	276-5541
安佐南区	1 城山北・城南	広島市城山北・城南地域包括支援センター	安佐南区緑井6-37-5-102	831-1157	876-1096
	2 安佐・安佐南	広島市安佐・安佐南地域包括支援センター	安佐南区中須2-19-6 3階	879-1876	879-7764
	3 高取北・安西	広島市高取北・安西地域包括支援センター	安佐南区高取北1-17-41	878-9401	847-1475
	4 東原・祇園東	広島市東原・祇園東地域包括支援センター	安佐南区東原3-14-4	850-2220	850-1107
	5 祇園・長束	広島市祇園・長束地域包括支援センター	安佐南区山本1-4-25	875-0511	875-0513
	6 戸山・伴・大塚	広島市戸山・伴・大塚地域包括支援センター	安佐南区伴中央2-5-12	849-5860	849-5861
安佐北区	1 白木	広島市白木地域包括支援センター	安佐北区白木町小越218-2	828-3361	828-7188
	2 高陽・亀崎・落合	広島市高陽・亀崎・落合地域包括支援センター	安佐北区亀崎1-1-6フジグラン高陽2階	841-5533	845-8811
	3 口田	広島市口田地域包括支援センター	安佐北区口田南7-11-22	842-8818	842-8835
	4 三入・可部	広島市三入・可部地域包括支援センター	安佐北区三入5-16-31	516-6611	516-6681
	5 亀山	広島市亀山地域包括支援センター	安佐北区亀山4-2-36	819-0771	814-0501
	6 清和・日浦	広島市清和・日浦地域包括支援センター	安佐北区あさひが丘3-18-13-7-101	810-4688	810-4185
安芸区	1 瀬野川東(中野東小学校区含む)	広島市瀬野川東地域包括支援センター	安芸区瀬野2-17-33	820-3711	554-5021
	2 瀬野川(中野東小学校区除く)・船越	広島市瀬野川・船越地域包括支援センター	安芸区中野2-15-7	893-1839	893-1866
	3 阿戸・矢野	広島市阿戸・矢野地域包括支援センター // (阿戸連絡所)	安芸区阿戸町418-1	889-6605 856-0613	889-5666 856-0115
佐伯区	1 湯来・砂谷	広島市湯来・砂谷地域包括支援センター	佐伯区湯来町白砂82-4	(0829)86-1241	(0829)86-1242
	2 五月が丘(石内小学校区除く)・美鈴が丘	広島市五月が丘・美鈴が丘地域包括支援センター	佐伯区美鈴が丘西1-3-9	208-5017	208-5018
	3 三和(石内小学校区含む)	広島市三和地域包括支援センター	佐伯区五日市町石内6405-1	926-0025	929-0200
	4 城山・五日市観音	広島市城山・五日市観音地域包括支援センター	佐伯区千同1-30-6	924-7755	924-7761
	5 五日市	広島市五日市地域包括支援センター	佐伯区五日市中央2-4-40	924-0053	921-2865
	6 五日市南	広島市五日市南地域包括支援センター	佐伯区楽々園4-2-19-101	924-8051	924-8052

●区役所・市役所

機 関	住 所	TEL	FAX
広島市中区厚生部地域支えあい課	中区大手町4-1-1 (大手町平和ビル内)	504-2586	504-2175
広島市東区厚生部地域支えあい課	東区東蟹屋町9-34 (東区総合福祉センター内)	568-7731	568-7790
広島市南区厚生部地域支えあい課	南区皆実町1-4-46 (南区役所別館内)	250-4109	254-4030
広島市西区厚生部地域支えあい課	西区福島町2-24-1 (西区地域福祉センター内)	294-6289	294-6113
広島市安佐南区厚生部地域支えあい課	安佐南区中須1-38-13 (安佐南区総合福祉センター内)	831-4568	870-2255
広島市安佐北区厚生部地域支えあい課	安佐北区可部3-19-22 (安佐北区総合福祉センター内)	819-0587	819-0602
広島市安芸区厚生部地域支えあい課	安芸区船越南3-2-16 (安芸区総合福祉センター内)	821-2810	821-2832
広島市佐伯区厚生部地域支えあい課	佐伯区海老園1-4-5 (佐伯区役所別館内)	943-9728	923-1611
広島市健康福祉局高齢福祉部地域包括ケア推進課	中区国泰寺町1-6-34	504-2648	504-2136