
















長崎市介護予防ケアパス

このケアパスは、お元気な方から要支援の方までを対象に、これから介護状態にならないよう、からだの状態とそれに応じた各種サービスを一覧にしています

		(元気)	介護保険 制度区分	非該当	要支援	要介護														
からだの状態 (めやす)		社会活動に 参加、家庭 や地域での 役割がある 		日常生活は ほぼ自立し ている状態 	起き上がりや立ち上がり などの能力が少し低下し、 身の回りのことに一部支 障がある状態 	チェック該当数が10項目以上になると、介護状態になるリスクは高まります。専門職に助言を受けて、積極的に介護予防に努めましょう 	歩行などの能力が低下し、立ち上がり等に介助が必要な状態 													
基本チェックリスト 該当数(裏面参照)		0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	10/20(うつ項目を除く)以上の場合
自ら 取組む 介護 予防	健康管理 	かかりつけの医師・歯科医師・薬局をもち、適時指導を受け重症化予防に努めましょう (定期健診・受診・訪問診療・お薬手帳の活用等)																		
	集いの場 	老人クラブ / 自主グループ / 社協サロン 等 すこやか運動教室 (月2回開催・送迎なし・無料) 高齢者ふれあいサロン (地域住民が運営する週1回の集いの場・送迎なし)																		
サービスを利用し取組む介護予防 (介護予防・生活支援サービス)	通所型サービス 	初めて通所サービスを利用する場合は、本サービスをご利用ください。利用終了時(最長6ヶ月間)に、個人に適したサービス・上記の教室やサロン等を含めご提案します 通所サービスは事業所毎に利用者の状況やメニュー等、様々な特徴があります																		
	訪問型サービス 	個人の介護リスクに応じて、管理栄養士・歯科衛生士・リハビリ専門職が、日常生活のなかで実践できる具体的なアドバイスをおこない、介護予防を応援します																		
		短期集中型通所サービス (無料、送迎あり、最長6ヶ月利用可) 初めて通所サービスを利用する場合は、本サービスを利用しましょう  ミニデイサービス (実績払) 機能訓練(半日)をおこないます オプションでの入浴・食事・時間延長があります  通所相当サービス (月定額払) 身体介助(入浴等)および機能訓練をおこないます 																		
		短期集中型訪問サービス (無料) 専門職が訪問し、栄養や口腔・身体の機能改善に必要な指導をおこないます  生活援助サービス (実績払) ご本人が困難な部分の家事を一緒におこなったり代行します  訪問相当サービス (月定額払) 身体介助および家事支援をおこないます 																		

介護予防に関する地域の相談窓口は裏面でご確認ください。また、認知症の症状の進行とそれに依りて使える制度やサービスについては、別途 長崎市認知症ケアパスをご参照ください。