

# 住み慣れた地域で、いつまでも元気に暮らすために 八戸市介護予防・日常生活支援総合事業

住み慣れた地域で、元気に暮らしつづけるために、八戸市では、心身の状態に応じて利用できる「サービス・活動事業」「一般介護予防事業」を実施しています。

## サービス・活動事業

### 対象となる方

- 要支援1・2の認定を受けている方
- 65歳以上で基本チェックリスト（健康状態を確認するための簡単な質問票）により要支援に相当すると判定された方

内容	費用（1割負担の場合の目安）
● <b>通所型サービスC（8活教室）</b> 3～6か月間、集中的に運動機能や認知機能の改善に取り組み、地域活動や社会参加につなげます。	週1回 月額1,670円
● <b>通所型サービスA</b> 身体介護が不要な方を対象に、機能訓練やレクリエーションなどを短時間（2時間程度）・低額で利用できます。	1回 325円 (週2回まで利用可)
● <b>通所介護相当サービス</b> デイサービスで、入浴・排泄・食事等の介護、機能訓練などが受けられます。	週1回程度 月額1,798円～ 週2回程度 月額3,621円～ 各種加算、昼食代別途
● <b>うみねこヘルパー</b> 市指定の研修を修了したシルバー人材センター会員が、掃除・洗濯・買い物などの生活支援を提供します。	30分未満：161円/回 30分以上45分未満：181円/回 (週2回まで利用可)
● <b>訪問介護相当サービス</b> ホームヘルパー（有資格者）が、食事・入浴・排泄などの介助や、掃除・洗濯などの生活援助を提供します。	週1回程度 月額1,176円～ 週2回程度 月額2,349円～ 各種加算別途

## 一般介護予防事業

### 対象となる方

- 65歳以上の方で要支援認定を受けていない、サービス・活動事業を利用していない方

内容	問合せ先
● <b>地域包括支援センターによる介護予防教室</b> 最寄りの高齢者支援センターで地域住民に対し、介護・フレイル予防に資する教室（テーマ：運動・栄養・口腔・閉じこもり予防・うつ予防）や認知症の理解に関する講話などを行います。	各高齢者支援センター (裏面参照)
● <b>介護予防センター</b> 高齢者自らが、健康なうちから介護予防及び認知症予防に取り組むことができるよう、総合的な支援を行っています。	介護予防センター (TEL:38-0726)

料金はいずれも無料です。

## お住まいの地域の高齢者支援センターへ、お気軽にご連絡ください

八戸市内を12地域に分け、各地域に高齢者支援センターを設置し、高齢者ご本人はもちろん、ご家族やご友人、近所の方などからの相談に対応しています。

相談・支援などはすべて無料です。個人情報やプライバシーは適切に保護されますので、安心してご相談ください。

市川・根岸地区

高齢者支援センター  
**ミライフル**

**☎ 38-7465**

Fax 38-7466

日計四丁目8-47  
オフィースアルタ101

下長・上長地区

高齢者支援センター  
**はくじゅ**

**☎ 20-4400**

Fax 28-4118

河原木字北沼22-39

田面木・館・豊崎地区

高齢者支援センター  
**ハピネスやくら**

**☎ 27-8990**

Fax 20-8075

八幡字下樋田1-1

長者・白山台地区

高齢者支援センター  
**ちょうじゅの森**

**☎ 46-0817**

Fax 43-6587

糠塚字下道7-32

三八城・根城地区

高齢者支援センター  
**みやぎ**

**☎ 71-2271**

Fax 80-7756

内丸一丁目1-30

小中野・江陽地区

高齢者支援センター  
**アクティブ24**

**☎ 73-3337**

Fax 47-0505

小中野一丁目1-14

柏崎・吹上地区

高齢者支援センター  
**八戸市医師会**

**☎ 38-3820**

Fax 44-9946

柏崎六丁目26-1

是川・中居林地区

高齢者支援センター  
**ミライフル**

**☎ 70-5802**

Fax 70-5803

中居林字道合25-4

大館・東地区

高齢者支援センター  
**みやぎ**

**☎ 32-0316**

Fax 32-0317

岩泉町7

白銀・湊地区

高齢者支援センター  
**えがお**

**☎ 38-1328**

Fax 38-1329

白銀町字右岩淵通23-1

白銀南・鮫・南浜地区

高齢者支援センター  
**瑞光園**

**☎ 25-0103**

Fax 25-0143

大久保字大山32-1

南郷地区

高齢者支援センター  
**なんごう**

**☎ 70-5102**

Fax 70-5108

南郷大字市野沢  
字市野沢22-3

・お住まいの地域の高齢者支援センターがわからないときは、高齢福祉課までご連絡ください。

八戸市 福祉部 高齢福祉課 ☎ 43-9189（直通）