

①高齢者健康相談

65歳以上の高齢者の心身の健康に関する個別の相談に応じ、心の健康相談や生活習慣病予防、寝たきり予防に関する必要な指導や助言を行います。

②転倒骨折等予防

運動機能が低下している特定高齢者を対象に、居宅において自立した生活を維持することを目的として、運動器の機能向上事業を実施します。

○転倒骨折予防教室

足腰の力が弱く転倒の恐れがあるなど、運動機能が低下している特定高齢者を対象に、体操・軽運動等を行い、転びにくい体づくりを目指す教室を開催します。

○高齢者筋力向上トレーニング事業

運動機能が低下している特定高齢者を対象に、トレーニングマシン等を使って筋力やバランス能力の向上を図ります。

○口腔機能向上事業

口腔機能が低下している特定高齢者を対象に、歯科衛生士等による口腔機能向上教室を開催し、摂食・嚥下機能訓練、口腔清掃の自立支援等を実施します。

○栄養改善事業

低栄養状態にある特定高齢者を対象に、栄養状態の改善を図るため、管理栄養士による栄養相談や集団的栄養教育（栄養改善教室）等を実施します。

③生活管理指導員派遣

基本的な動作又は生活習慣が確立されていないこと等により、日常生活を営む上で支障のある高齢者がいる家庭に、生活管理指導員を派遣し、要介護状態等となることを予防するとともに、地域において自立した日常生活を営むことができるよう支援します。

④高齢者訪問指導

特定高齢者のうち、閉じこもり、認知症、うつ等のおそれがある（またはそれらの状態にある）高齢者を対象に、保健師等が訪問し、生活機能に関する問題を総合的に把握・評価して、必要な相談・指導等を実施します。

⑤食の自立支援事業

一人暮らし世帯等で調理が困難な特定高齢者に、栄養改善指導と安否確認を兼ねて週3回夕食を宅配します。

ウ 要支援者に対する施策 介護予防給付

要支援になった高齢者に対しては、要介護状態になることを防ぐための新予防給付のマネジメントを推進し、一貫性・連続性のある介護予防を目指します。

①介護予防訪問介護

利用者が自力では困難な行為について、同居家族の支え、地域の支え合い・支援サービスなどが受けられない場合に、ホームヘルパーによる日常生活上の支援や家事の援助などを行います。

②介護予防訪問入浴介護

居室に浴室がなく、感染症などの理由により、その他の施設における浴室の利用が困難な場合などに限定して、巡回入浴車が家庭を訪問し、家庭での入浴介助を行います。

③介護予防訪問看護

疾患等を抱えている人について、看護師などが家庭を訪問し、介護予防を目的とした療養上の世話などを行います。

④介護予防訪問リハビリテーション

居宅でできる生活行為を向上させる訓練が必要な場合に、作業療法士や理学療法士、言語聴覚士が家庭を訪問し、機能訓練を行います。

⑤介護予防居宅療養管理指導

医師、歯科医師、薬剤師などが家庭を訪問し、介護予防を目的とした療養上の管理や指導を行います。

⑥介護予防通所介護

デイサービスセンター等の施設で、食事や入浴などの日常生活上の支援を行うほか、その人の目標に合わせた選択的サービス（運動器の機能向上・栄養改善・口腔機能の向上）が受けられます。

⑦介護予防通所リハビリテーション

老人保健施設や病院等で、機能訓練、食事や入浴などの日常生活上の支援を行うほか、その人の目標に合わせた選択的サービス（運動器の機能向上・栄養改善・口腔機能の向上）が受けられます。