

令和 7 年 6 月版

「住み慣れた地域でいつまでも
安心して暮らしていけるように」

介護予防・ 日常生活支援総合事業 「サービス・活動事業」 のご案内



介護予防・日常生活支援総合事業は、高齢者が安心して自立した日常生活を送るための支援を目的とした事業です。

真庭市内で提供されるサービスをご案内します。

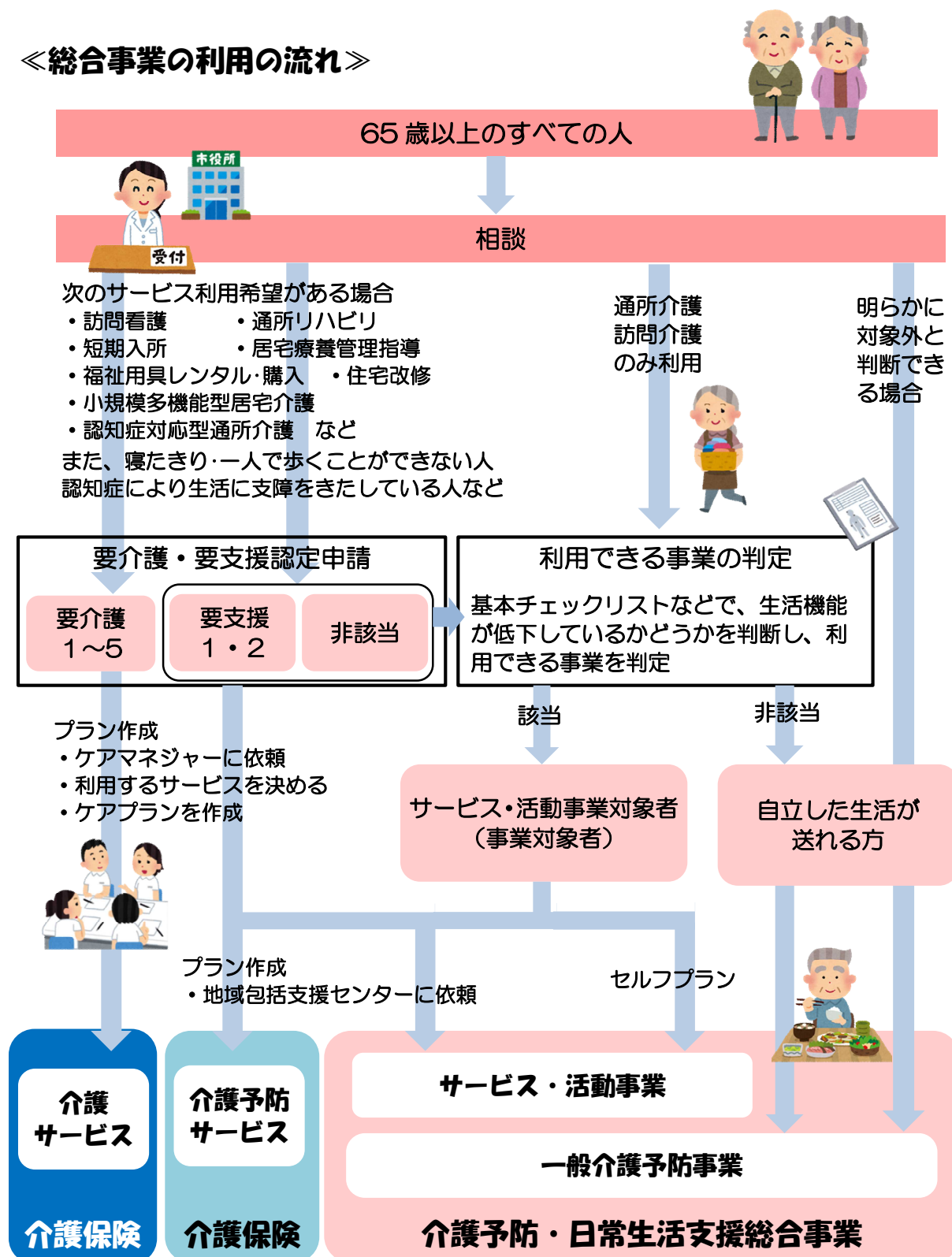
真 庭 市

介護予防・日常生活支援総合事業とは

真庭市が行う地域支援事業のひとつで、65 歳以上の人を対象に、その人の状態や必要性に合わせたさまざまなサービスを提供する事業です。

総合事業には、要支援 1・2 に認定された人や生活機能の低下がみられる人が利用できる「サービス・活動事業」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、みなさんの介護予防と日常生活の自立を支援します。
このパンフレットでは、「サービス・活動事業」をご案内致します。

＜総合事業の利用の流れ＞



■サービス・活動事業について

要支援 1・2 の人

（「要支援 1・2」及び「事業対象者」の方が利用可能です）

事業対象者

「訪問型サービス」と「通所型サービス」を受けることができます。

- ・利用者負担は、サービス費用の目安の 1 割です。
ただし、一定以上所得がある人は利用者負担が 2 割、現役並みの所得のある方は 3 割。
- ・介護職員の処遇を改善するための費用などが加算される場合があります。
- ・サービスによっては、別途食費がかかる場合があります。

(1) 訪問型サービス

①介護予防訪問

自立した生活を営むために、訪問介護員が、掃除や洗濯などの日常生活上の支援に加え、専門的な支援（入浴介助などの身体介護）を行います。

週 1 回程度の利用	11,760 円/月
週 2 回程度の利用	23,490 円/月
週 3 回程度の利用	37,270 円/月（要支援 2 のみ）



②お助け訪問

生活支援（掃除や調理など）のみ提供します。

20 分から 45 分未満	1,790 円/回
45 分以上	2,200 円/回



(2) 通所型サービス

①介護予防デイサービス

通所介護事業所で、入浴や排せつ、食事などの日常生活上の支援を日帰りで受けることができます。また、運動機能の向上、栄養改善、口腔機能の向上の選択サービスも受けることができます。

*重点的なサービス提供が必要な方については費用が加算されます。

要支援 1・事業対象者	17,980 円/月
要支援 2	36,210 円/月



②元気はつらつデイサービス ※事業対象者の場合、利用にあたり個別基準があります。

運動プログラムに参加することで生活機能を回復し、元気に生活するための方法を習得できるサービスです。

1 回につき	4,360 円
--------	---------



(3) 短期集中型通所・訪問サービス

①短期集中パワーアップ塾 ※通所と訪問をセットで行います

※事業対象者の場合、利用にあたり個別基準があります。

心身機能の低下が見られる高齢者を対象に、医療の専門職（リハビリ専門職、看護師等）が、3 か月を基本とし、短期集中で日常生活動作の改善を図るリハビリを行い、住み慣れた地域で自立した生活が継続できるように支援を行います。

	①通所サービス	②訪問サービス
内容	機器を使用した運動等	屋内外の環境確認や指導等
頻度	週 1～2 回	月 1 回
経費	1 回：5,000 円・送迎：片道 600 円※	1 回：6,000 円

※送迎距離が片道 10km を超える場合は、追加料金（60 円/km）がかかります。

(4) 配食サービス

①生活支援給食サービス ※上記「訪問型サービス」「通所型サービス」「短期集中型通所・訪問サービス」次項の「住民主体で実施するサービス」の利用者が対象。

「要支援 1・2 の人」「事業対象者」のうちひとり暮らしの高齢者を対象に、栄養バランスの取れた給食を利用者の自宅へ配達し、配達時に安否確認（異常発見時に市に連絡）を行う配食サービスです。配食は 1 日 1 食（昼食）で、週 1～5 回（曜日指定）利用できます（利用可能曜日はエリアごとのサービス事業所により異なります）。

1 食につき	450 円
--------	-------

(5) 住民主体で実施するサービス

① ささえあいデイサービス

身近な公民館等で自治会など地域の団体が運営します。
自主的な通いの場で生活機能の回復・維持を行います。



② ささえあい訪問事業 (1回20分以上、1人につき月5回までの利用)

地域のボランティア団体が、生活援助を行います。

(例) ゴミ出し+草むしり など生活援助とその他のサービスを組み合わせも可。

※どちらも団体によって自己負担金が異なります。ご利用の場合はおたずねください。

地域でささえあうボランティア団体に補助します！

住民主体で行うサービスを提供するボランティア団体に対して下記の補助金を交付します。
希望の団体は、高齢者支援課にご相談ください。

① ささえあいデイサービス

立上継続支援	200,000円(上限)
活動費	5,000円/月
送迎費	上限360,000円/年 ※サービス専用自動車保険料
その他経費	会場使用料等の経費

活動費	1回につき
要支援1・2、事業対象者	500円
上記以外	500円



② ささえあい訪問事業

1回20分以上、1人につき月5回まで。

立上継続支援	100,000円(上限)
活動費	5,000円/月
送迎費	上限360,000円/年 ※サービス専用自動車保険料
保険料	スタッフ保険料

活動費	1回につき
要支援1・2、事業対象者	800円
上記以外	800円

〇地域支援コーディネーターを配置しています

★地域支援コーディネーターの役割

◎集いの場づくり

地域でお互いの見守りや助け合い活動を支援します。

◎助け合い活動のしくみづくり

困りごとの解決や生きがい、介護予防につなげるための支援をします。

◎認知症になっても暮らしやすい地域づくり

知識を学んだり、声かけ体験など、認知症について地域で取り組む支援をします。

担当地区	所属事業所名	住 所	電話番号
北房	真庭市社会福祉協議会 北房支所	下砦部248	(0866) 52-2900
落合	落合地域支援センター	落合垂水618	52-1159
久世	真庭市地域包括支援センター 真庭市社会福祉協議会 本所	久世2928	42-1079 42-1005
勝山	真庭市社会福祉協議会 勝山支所	勝山68-2	44-5091
美甘・湯原	真庭市社会福祉協議会 湯原支所	下湯原47	62-7111
蒜山	真庭市社会福祉協議会 八束支所	蒜山富山根 154-1	66-7151
真庭市全域	真庭市地域包括支援センター	久世2928	42-1079