

福生市介護予防・生活支援サービス事業 元気塾（短期集中通所型サービスC）利用の流れ

①地域包括支援センターへ相談

できなくなった日常生活での困りごとを確認します。

対象者：介護予防・日常生活支援事業対象者及び
要支援1・2の高齢者

「地域包括支援センター」が手続きをすすめます。

②利用の申請

「元気塾申込み書」を市に提出します。

③アセスメント

現在の生活状況、意向や心身の状態確認を行います。

④ケアプラン作成

日常生活課題を明確化し、目標を設定。
暫定ケアプランを作成します。

⑤サービス担当者会議の開催

本人、家族、地域包括支援センター職員、ケアマネジャー、サービスC事業所職員が集まり、ケアプランの目標やそれぞれの役割を共有します。

「ユーアイビラ」「羽村三慶病院」で各プログラムを実施します

⑥サービス利用

目標の達成に向けて、各プログラム内容に沿って実施し、ご自宅で、**セルフケア※1の定着**に取り組みます。

- ・事前のアセスメントの実施
- ・各プログラムの実施
- ・事後アセスメントの実施

※1セルフケア＝自己管理

自身の健康に目を向けて、「健康づくり」と「介護予防」の取り組みを意識した生活習慣を**自分自身**で実践できるようになることをいいます。
健康管理や**運動**、**食生活**、**口腔ケア**などを自分自身で取り組めるよ

⑦事後アセスメント

プログラム終了後、地域包括支援センター（ケアマネジャー）が目標達成状況等を確認します。

次のステップへ！

終了後、セルフケアの取り組みを継続しましょう。

「家庭内の役割が増える」「介護予防教室の活用」「趣味活動の再開」「地域の集まりへの参加」「ボランティア活動」など新たな目標に向かって、自分らしい生活をしていきましょう！