

元気な方も！支援が必要な方も！

介護予防・生活支援 安心サービスガイド



「介護予防・日常生活支援総合事業」をご存知ですか？

この事業では、65歳以上の方々がいつまでも元気で自分らしく暮らせるように、介護予防や生活支援など多様で幅広いサービスを提供し、みなさんをサポートしています。

積極的に事業を利用して、自立した生活を続けましょう！

周南市

(令和8年4月作成)

あなたの元気と自立を応援します 「介護予防・日常生活支援総合事業」(総合事業)

総合事業では、住み慣れたまちで安心して暮らしていくための支援を行っています。心身や生活機能の状態に合わせて、「サービス・活動事業」や「一般介護予防事業」が利用できます。

ご利用までの流れ

65歳以上すべての方



お住まいの地域の地域包括支援センター、
周南市役所地域福祉課・高齢者支援課・総合支所・支所 にご相談ください。
※40歳から64歳の方(第2号被保険者)は、基本チェックリストではなく、要介護認定が必要です。

『基本チェックリスト・要介護認定等申請の案内基準』で「ご本人の状態」を確認します。

☑が1個以上

☑が0個

要介護認定



要支援 1・2
の方

非該当
の方

基本チェックリスト

で、生活機能が低下している
かどうかを判断し、利用できる
事業を判定します。

▼周南市 HP



介護予防・生活支援
サービス事業対象者
(事業対象者)

自立した
生活を送れる方

介護予防
サービス
を利用

介護保険

サービス・活動事業 を利用

一般介護予防事業 を利用

介護予防・日常生活支援総合事業

1. サービス・活動事業

要支援1・2の方 < 事業対象者

※地域包括支援センターが行う介護予防ケアマネジメントを通じて、利用するサービスを決定します。

	サービス名 / 内容	サービス提供者	利用者負担のめやす
訪問	総合事業訪問介護 進行性疾患や病態が安定しない方などを対象とした、食事・入浴の介助などの身体介護や、掃除・洗濯などの生活支援	訪問介護員 (ホームヘルパー)	(負担割合が1割の場合) 週1回程度利用 1,200円/月 週2回程度利用 2,398円/月 週2回超利用 3,805円/月
	自立支援訪問介護(サービス・活動A) 掃除・洗濯などの生活支援(身体介護なし)	一定の研修修了者	(負担割合が1割の場合) 1回あたり1時間まで150円 ※初回のみプラス300円
	地域支え合い訪問介護(サービス・活動B) 地域の支え合いによる買い物代行やゴミ出しなどの生活支援	地縁組織/ ボランティア グループ等	1回あたり 100円~500円程度 ※提供団体によって異なる
	短期集中予防サービス(サービス・活動C) 最大3カ月間の集中的なプログラム(動機づけ面談/運動の指導等)	リハビリ専門職 等	無料
	地域支え合い移動支援(サービス・活動D) 地域の支え合いによるサロンや通いの場までの、移動支援	地縁組織/ ボランティア グループ等	無料
通所	総合事業通所介護 進行性疾患や病態が安定しない方などを対象とした、食事・入浴などの身体介助を含んだ支援	通所介護施設 の従事者	(負担割合が1割の場合) 週1回程度利用 1,835円/月 週2回程度利用 3,671円/月
	自立支援通所介護(サービス・活動A) I型・II型 閉じこもり予防や自立に向けた支援(身体介護、入浴なし)	通所介護施設 や民間企業等 の従事者	(負担割合が1割の場合) 1回350円
	地域支え合い通所介護(サービス・活動B) レクリエーションや運動など、介護予防を目的にした自主的な活動	地縁組織/ ボランティア グループ等	1回あたり 100円~500円程度 ※提供団体によって異なる
	短期集中予防サービス(サービス・活動C) 3カ月間の集中的なプログラム(動機づけ面談/運動の指導等)	リハビリ専門職 等	無料

2. 一般介護予防事業

65歳以上すべての方

無料

住民運営通いの場 (週1回の「いきいき百歳体操」)

おもりを手首、足首につけて行う約40分間の筋力運動で、介護予防に効果的と実証されている体操です。

参加者からはたくさんの喜びの声をいただいています。



- ★ベッドからの起き上がりが楽になりました。
- ★みんなと話して笑顔になります。なにより楽しい!
- ★生活にハリができました。

市内に
130箇所
以上!



基幹型 集いの場

運動機器や映像を使用しながらの簡単な運動や交流など、多様な介護予防に取り組める場です。

◀実施場所及び実施日時▶ ▽都合の良い日時で参加できます

徳山社会福祉センター

●住所 周南市速玉町3番17号

●利用日時 月曜、火曜、木曜~土曜

(水、日、祝日、年末年始を除く)

9:00~12:00/13:00~16:00

新南陽総合福祉センター

●住所 周南市古川町1番17号

●利用日時 月曜~金曜

(土、日、祝日、年末年始を除く)

9:00~12:00/13:00~16:00



ふれあい・いきいきサロン

市内に170箇所以上

地域の高齢者が、気軽に参加できる「地域の居場所」です。地域住民の主体的活動により、レクリエーションや健康体操・おしゃべりなど自由に無理なく楽しめます。

出前トーク(運動/口腔・栄養/社会参加)

介護予防に興味関心のある地域・団体に、フレイル予防の重要性について保健師などの市職員が向いてお話しします。

3. その他の高齢者サービス

在宅支援サービス

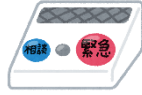
緊急通報システム

対象 65歳以上の1人暮らしで、緊急時や日常生活に不安のある人

内容 24時間体制で、緊急時にボタンを押して通報し、適切な対処や安否確認ができる機器を設置

利用料 1か月500円
(別途：消費税相当額)(生活保護の受給者、または市民税非課税者は、無料)

申込み 地域福祉課もやいネットセンター、各総合支所福祉担当、各支所



日常生活用具給付(お出かけ支援用具給付)

対象 65歳以上で1人暮らしの人(お出かけ支援用具給付は、65歳以上の人)

内容 電磁調理器、火災警報器、自動消火器、腰掛便座、入浴補助用具、歩行支援用具、シルバーカーを給付

利用料 所得に応じ、自己負担あり

申込み 地域包括支援センター

車椅子の貸し出し

対象 医療、通院、旅行などで、一時的に車椅子が必要となった人

内容 原則2週間以内を限度として、車椅子を貸し出し

利用料 無料

申込み 高齢者支援課 高齢者支援担当



見守り配食

対象 65歳以上の高齢者世帯で、家族からの支援が見込めず、安否確認を必要とし、外出や調理が困難な人

内容 配食を通じて、安否確認(昼食または夕食のうち、1日1食)

利用料 1食610円(生活保護の受給者、または市民税非課税者は、1食410円)

申込み 地域包括支援センター、担当ケアマネジャー



はり・きゅう・あん摩マッサージ施術費助成

対象 次のいずれかに該当する人▼後期高齢者医療制度に加入している▼70歳以上で、後期高齢者医療制度や国民健康保険以外の医療制度に加入している(受給者証の申し込みが必要)

内容 市と協定を結んでいる施術担当者の施術費の一部を助成※利用は1日1回で、1か月12回以内

利用料 はり・きゅう・あん摩マッサージのうち▼いずれか…800円▼併術…1,000円

申込み 高齢者支援課 高齢者支援担当、各総合支所福祉担当、各支所

相談窓口

地域包括支援センター(愛称:いきいきさぽーと)

地域包括支援センターでは、保健や福祉の専門職が相談に応じ、高齢者の生活を総合的に支援します。
※下記の相談窓口にお越しの際は、お電話での事前連絡をお願いいたします。



名称	お住まいの地区	所在地	連絡先
周南東部地域包括支援センター	久米・蘆浜・鼓南・熊毛	久米 1533-3(老郷地下)	☎0834-29-1155
高齢者相談コーナー 天王園在宅介護支援センター	(主に)熊毛	大河内 1109-2	☎0833-91-5851
つづみ園地域包括支援センター	周陽・桜木・秋月・岐山・大津島	瀬戸見町 12-30	☎0834-28-7055
徳山医師会地域包括支援センター	遠石・関門・中央・今宿	東山町 6-28	☎0834-32-9035
周南西部地域包括支援センター	富田・菊川・和田・福川 湯野・戸田・夜市	古川町 1-17	☎0834-62-6301
高齢者相談コーナー 西部いきいきさぽーとステーション	(主に)湯野・戸田・夜市	戸田 2713 (道の駅ソレーネ周南内)	☎0834-83-2277
周南北部地域包括支援センター	須々万・長穂・向道 中須・須金・鹿野	須々万本郷 2502(山手)	☎0834-87-2000
高齢者相談コーナーやまなみ荘	(主に)鹿野	鹿野上 2755-1	☎0834-68-4183

▼地域福祉課 包括ケア・地域保健担当 ☎0834-22-8462 ▼各総合支所福祉担当 新南陽 ☎0834-61-4113
もやいネットセンター ☎0834-22-8200 熊毛 ☎0833-92-0012
▼高齢者支援課 高齢者支援担当 ☎0834-22-8461 鹿野 ☎0834-68-2332
介護認定担当 ☎0834-22-8343