

東みよし町包括支援センターだより

基本チェックリストって？

No.	質問事項	回答 (いずれかに○を お付けください)	
1	バスや電車で1人で外出していますか	0. はい	1. いいえ
2	日用品の買物をしていますか	0. はい	1. いいえ
3	預貯金の出し入れをしていますか	0. はい	1. いいえ
4	友人の家を訪ねていますか	0. はい	1. いいえ
5	家族や友人の相談にのっていますか	0. はい	1. いいえ
6	階段を手すりや壁をつたわずに昇っていますか	0. はい	1. いいえ
7	椅子に座った状態から何もつかまらずに立ち上がっていますか	0. はい	1. いいえ
8	15分位続けて歩いていますか	0. はい	1. いいえ
9	この1年間に転んだことがありますか	1. はい	0. いいえ
10	転倒に対する不安は大きいですか	1. はい	0. いいえ
11	6ヶ月間で2～3kg以上の体重減少がありましたか	1. はい	0. いいえ
12	身長 cm 体重 kg (BMI) (注)		
13	半年前に比べて固いものが食べにくくなりましたか	1. はい	0. いいえ
14	お茶や汁物等でむせることがありますか	1. はい	0. いいえ
15	口の渇きが気になりますか	1. はい	0. いいえ
16	週に1回以上は外出していますか	0. はい	1. いいえ
17	昨年と比べて外出の回数が減っていますか	1. はい	0. いいえ
18	周りの人から「いつも同じ事を聞く」などの物忘れがあるとされますか	1. はい	0. いいえ
19	自分で電話番号を調べて、電話をかけることをしていますか	0. はい	1. いいえ
20	今日が何月何日かわからない時がありますか	1. はい	0. いいえ
21	(ここ2週間)毎日の生活に充実感がない	1. はい	0. いいえ
22	(ここ2週間)これまで楽しんでやれていたことが楽しめなくなった	1. はい	0. いいえ
23	(ここ2週間)以前は楽にできていたことが今ではおっくうに感じられる	1. はい	0. いいえ
24	(ここ2週間)自分が役に立つ人間だと思えない	1. はい	0. いいえ
25	(ここ2週間)わけもなく疲れたような感じがする	1. はい	0. いいえ

(注) BMI (=体重(kg)÷身長(m)÷身長(m)) が18.5未満の場合に該当する。

平成29年4月1日より
新総合事業では、
「基本チェックリスト」での
事業利用もできます！



東みよし町包括支援センター

東みよし町役場三好庁舎2階

TEL76-5580

出前講座について



サロン活動や地域や趣味活動の集まりに出前講座します！

サロン活動での出前講座の様子

★介護予防について
運動・口腔・栄養の講座
生活習慣病の予防講座
介護予防体操



★認知症について
認知症サポーター養成講座
認知症講座
(予防・認知症について・
の対応の方法)
3匹のこぶた劇団による講座



★消費者被害について
どんな手口があるか、対応方法
クーリングオフ
3匹のこぶた劇団による講座

★介護保険について

出張相談
行います！



【講座の時間】 30分から1時間半程度

東みよし町包括支援センター

東みよし町役場三好庁舎2階

TEL76-5580

介護予防・日常生活支援総合事業のご案内

～住み慣れた東みよし町でいつまでも自分らしく生活するために～

介護保険事業には、介護サービス（要支援・要介護）、介護予防サービス、介護予防・日常生活支援総合事業があり、身体の状態により利用できるサービスが異なってきます。介護予防・日常生活支援総合事業には、「介護予防・日常生活支援サービス」と「一般介護予防事業」があります。



「介護予防・日常生活支援サービス」とは

対象者：要介護認定をうけ要支援（1・2）に認定された方及び基本チェックリストで生活機能の低下がみられる方が対象となります。

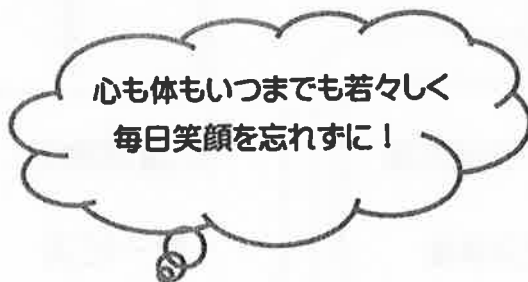
サービス内容

訪問型サービス	ホームヘルパー等による身体介護や生活援助（調理・洗濯・掃除等）
通所型サービス	通所介護施設で、入浴や排泄、食事などの日常生活上の日帰りサービスや運動機能向上、栄養改善、口腔機能向上等を主としたサービスを選択できます。

「一般介護予防事業」とは

対象者：65歳以上のすべての高齢者の方

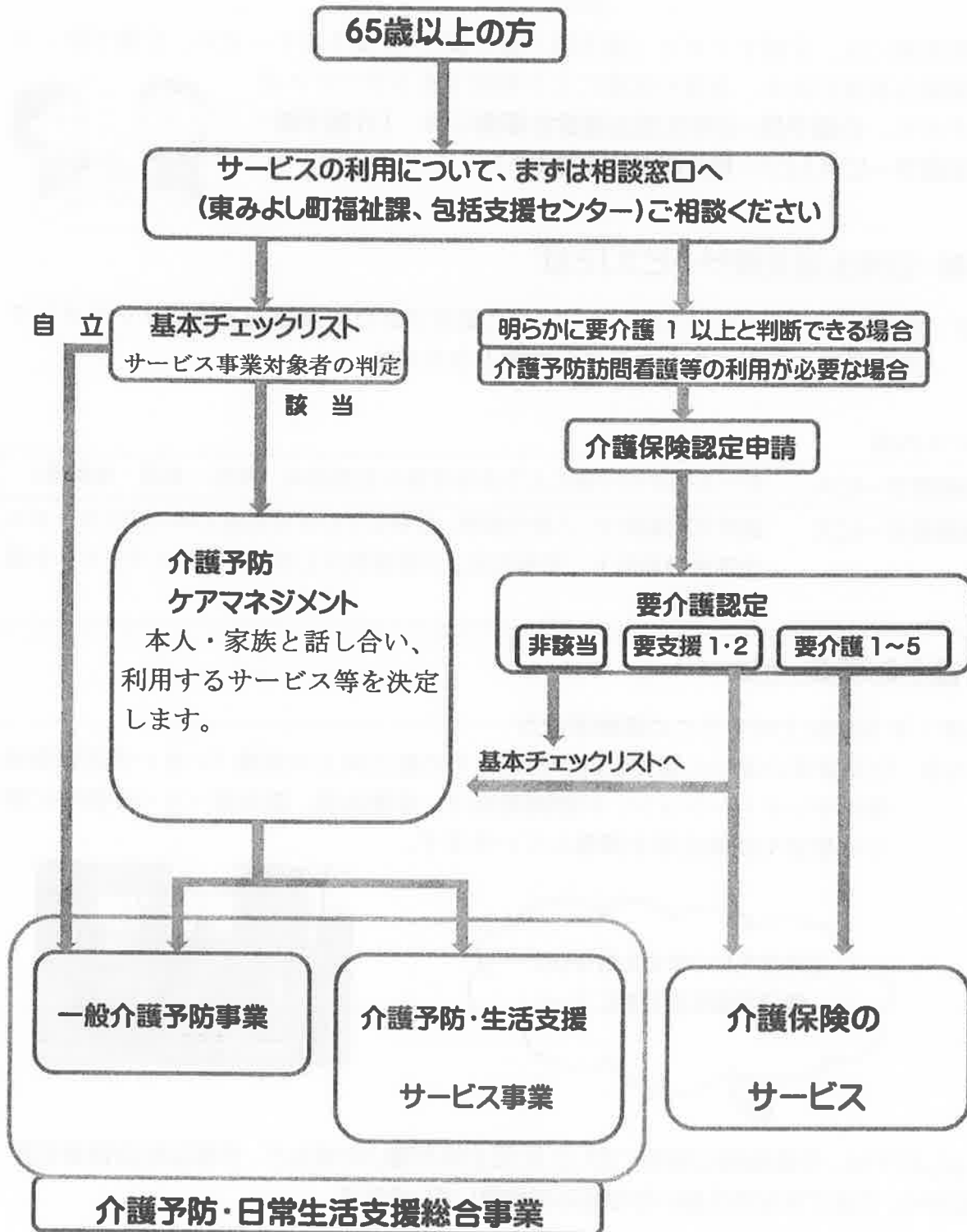
事業内容：住民運営の通いの場で転倒予防のための筋力向上の体操（いきいき百歳体操等）やレクリエーション、口腔機能向上、栄養改善、認知症・うつ予防等に関する教室や講演会等を開催していきます。



※東みよし町では、今後地域の特性に応じた住民主体の通いの場など、多様な社会資源を活用しながら、さまざまな支えあいの仕組みを構築していきます。

問い合わせ先：東みよし町福祉課 電話（0883-82-6306）

【サービス利用までの流れが次のように変わります】



※基本チェックリストとは、25の質問項目で日常生活に必要な機能が低下していないかを調べます。基本チェックリストで非該当になっても、一般介護予防事業は利用可能です。

こころの健康講演会

笑いの健康効果！元気に過ごすにはこころとからだの健康バランスが大切です。下記のとおり、講演会を開催します。こころの健康を考える機会としてぜひご参加ください。



日 程 / 平成29年2月22日（水）
13:30~15:00（受付13:00~）

会 場 / 東みよし町役場（三加茂庁舎）
2階 多目的ホール

講 演 / こころもからだも元気になる
～笑いのチカラ～

お申し込み・お問い合わせ /

事前お申し込みは不要です。当日、直接会場へお越しください。
皆様のご参加をお待ちしております。

お問合せ先 東みよし町健康づくり課
Tel 82-6323



講 師

新居浜精神衛生研究所附属 豊岡台病院

えだひろ あつまさ

院長 枝廣 篤昌 先生

精神科医

日本笑い学会四国支部 代表

新居浜で落語を聴く会 代表

笑いヨガ認定ティーチャー

精神保健福祉の一環として「チョーサ寄席」を毎年開催したり、「笑い」を生かした地域づくりを実践している。

こころの相談窓口

東みよし町健康づくり課
三好保健所

☎ 82-6323
☎ 72-1123

第4回東みよし町社会福祉大会

～自然とやさしさ、心ふれあう福祉の郷～



桂 七福氏 プロフィール

1965年徳島県東みよし町生まれ。1991年10月、四代目桂福団治に入門。天満天神繁昌亭など各地の落語会に出席。趣味は機械工作、映画鑑賞。主な会は「万福寄席」「あらたの寄席」「徳島明日亭」。徳島に拠点をおいて活動中。

第1部 9:30 ~ 10:20

個人・団体表彰式 式典

永きに渡り社会福祉事業に功績のあった個人及び団体に表彰を行い感謝の意を表します

第2部 10:20 ~ 11:30

自主防災組織連絡会

【記念講演】桂七福氏 講演会

笑いは心の深呼吸

～笑顔がつむぐ、日頃のつながり～

【意見交換会】



ゲスト

東みよし町親善大使・タレント
佐々木麻衣さん

第3部 11:30 ~ 12:30

暴力追放三好連合会第28回大会

主催 暴力追放三好連合会・三好警察署

徳島県警察音楽隊

ミニコンサート

暴力追放宣言・女子ラフティングチーム「リバーフェイス」

暴力団を恐れない、利用しない、金を出さない。

寸劇・ひまわり劇団

『詐欺にも事故にもあわれんでよ』

東みよし防災フェスティバル2017 10:30 ~ 14:00

ロープワーク体験、ドローンシミュレーター、無線通信体験など防災・福祉の展示・体験コーナーをご用意。体験コーナーではスタンプラリーでいろいろ回って記念品をゲットしよう。

入場無料

どなたでもご来場ください

開催日 平成29年3月12日 日

会場 東みよし町農業者トレーニングセンター

主催 東みよし町・東みよし町社会福祉協議会