

【対象】

要支援1・2の方
事業対象者

※事業対象者：心身の状態など簡単な質問により、介護予防や生活支援が必要と判定された方

サービス・活動事業（介護予防・生活支援サービス事業）

ミニデイ型通所サービス

フレイル※を改善したいあなたに

※フレイル：年齢とともに心身の活力が低下した状態をいいます。運動・栄養・口腔ケア・社会参加にバランスよく、取り組むことで改善が可能です。

サービスの概要

対象	要支援1・2の方、事業対象者
回数	週1回(原則6か月) 更新可
時間	2時間程度
利用料	1か月 1,609円(1割負担の方の目安)
実施場所	デイサービスセンター等 (送迎可)

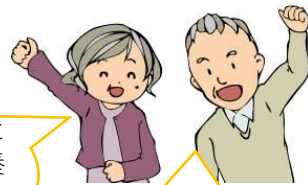
サービスの効果



利用者の8割以上が、状態の維持・改善したことが分かりました！

(2016年～2019年利用者の評価データ解析結果)

利用者の声



積極的に外出するようになりました。食事や栄養にも気を使うようになりました。(70歳代後半)

生活に張りができました。(70歳代前半)

サービスの内容

体調チェック
ウォーミングアップ



「いきいき元気プログラム」

専門家が検討して作った本市独自のプログラムです。
1グループ5～8人で行います。

運動

コグニサイズ(体を動かしながら数を数えるなど、頭を使った運動)を中心とした運動



栄養

調理実習やグループワーク、回想法を通じた栄養改善



効果的に組み合わせ実施！

口腔

パタカラ体操(発声練習)や舌の体操による口腔機能向上



申し込み

●サービスの対象者に該当するか等、まずは、いきいき支援センター(地域包括支援センター)、区役所にご相談ください。



いきいき支援センターの一覧はこちら

●ミニデイ型通所サービスを提供している事業所は、NAGOYAかいごネットに掲載しています。



事業所の一覧はこちら