

介護予防特集号

生き生きと暮らすために

65歳以上の人を対象に生活機能評価を実施

日常生活で、知らず知らずのうちに出来なくなってきたことや、体力の衰えを感じたことはいませんか？高齢者の健康をおびやかすのは病気だけではなく、閉じこもりがちで身体を動かさずことや頭を使う機会が減ること、栄養状態の悪さ等の生活スタイルからくる全身的な心身機能の衰えは、危険な「老化のサイン」です。要支援・要介護になるおそれをチェックする「生活機能評価」を受診し、自分では気付かなかった「老化のサイン」を早期に発見し、介護予防の取り組みにつなげましょう。

早期に見つける「老化のサイン」

今までの老人健康診査の受診時に実施していた介護予防のための基本チェックを、平成20年度から「生活機能評価」の中で実施します。生活機能が低下し、要支援・要介護状態になるおそれのある人へ、介護予防のための取り組みをお勧めし、要支援・要介護状態になることをできるだけ防げることを目的として実施します。

西宮市の各種健康診査について

生活機能評価と同時に受けることができる40歳以上の各種健康診査(西宮市国民健康保険特定健康診査、後期高齢者健康診査、基本健康診査)の受診は無料(35歳~39歳は有料)です。

受診機関、受診方法などは生活機能評価と同じです。詳しくは受診券に同封されている受診案内または「保健たより」保健所のホームページ(http://anpopo.nishi.or.jp/hokenjo/)に掲載しています。

老人健康診査が変わります

平成20年度からの医療制度改革に伴い、市が65歳以上を対象に実施してきた老人健康診査は、医療保険者が実施する「特定健康診査」に含まれる事になります。そのうち75歳以上の人は「後期高齢者健康診査」の対象となり、いずれの対象でもない人は「保健サービス課が実施する健康診査」でそれぞれ健康診査を受診することになります。

Table with 3 columns: 名称, 所在地・電話番号, 担当地域(中学校区). Lists various support centers like 安井, 今津南, 浜脇, etc.

※地域包括支援センターの利用日は月曜~土曜の午前9時~午後5時です。担当の地域包括支援センターが分からない場合は、最寄りの地域包括支援センターへ問合せを

元気アップ教室で楽しく健康づくり



高齢者の健康づくりは、生活習慣病の予防に加え、生活機能の低下を防ぐために介護予防の取り組みが大切です。市は65歳以上で、生活機能の低下がみられ、要支援・要介護状態になるおそれのある人を対象に、介護予防事業として「元気アップ教室」等を開催しています。

高齢者の健康づくりは、生活習慣病の予防に加え、生活機能の低下を防ぐために介護予防の取り組みが大切です。市は65歳以上で、生活機能の低下がみられ、要支援・要介護状態になるおそれのある人を対象に、介護予防事業として「元気アップ教室」等を開催しています。

生活機能評価から元気アップ教室参加まで

- 対象者(65歳以上)の人に市から受診券を送付します
医療機関で生活機能評価を受診しましょう
要支援・要介護のおそれのある人に市から「元気アップ教室」の案内を送付します
地域包括支援センターが「元気アップ教室」を紹介します
元気アップ教室に参加します

Advertisement for 甲東園法務司法書士事務所. Includes text about debt consolidation and contact info: 0798-54-3259.

Advertisement for Asahi Real Estate. Title: 芦屋市とハウスメーカー11社の共同プロジェクト/総区画126. Spring site visit event on 4/12, 13, 19, 20.