

小規模多機能型居宅介護の紹介

小規模多機能型居宅介護とは？

小規模多機能型居宅介護とは、介護が必要な高齢者に対して、可能な限り住み慣れた自宅や地域で自立した日常生活を送ることができるよう、利用者の選択に応じて同一の事業所が「通い」を中心とした「訪問」「宿泊」のサービスを一体的に提供するサービスです。

小規模多機能型居宅介護のおすすめポイント！

- ①通い、訪問、宿泊のすべてのサービスをひとつの事業所との契約で受けられる。
- ②月額定額制のため、支払う金額があらかじめ決まっている。
- ③少人数制のため、一人ひとりに寄り添ったサービスが受けられる。
- ④3つのサービスを同一事業所で受けられるため、違うサービスであっても顔なじみのスタッフが行う。

小規模多機能型居宅介護は、3つのサービスがまとめて受けられる非常に便利な事業所です。事業所の利用を希望する場合は、担当のケアマネージャーや介護長寿課に相談しましょう。

うるま市内の小規模多機能型居宅介護事業所

| | |
|---------------------|-------------------------|
| 小規模多機能ホームゆい | うるま市字赤道 248 番地 2 |
| 小規模多機能ホームいきがいのまちうるま | うるま市喜屋武 626 番地 5 |
| 小規模多機能ホーム石川にじの家 | うるま市石川東山本町一丁目 19 番 18 号 |
| 地域支援ホーム津堅いこいの家 | うるま市勝連津堅 1144 番地 |

【お問合せ】介護長寿課 ☎973-3208

一般介護予防事業 前期うるま男塾のご案内

65歳以上の男性を対象とした運動教室「うるま男塾」を開講します。筋トレやストレッチ、ミニ講話、機器を使用した筋力アップなどを行います。



4月
開講!



| 場 所 | 曜 日 (毎 週) | 時 間 | 定 員 |
|------------------------------|-----------|--------------|-----|
| うるみん (1階スタジオ及びフィットネスセンター) | 木曜日 | 午後1時30分～午後3時 | 20名 |

教室実施期間 4月4日(木)～9月26日(木) 対象者 65歳以上のうるま市民の男性

受講要件 ①運動制限がなく、移動や運動時に見守りや介助が必要のない方
②安静時高血圧でない方

受講料(1回あたり) 150円

備 考 心身の状態によっては他のサービスのご案内をさせていただくこともあります。

申込期間 3月4日(月)～15日(金)

申込先 介護長寿課 地域支援係 ☎973-5112(午前9時～午後5時)

※電話によるお申込みが必要です。

※申し込み多数の場合は抽選とし、新規の方が優先となります。

※抽選の結果、ご参加いただける方へ決定通知書を郵送いたします。(抽選に漏れた方への通知はありません。)