

# サービスC(短期集中予防サービス)利用の流れ

## ①地域包括支援センターへ相談

できなくなった日常生活での  
困りごとを確認します。

「地域包括支援センター」が手続きをすすめます

## ②アセスメント

現在の生活状況、意向や心身の状態確認を行います。

## ③ケアプラン作成

日常生活課題を明確化し、目標を設定します。利用する事業所を選定し、受け入れ調整を行います。  
暫定ケアプランを作成します。

## ④利用の申請

申請に必要な書類を市に提出します。

## ⑤利用決定通知

市から利用決定通知書が郵送されます。

## ⑥サービス担当者会議の開催

本人、家族、ケアマネジャー、サービスC事業所職員が集まり、ケアプランの目標やそれぞれの役割を共有します。

「事業所」が各プログラムを実施します

## ⑦サービスの利用

目標の達成に向けて、各プログラム内容に沿って実施し、ご自宅でのセルフケア※1の定着に取り組みます。

- ・事前アセスメントの実施
- ・各プログラムの実施
- ・事後アセスメントの実施

※1セルフケア=自己管理

自身の健康に目を向けて、「健康づくり」と「介護予防」の取り組みを意識した生活習慣を自分自身で実践できるようになることをいいます。  
**健康管理**や**運動、食生活、口腔ケア**などを自分自身で取り組めるようになることを目指します。

※通所型サービスC(運動器の機能向上プログラム)では、事前と事後にご自宅へ訪問し、生活動作の確認をします。

## ⑧事後アセスメント

プログラム終了後、包括支援センターが目標達成状況等を確認します。

終了後、セルフケアの取り組みを継続しましょう。  
「家庭内の役割が増える」「趣味活動の再開」  
「地域の集まり※2への参加」「ボランティア活動」など新たな目標に向かって、自分らしい生活をしていきましょう！

※2地域の集まり(例)

- ・ときめき週1クラブ
- ・ふれあい・いきいきサロン
- ・地域ふれあいルーム

次のステップへ!