

2025年度 美郷町地域支援事業のご案内



ニコニコ健康教室

- 対象：おおむね65歳以上
- 頻度：月2回（送迎あり）
- 内容：健康維持改善のための運動プログラム
- 参加料：2000円/年
- 会場：【沢谷交流センター】 【浜原隣保館】 【ゴールデントピア】 【吾郷公民館】
【君の谷農村塾】 【比之宮交流センター】 【潮会館】 【都賀行隣保館】
【大和事務所】

はつらつ倶楽部

- 対象：おおむね65歳以上
- 頻度：月1回（送迎あり）
- 内容：栄養、介護予防、認知症予防、口腔ケア、防犯など月替わりの講座と、温泉、会食をメニューとして、社会参加、健康づくりに取り組む。
- 参加料：1回1,500円（食事、入湯料込み）
- 会場：石見ワイナリーホテル美郷

いきいき水中運動教室

- 対象：おおむね65歳以上の方
- 頻度：毎週水曜日（送迎あり）（午前：大和地区 午後：邑智地区）
- 内容：脳トレ、水中運動
- 参加料：1回500円（プール代込み）
- 会場：ゴールデントピアおおち

地域住民グループ活動支援事業

- 対象：各地域の住民
- 内容：各地域で自主グループが企画や声かけを行い、高齢の方が定期的（月1回以上）に集まって相互に交流することにより、閉じこもりを予防し、心身の機能向上や維持を図る（町内16グループへ委託）

訪問型サービスA（訪問介護士による生活援助）：社会福祉協議会訪問介護事業所

訪問型サービスB（住民主体による生活援助）：NPO法人別府安心ネット、比之宮連合自治会
都賀本郷連合自治会 長藤連合自治会、
粕渕連合自治会

訪問型サービスC（専門職による集中的な指導）：リハビリ職、保健師、栄養士等

訪問型サービスD（住民主体の移送前後の生活支援）：NPO法人別府安心ネット
比之宮連合自治会

低栄養予防食普及事業



- 対象：各地域の高齢の方
- 内容：高齢の方が身近な地域で集い、レクリエーション等による交流と、
バランスの良い食事を提供することにより、低栄養防止のための知識を普及する
（美郷町食生活改善推進協議会へ委託）
- 開催：各地域で年1～2回

認知症初期集中支援チーム

- 対象：在宅で生活しておられる認知症の方、または認知症が疑われる方で、医療、介護サービスを受けていない方、または対応が困難な方
- 内容：認知症専門医と保健師が自宅へ訪問し、認知機能や健康状態の確認をし、医療や介護サービスへつなげたり、認知症への対応などを助言したり支援を行う。

認知症カフェ

- 対象：美郷町住民
- 内容：認知症だけでなくご自身のことや
介護のこと等普段困っていること
などの総合相談、脳トレなどお茶
を飲みながら過ごす場所。



『おひさまカフェ』

会場：地域活動支援センターあおぞら 他
毎月第2または3火曜日 10:00～正午
参加料は100円

『やすらぎカフェ』

会場：やすらぎの里別府デイサービスセンター
毎月第2・4金曜日 14:00～15:00
参加料は無料

「美郷町地域包括支援センター」は美郷町が運営している機関で、高齢のみなさんが住みなれた町で安心して暮らしていけるように、介護、福祉、健康、医療などさまざまな面から高齢の方やその家族を支えています。困ったことはなんでもご相談ください！

【問い合わせ先】美郷町地域包括支援センター
電話：75-1231