

## 久喜市すてっぷあっぷ教室(短期集中通所型サービスC)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の困りごとを教えてください。

対象者: 基本チェックリストで参加が必要という結果になった方  
及び 要支援1で運動系のサービスを利用していない方

### ② 利用の申込

利用の契約を行います。

### ③ アセスメント

現在の生活状況、ご本人の意向や心身の状態確認を行います。

### ④ ケアプランの作成

日常生活課題を明確化し、目標を設定。  
暫定ケアプラン案を作成します。

### ⑤ サービス担当者会議の開催

本人、家族、地域包括支援センター職員、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。

### ⑦ サービス利用

- ・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

### 市で選定した事業所で 各プログラムを実施します。

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、**セルフケア<sup>※1</sup>の定着**に取り組みます。

※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。

### ⑥ 事後アセスメント

プログラム終了後、地域包括支援センターが目標達成状況等を確認します。

次のステップへ

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」「介護予防教室の活用」「趣味活動の再開」「地域の集まりへの参加」「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！