

TOSHIMA

令和8年度介護予防ケアマネジメント作成研修

総合事業について



SUSTAINABLE
DEVELOPMENT GOALS

豊島区は持続可能な開発目標(SDGs)を支援しています。

令和8年6月

INDEX

- 01 豊島区の総合事業について
- 02 令和8年度介護報酬改定について
- 03 としま入浴通所サービスについて
- 04 短期集中通所型サービスについて
- 05 その他

INDEX

- 01 豊島区の総合事業について
- 02 令和8年度介護報酬改定について
- 03 としま入浴通所サービスについて
- 04 短期集中通所型サービスについて
- 05 その他

豊島区 基本構想・基本計画

生涯にわたり健康で、地域で共に暮らせる福祉のまち

今後5年間の区の進むべき方向性を明確にする新たな基本計画を策定（R7～）



3

生涯にわたり健康で、
地域で共に暮らせる
福祉のまち









69

..... 概要

少子高齢化や核家族化、単身世帯の増加が進捗する中、地域の人間関係が希薄化する一方で、区民の生活課題は複雑化・複合化しています。孤独・孤立対策等のきめ細かな支援や、自ら健康を守り育む環境づくりが求められています。

住み慣れた地域でいきいきと暮らし続けられるよう、すべての相談窓口でどんな悩みごとでも受け止め、早期に相談につなぎ、制度の扶間を伴わず包括的に支援する体制を強化し、本人が望む社会とのつながりや自立した生活を地域で支えあつちづくりを進めます。

また、区民一人ひとりが健康を意識し、生活習慣の改善等につながる取組を展開するとともに、感染症をはじめとする様々な健康危機に備える地域医療体制を構築します。

生涯にわたり健康で、 暮らせる福祉のまち	①-1	どんな悩みごとでも受け止める相談体制の強化	高齢者・障害者等の自立支援 地域福祉 権利擁護
	①-2	住み慣れた地域で暮らし続けられる支援体制の強化	
	①-3	社会とのつながりや参加を支える仕組みづくり	
	①-4	年齢や障害にかかわらず、いきいきと生活し続けるための支援	
	①-5	暮らしやすく、社会につながる環境の整備	
	①-6	共に支えあい、思いやりあふれる地域づくりの推進	
	①-7	福祉人材の確保・支援と福祉サービスの質の向上	
地域で共に	②-1	健康に関する気づきの推進	健康・地域医療 保健衛生・健康危機管理
	②-2	こころと体の健康づくりの推進	
	②-3	健康危機管理の強化	
	②-4	地域医療体制の充実	

総合事業とは

総合事業とは、高齢者が要介護状態にならないように総合的に支援することを目的に、各自治体が実施する介護予防事業等の総称です。

介護予防・日常生活支援総合事業の構成			
介護予防・日常生活支援総合事業 サービス・活動事業 ・要支援認定を受けた者（要支援者） ・事業対象者（基本チェックリスト該当者） ・継続利用要介護者 ※サービス種別A・B・Dのみ	訪問型サービス（第1号訪問事業）	従前の訪問介護相当 ①従前相当サービス 多様なサービス・活動 ②訪問型サービス・活動A（多様な主体によるサービス・活動） ③訪問型サービス・活動B（住民主体によるサービス・活動） ④訪問型サービス・活動C（短期集中予防サービス） ⑤訪問型サービス・活動D（移動支援）	従前の訪問介護相当 ①従前相当サービス ②訪問型サービス・活動A（多様な主体によるサービス・活動） ③訪問型サービス・活動B（住民主体によるサービス・活動） ④訪問型サービス・活動C（短期集中予防サービス） ⑤訪問型サービス・活動D（移動支援）
	通所型サービス（第1号通所事業）	従前の通所介護相当 ①従前相当サービス 多様なサービス・活動 ②通所型サービス・活動A（多様な主体によるサービス・活動） ③通所型サービス・活動B（住民主体によるサービス・活動） ④通所型サービス・活動C（短期集中予防サービス）	従前の通所介護相当 ①従前相当サービス ②通所型サービス・活動A（多様な主体によるサービス・活動） ③通所型サービス・活動B（住民主体によるサービス・活動） ④通所型サービス・活動C（短期集中予防サービス）
	その他生活支援サービス（第1号生活支援事業）	①栄養改善を目的とした配食 ②住民ボランティア等が行う見守り ③訪問型サービス、通所型サービスに準じる自立支援に資する生活支援（訪問型サービス・通所型サービスの複合的提供等）	①栄養改善を目的とした配食 ②住民ボランティア等が行う見守り ③訪問型サービス、通所型サービスに準じる自立支援に資する生活支援（訪問型サービス・通所型サービスの複合的提供等）
	介護予防ケアマネジメント（第1号介護予防支援事業）	①ケアマネジメントA ②ケアマネジメントB ③ケアマネジメントC	①ケアマネジメントA ②ケアマネジメントB ③ケアマネジメントC
一般介護予防事業 ・第1号被保険者の全ての者 ・その支援のための活動に関わる者	①介護予防把握事業 ②介護予防普及啓発事業 ③地域介護予防活動支援事業 ④一般介護予防事業評価事業 ⑤地域リハビリテーション活動支援事業		

※ 上記はサービスの典型例として示しているもの。市町村はこの例を踏まえて、地域の実情に応じた、サービス内容を検討する。

出典
 厚生労働省 老発0717第6号
 「介護予防・日常生活支援総合事業のガイドラインについて」 9頁

事業全体の概要

【事業内容】

- ◎ 訪問型サービス、通所型サービス
- ◎ 基本チェックリスト、介護予防ケアマネジメント
- ◎ 家事援助スタッフ育成研修



サービス・活動事業

要介護1・2や要介護対象者の方を対象にしたサービスです。要介護状態になることを予防するためにサービスを利用することで、状態が回復し健康を維持できます。自立した生活が送れるよう、皆さまを支えています。

総合評価のグラフは「もっと上の状態」を目指します。

サービスを上手に利用しよう

- ① 決められた居宅で過ごすために、障害や病状を決めて必要なサポートを受けましょう。
- ② サービスを使う中で学んだことを日常生活に取り入れながら、自分でできることを増やせるよう実践してみましょう。

訪問型サービス

従前相当サービス

利用料のめやす (1回あたり)	328円
初回料	専門的な有資格者
対象者	要介護1・2

としま介護予防型サービス

利用料のめやす (1回あたり)	300円
初回料	専門的な有資格者
対象者	要介護1・2

としまいきいき訪問サービス

自宅に訪問し、掃除・洗濯・買い物・繕物・家の受け取りなどの生活援助を行います。

利用料のめやす (1回あたり)	300円
初回料	専門的な有資格者または区長の研修終了者
対象者	要介護1・2

生活支援助成制度

自宅に訪問し、掃除・洗濯・買い物などの家事援助を行います。

利用料	30分300円/回 60分600円/回
初回料	区長の研修終了者
対象者	要介護1・2・療養対象者

短期集中訪問型サービス

3〜6か月間、専門員が自宅に訪問し、定期的に集中して生活機能改善のための訪問・相談を行います。

利用料	30分300円/回 60分600円/回
初回料	区長の研修終了者
対象者	要介護1・2・療養対象者

知的集中訪問型サービス

リハビリテーション

利用料	30分300円/回 60分600円/回
初回料	専門的な有資格者
対象者	要介護1・2・療養対象者

低床装改善

利用料	30分300円/回 60分600円/回
初回料	専門的な有資格者
対象者	要介護1・2・療養対象者

口腔ケア

利用料	30分300円/回 60分600円/回
初回料	専門的な有資格者
対象者	要介護1・2・療養対象者

居合せ お住まいの地域の高齢者総合相談センターへご相談ください【要介護対象者】

通所型サービス

従前相当サービス

利用料のめやす (1回あたり)	476円
施設サービス	あり
対象者	要介護1・2

としまリハビリ通所サービス

利用料のめやす (1回あたり)	月額1,200円
施設サービス	介護事業所による
対象者	要介護1・2・療養対象者

としま入浴通所サービス

利用料のめやす (1回あたり)	500円
施設サービス	あり
対象者	要介護1・2・療養対象者

つながるサロン

地域の住民が主体となり、自主的、自発的に運営する通所型の介護予防事業実施団体(つながるサロン)に参加し、運動や趣味活動を通して、介護予防、認知症予防に取り組めます。

利用料のめやす	団体による
施設サービス	なし
対象者	要介護1・2・療養対象者

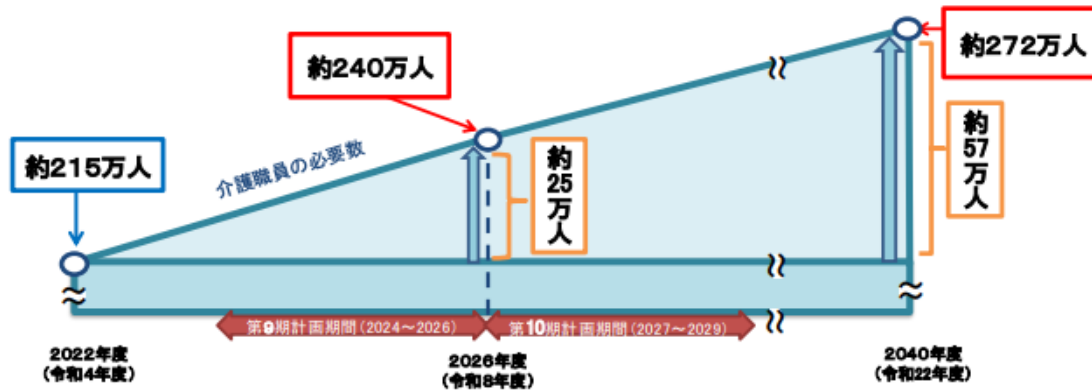
短期集中通所型サービス

利用料	無料
施設サービス	なし
対象者	要介護1・2・療養対象者

総合事業の見直し

◆介護人材の不足

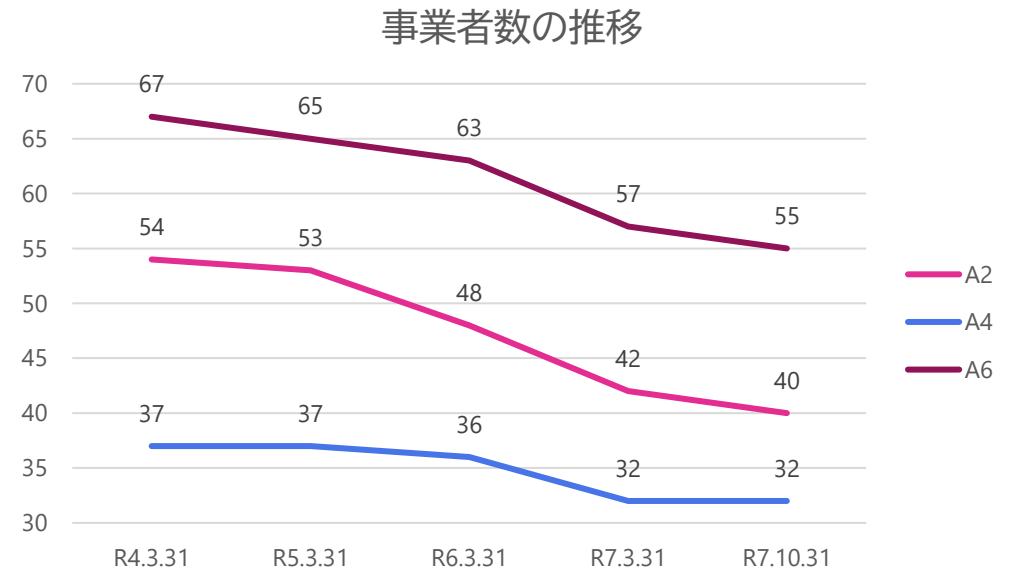
2026年時点で約28万人、2040年には約57万人の介護職員が不足すると予測されている。



第9期介護保険事業計画に基づく介護職員の必要数について（厚生労働省資料）

◆事業所の減少

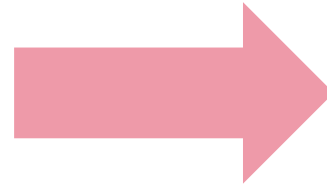
区内事業所においても、年々事業所が減少している。



総合事業の目指す姿

介護人材不足を補っていくためにも

これまでの支援
「してあげる支援」



これからの支援
「元の生活を取り戻す支援」

本人ができないことを探す
本人が望む
介護サービスの継続
↓
少しずつ体調が悪化
↓
さらに介護サービスが必要

介護予防や生活支援
のあり方を根本から
見直し

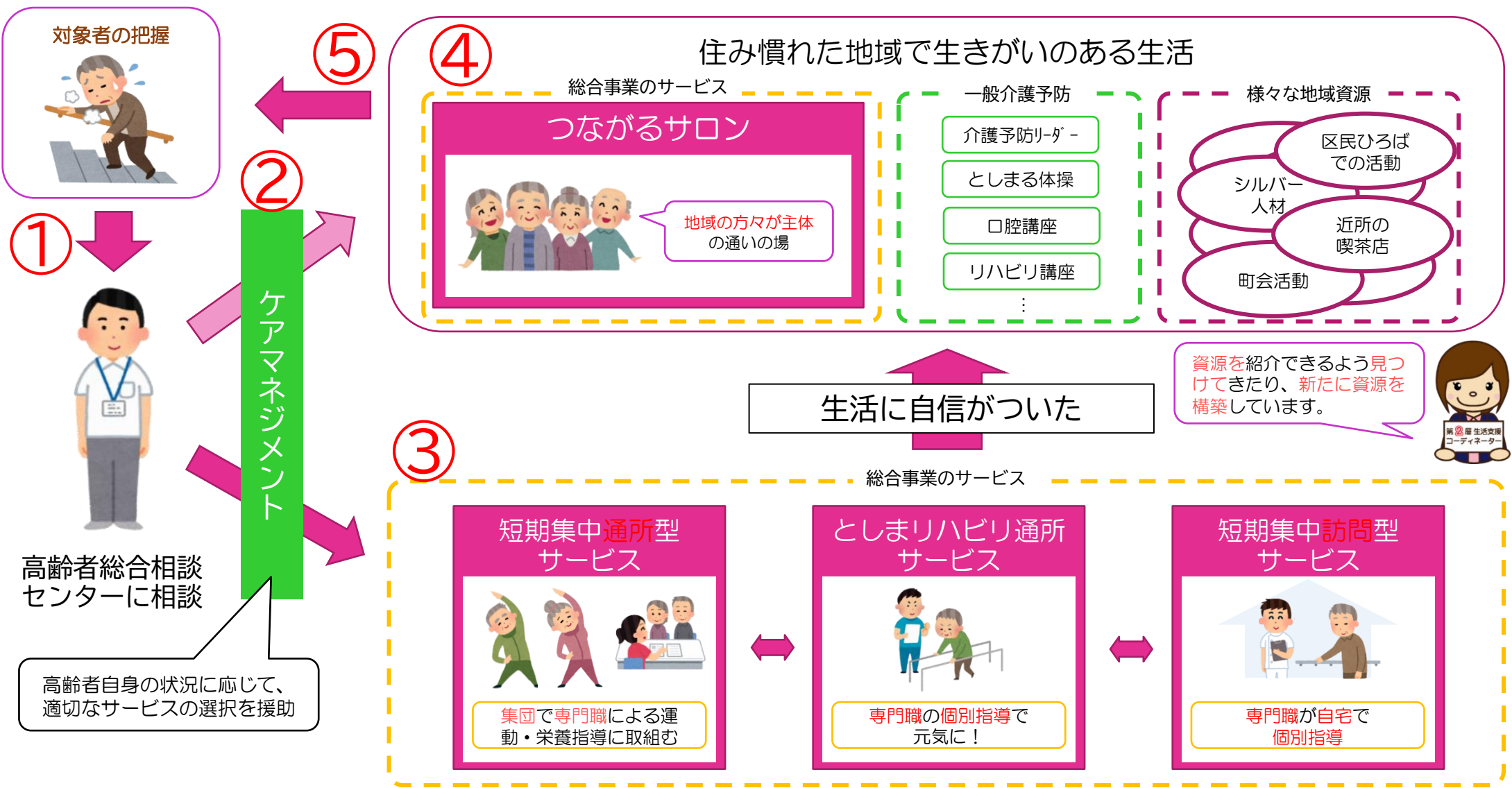
回復の可能性がある高齢者
「本人ができないことを」

セルフマネジメントのノウハウ
を伝えながら機能を回復
↓
活動的な生活を送る
↓
要支援者を減らす
↓
介護人材不足を補う

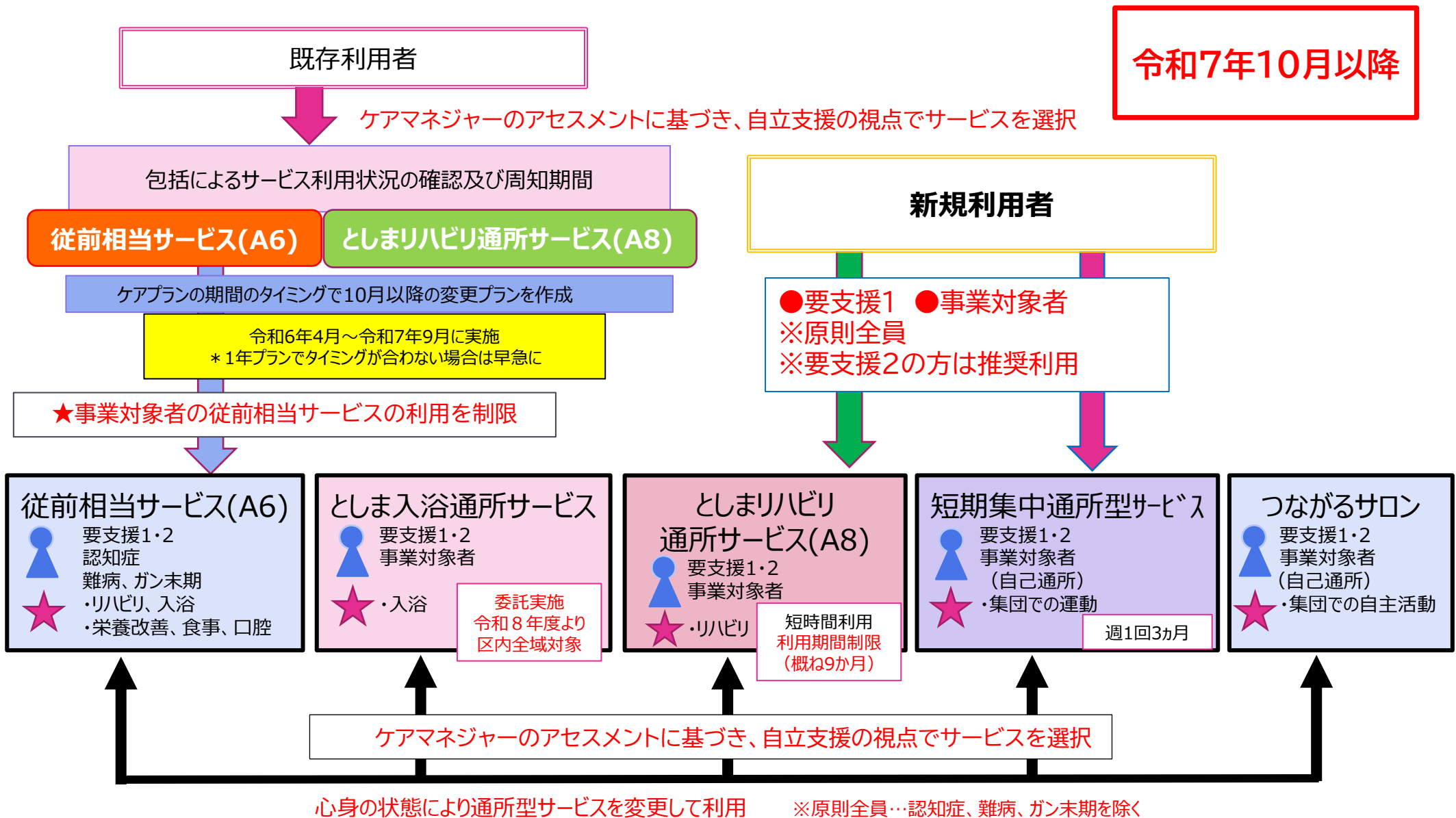
GOAL

住み慣れた豊島区で
いつまでも自分らしく いきいきと

総合事業の流れ



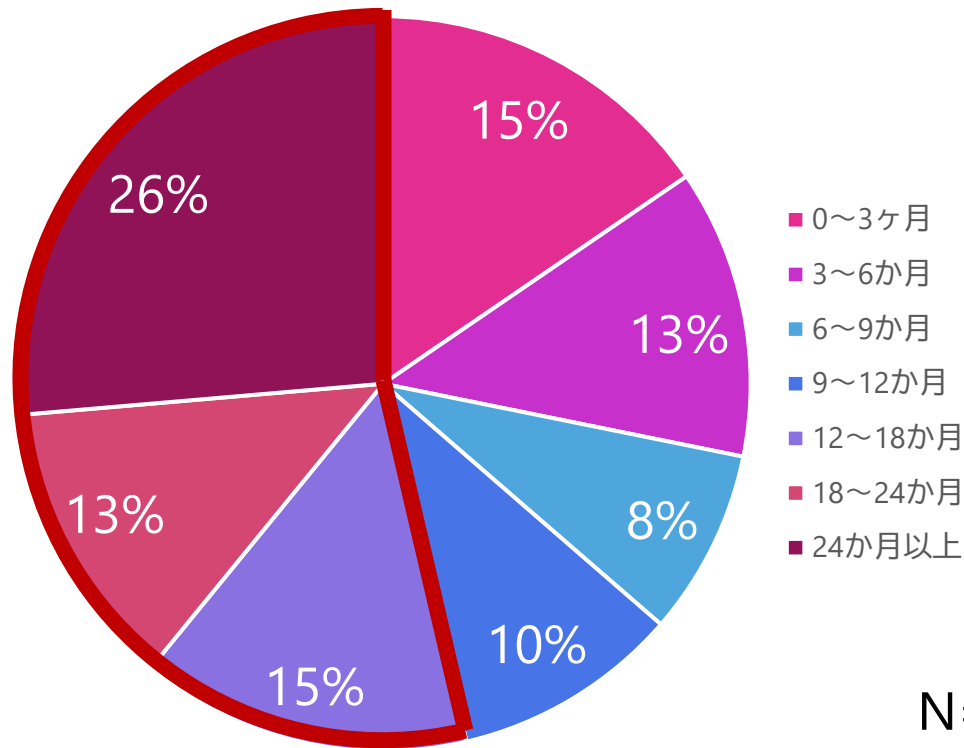
通所型サービスの利用のながれ(再周知)



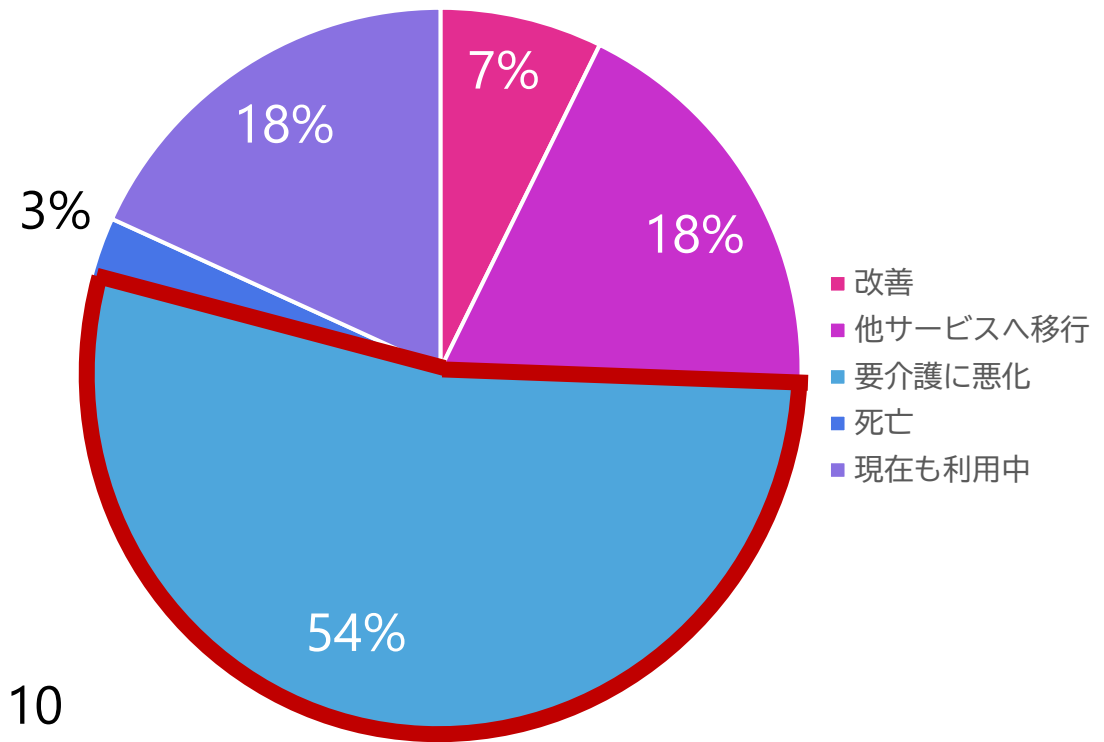
令和7年10月以降

【参考資料】 従前相当サービス(A6)の利用について

従前相当サービス (A6)
新規利用者の継続利用月数
(令和5年4～6月利用開始)



利用終了事由



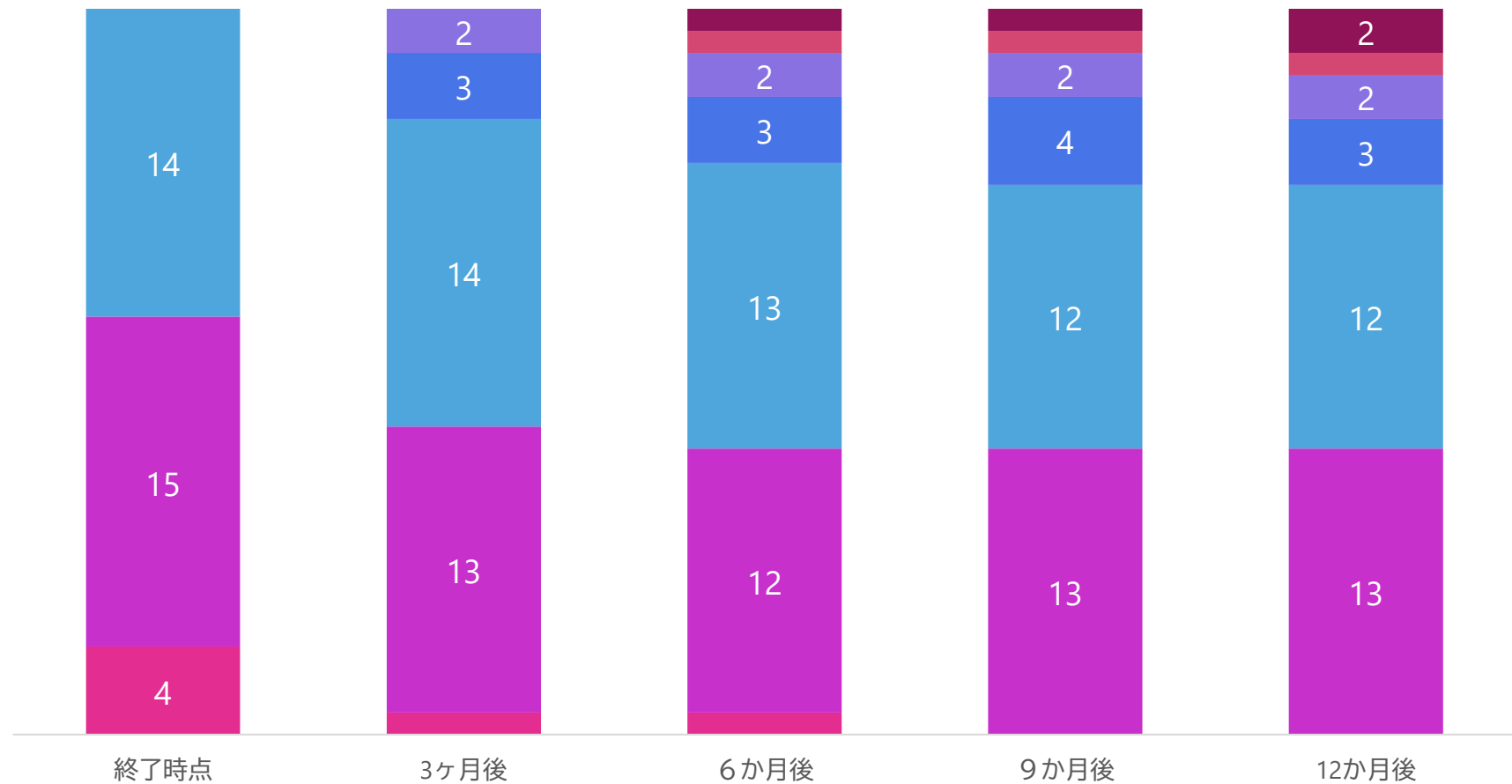
N=110

- ・ 利用者の半数以上が従前相当サービス (A6) を1年以上継続利用している。
- ・ 利用者の半数以上が要介護状態への容態変化を理由に利用を終了している。

【参考資料】 としまりハビリ通所サービス(A8)の利用について

としまりハビリ通所サービス (A8) 利用終了者の状態の推移 (令和6年度内利用終了) N=33

■ 事業対象者 ■ 要支援1 ■ 要支援2 ■ 要介護1 ■ 要介護2 ■ 要介護4 ■ 死亡



通所型サービスの連携

*詳細は「いつまでもイキイキ生活」



としまリハビリ通所サービス(A8)



リハビリ特化型デイサービス
早期な機能改善 (6ヶ月程度)
地域資源などへ結びつけ

短期集中通所型サービス



3ヶ月間の短期間でリハビリ専門職による
個別面談や集団での運動
地域資源などへ結びつけ

従前相当サービス(A6)



デイサービス
入浴介助・栄養改善・口腔機能向上など選択的

つながるサロン



地域住民が主体の介護予防活動
地域における支え合い

自らの力
を取戻す
リハビリ

暮らしと
健康の
自己管理

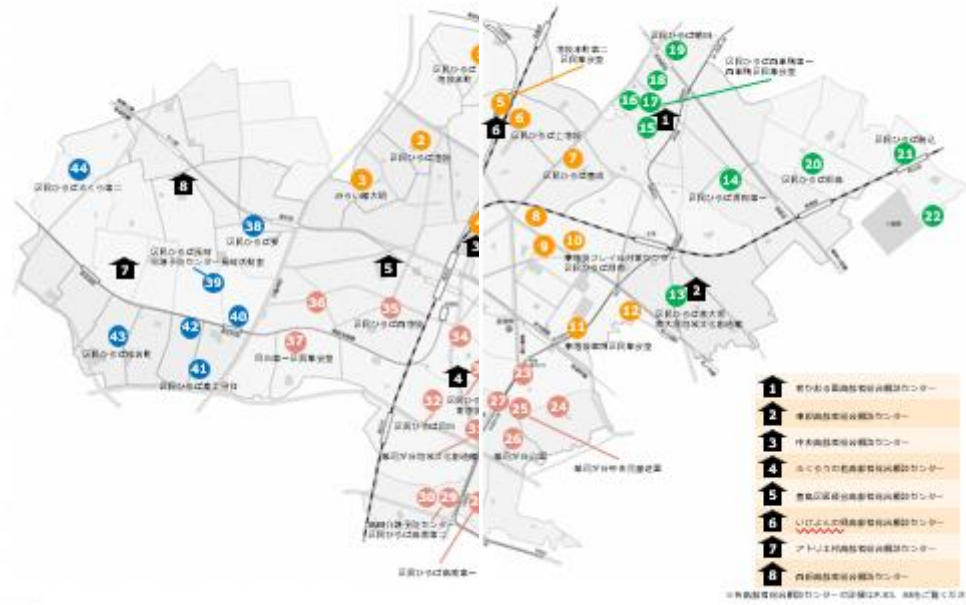
元気の輪
介護サービス
×
地域資源

穏やかな
暮らしの
維持

もっと
暮らしを
活発に

つながるサロンの活動内容

つながるサロン活動場所MAP



07

08

外出できると
楽しい!



つながるサロン2026
パンフレット



つながるサロン チラシの一例

豊島区における総合事業の運用について（通所型）

区分	従前相当サービス	多様なサービス・活動			
		サービス・活動A		サービス・活動B	サービス・活動C
サービス	従前相当サービス (A6)	としまりハビリ 通所サービス(A8)	としま入浴通所サービス ※R8拡充	つながるサロン	短期集中通所型サービス
実施方式	指定	指定	委託	補助	委託
期間	定めなし (ケアマネジメントによる)	6か月を目安に利用 (※最長9か月)	定めなし (ケアマネジメントによる)	定めなし (ケアマネジメントによる)	3か月(12回)
送迎	あり	事業所による	あり	なし	なし
利用料 (目安)	476円/回 (定率・1割負担の 場合)	1,200円/月 (定額・1割負担の場合)	500円/回 (定額・1割負担の場合)	無料 (会食実費)	無料
内容	選択的サービス (入浴・食事・口腔 ケアetc.)	機能訓練に特化 個別プログラム	入浴サービス	自主グループが行う介護 予防に資する活動	専門職による集団での運 動プログラムと栄養指導
目標	必要な支援を続け ながら在宅生活を継続	運動機能を向上させ、いち 早く、地域資源を活用する などして、自立した日常生 活を取り戻す。	身体の衛生状態の保持・感染 症予防、心身機能の維持・改 善を図る	社会・地域との 繋がりを持ち続ける	運動機能を向上させ、地域 との繋がりを持ち続けるこ とを目指す。
対象者	<ul style="list-style-type: none"> ● 自宅での入浴困難 ● 認知機能低下 ● 低栄養状態 ● 難病・その他疾患 	<ul style="list-style-type: none"> ● 機能訓練の必要があ る ● 自立的な在宅生活を 目指すことができる 	<ul style="list-style-type: none"> ● 自宅での入浴困難 	<ul style="list-style-type: none"> ● 短期集中通所型サー ビスで学んだことを 続けたい ● 地域との交流を 持ちたい ● 自己通所可能 	<ul style="list-style-type: none"> ● 短期集中的に改善が 見込める ● 学んだことを自分で続 ける意欲がある ● 自己通所可能
	要支援1・2	要支援1・2 事業対象者			

豊島区における総合事業の運用について（訪問型）

区分	従前相当サービス	多様なサービス・活動			
		サービス・活動A		サービス・活動B	サービス・活動C
サービス	従前相当サービス (A2)	としま介護予防 訪問サービス(A4)	としまいきいき 訪問サービス(A4)	生活支援お助け隊	短期集中訪問型サービス
期間	定めなし (ケアマネジメントによる)	定めなし (ケアマネジメントによる)	定めなし (ケアマネジメントによる)	1年 (再申込み可)	3～6か月
サービス提供者	指定介護事業所			シルバー人材 センター	リハビリ専門職等
従事者	専門的な有資格者		専門的な有資格者 又は 区研修の修了者	区研修の修了者	
利用料	328円	300円		30分・300円 60分・600円	無料
内容	入浴や排せつなどの身 体介護や生活援助	見守り程度の簡易な身体介護 や生活援助	掃除・洗濯・買い物・調理・薬 の受け取りなどの生活援助	掃除・洗濯・買い物などの 家事援助	リハビリ、口腔ケア、栄養指 導等、生活機能改善のため の助言
対象者	● 身体介護と生活援 助が必要な方	● 簡易な身体介護と生活援 助が必要な方	● 生活援助のみ必要な方	● 家事援助のみ必要な 方	● 短期集中的な支援で 生活機能の改善が見 込まれる方
	要支援1・2			要支援1・2、事業対象者	

INDEX

- 01 豊島区の総合事業について
- 02 令和8年度介護報酬改定について
- 03 としま入浴通所サービスについて
- 04 短期集中通所型サービスについて
- 05 その他

令和8年度介護報酬改定について

令和8年度介護報酬改定に伴い、区独自サービスの基本報酬額を改定します

区独自訪問型サービス

としま介護予防訪問サービス・としまいきいき訪問サービス(A4)

○令和8年5月31日まで

*1:1割負担の場合 *2:週に1回程度の場合

サービス区分	単位数	本人負担額*1	算定回数*2
としま介護予防訪問サービス	1回あたり 268 単位	300 円	1月の中で 4 回まで算定可
としまいきいき訪問サービス	1回あたり 225 単位	300 円	1月の中で 5 回まで算定可



○令和8年6月1日以降

サービス区分	単位数	本人負担額*1	算定回数*2
としま介護予防訪問サービス	1回あたり 279 単位	300 円	1月の中で 4 回まで算定可
としまいきいき訪問サービス	1回あたり 234 単位	300 円	1月の中で 5 回まで算定可

○所定単位数の上限 **※変更なし**

サービス区分	単位数
としま介護予防訪問サービス	(週に1回程度) 1,176 単位
としまいきいき訪問サービス	(週に2回程度) 2,349 単位
	(週に2回以上) 3,727 単位 *要支援2の場合のみ

令和8年度介護報酬改定について

区独自通所型サービス

としまりハビリ通所サービス(A8)

○令和8年5月31日まで

*1:1割負担の場合

サービス区分	単位数	本人負担額*1	算定回数
としまりハビリ通所サービス(月額)	1月あたり 2,180 単位	1,200 円	1月につき週 1 回程度
としまりハビリ通所サービス(月額)	1月あたり 4,023 単位	2,400 円	1月につき週 2 回程度
としまりハビリ通所サービス(1回数)	1回あたり 436 単位	300 円	1月の中で5回まで算定可
としまりハビリ通所サービス(2回数)	1回あたり 447 単位	300 円	1月の中で9回まで算定可



○令和8年6月1日以降

サービス区分	単位数	本人負担額*1	算定回数
としまりハビリ通所サービス(月額)	1月あたり 2,240 単位	1,200 円	1月につき週 1 回程度
としまりハビリ通所サービス(月額)	1月あたり 4,140 単位	2,400 円	1月につき週 2 回程度
としまりハビリ通所サービス(1回数)	1回あたり 448 単位	300 円	1月の中で5回まで算定可
としまりハビリ通所サービス(2回数)	1回あたり 460 単位	300 円	1月の中で9回まで算定可

○所定単位数の上限 **※引き上げ**

サービス区分	単位数
としまりハビリ通所サービス	(事業対象者・要支援 1 の場合) 2,180 単位 ⇒2,240 単位 (事業対象者・要支援 2 の場合) 4,023 単位 ⇒4,140 単位

※介護保険施行規則の改定により、令和3年度から総合事業のサービス価格は、国が定める額を勘案しつつ、市区町村が任意に定めることとされました。

INDEX

- 01 豊島区の総合事業について
- 02 令和8年度介護報酬改定について
- 03 としま入浴通所サービスについて
- 04 短期集中通所型サービスについて
- 05 その他

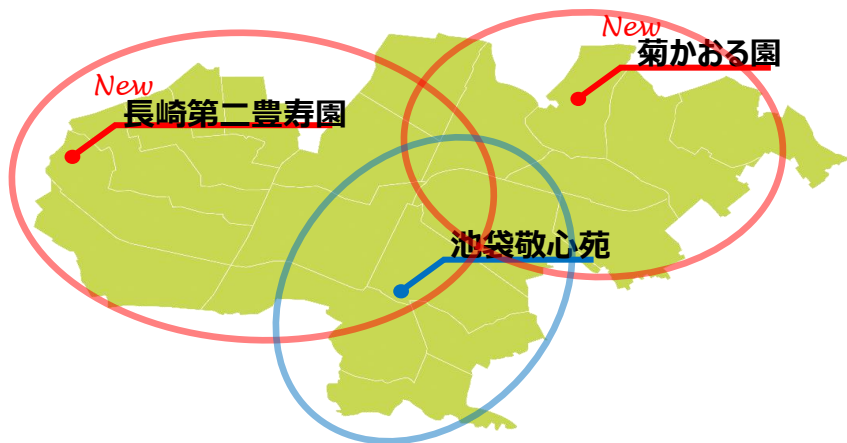
としま入浴通所サービス（R8拡充事業）

「としま入浴通所サービス」とは・・・

「自宅に浴槽がない」「転倒が怖くてひとりで入浴ができない」といった自宅では入浴が困難な要支援または事業対象者の高齢者に、身体状況に合わせて必要な入浴サービスを提供する「としま入浴通所サービス」が令和6年度よりスタートしました。
送迎付きの入浴特化型通所サービスです。
※委託事業



令和6年度より実施している「池袋敬心苑」に加え、「長崎第二豊寿園」「菊かおる園」で実施。区内全域をカバー



利用回数

- ◆要支援1・事業対象者：週1回
（月上限5回まで）
- ◆要支援2：週2回
（月上限10回まで）

ご利用料金

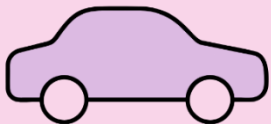
1割負担：500円 2割負担：1,000円
3割負担：1,500円 生活保護受給者等：無料

としま入浴通所サービス提供の流れ

サービス提供の流れ

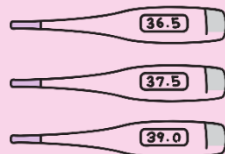
送迎

送迎車でお迎えにいきます。



体調確認

体温、血圧を測定し、体調の確認を行います。また、入浴前に水分補給をします。



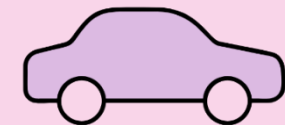
入浴

順番に入浴します。待ち時間は、専用のラウンジで映画鑑賞や読書などをしながら寛ぐことができます。



送迎

送迎車でお送りします。



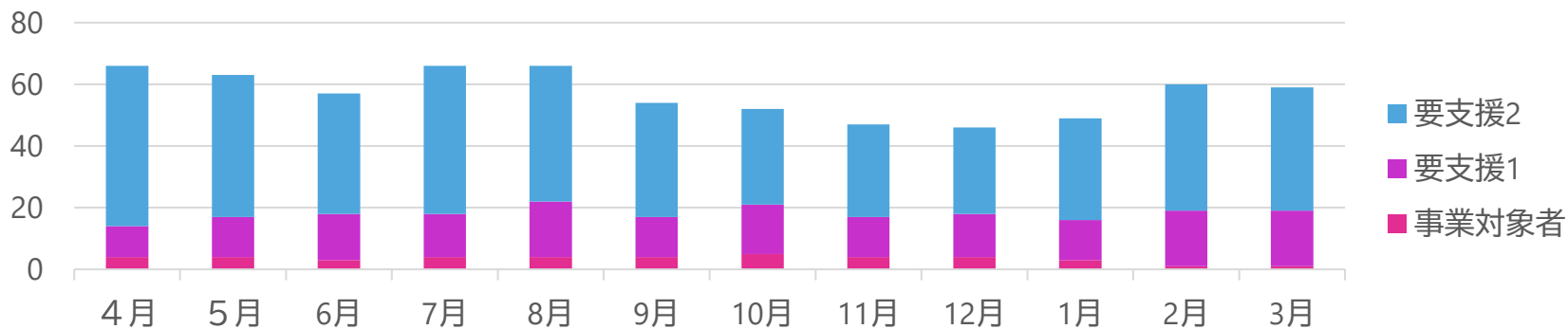


としま入浴通所サービス 利用実績

利用実績の推移

<池袋敬心苑> 令和7年度合計実施件数:685件

		4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
サービス提供日数 【提供予定回数】		9日 【81回】	9日 【81回】	8日 【76回】	9日 【89回】	9日 【90回】	8日 【72回】	9日 【77回】	9日 【58回】	8日 【54回】	8日 【61回】	8日 【68回】	8日 【72回】
利用者数(人)		14	15	15	16	15	15	14	11	12	14	16	16
利用実績 (回)	事業対象者	4	4	3	4	4	4	5	4	4	3	1	1
	要支援1	10	13	15	14	18	13	16	13	14	13	18	18
	要支援2	52	46	39	48	44	37	31	30	28	33	41	40
	合計	66	63	57	66	66	54	52	47	46	49	60	59





としま入浴通所サービス 実施事業所

拡充

菊かおる園

<サービス対象圏域>

<サービス提供日・時間>

令和8年5月から提供開始

菊かおる園・東部・中央高齢者総合相談センター

毎週月曜日・木曜日 12:00～15:00



拡充

長崎第二豊寿園

<サービス対象圏域>

<サービス提供日・時間>

令和8年4月から提供開始

アトリエ村・西部・いけよんの郷・

豊島区医師会高齢者総合相談センター

毎週月曜日・火曜日・木曜日・金曜日 11:30～13:30



池袋敬心苑

<サービス対象圏域>

<サービス提供日・時間>

ふくろうの杜・中央・豊島区医師会高齢者総合相談センター

毎週水曜日・土曜日 9:00～12:00/13:00～16:00

INDEX

- 01 豊島区の総合事業について
- 02 令和8年度介護報酬改定について
- 03 としま入浴通所サービスについて
- 04 短期集中通所型サービスについて**
- 05 その他

短期集中通所型サービスについて

事業実績・参加人数



【令和5年度】

「リハビリテーション」
12コース 108人

内 訳

事業対象者 51人
要支援1 37人
要支援2 20人

【令和6年度】

「リハビリテーション」
14コース 103人

内 訳

事業対象者 43人
要支援1 41人
要支援2 17人
その他 2人

【令和7年度】

「リハビリテーション」
16コース 131人

内 訳

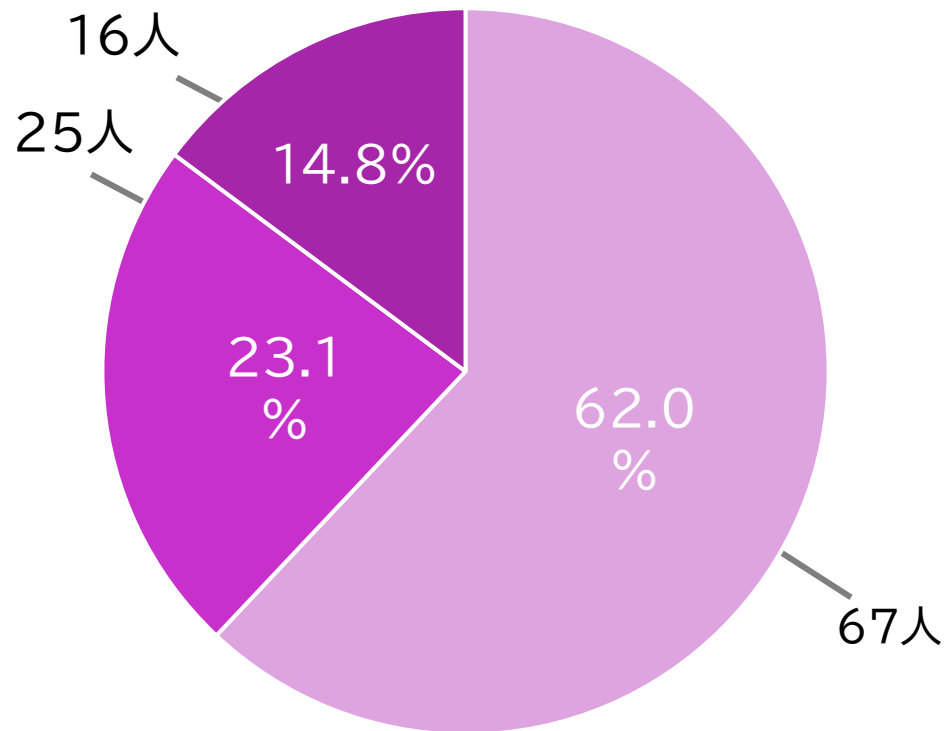
事業対象者 51人
要支援1 53人
要支援2 27人

短期集中通所型サービスについて

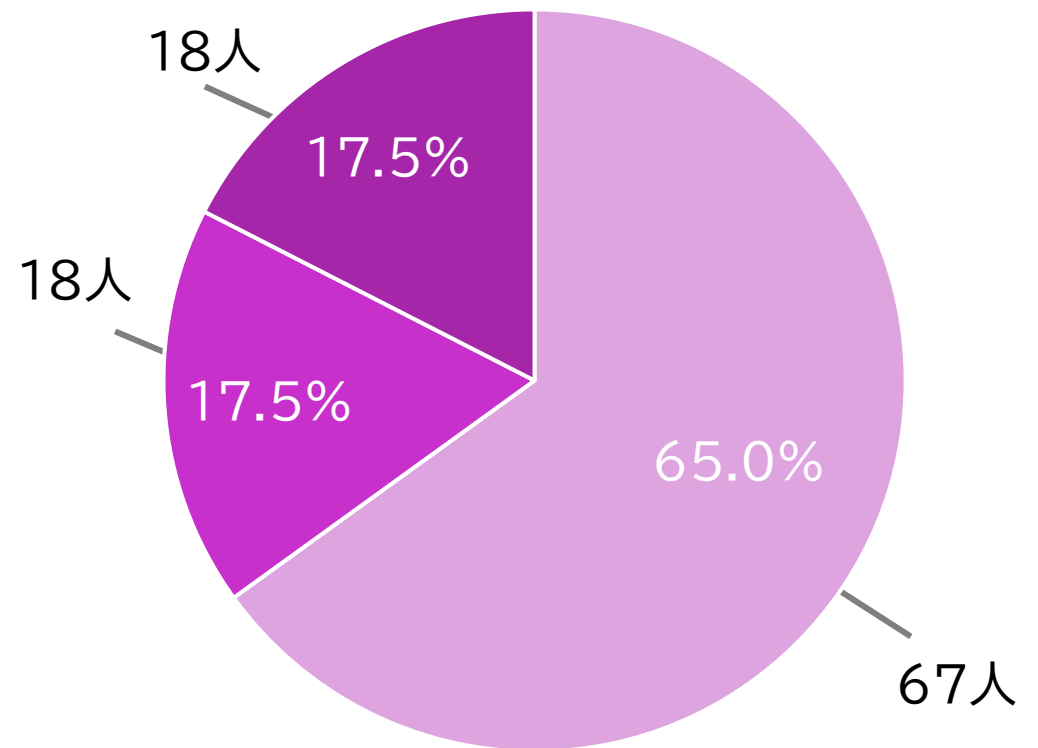
効果測定結果

TUG前後評価

令和5年度 108名



令和6年度 103名



■ 向上した人 ■ 向上しなかった人 ■ 測定できなかった人

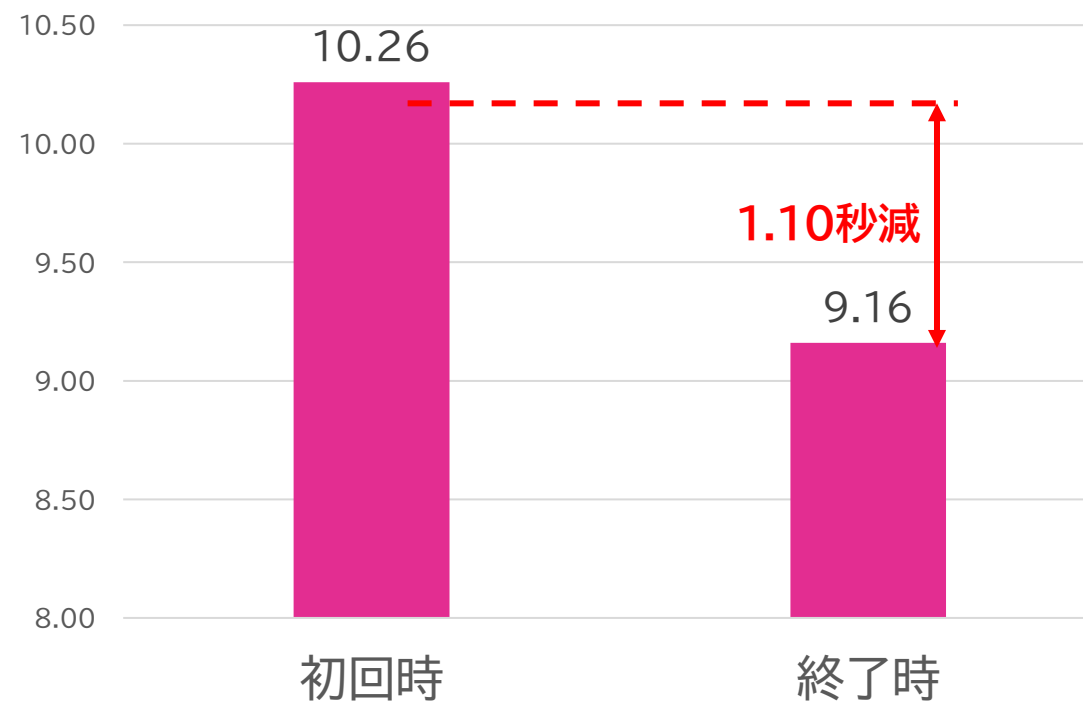
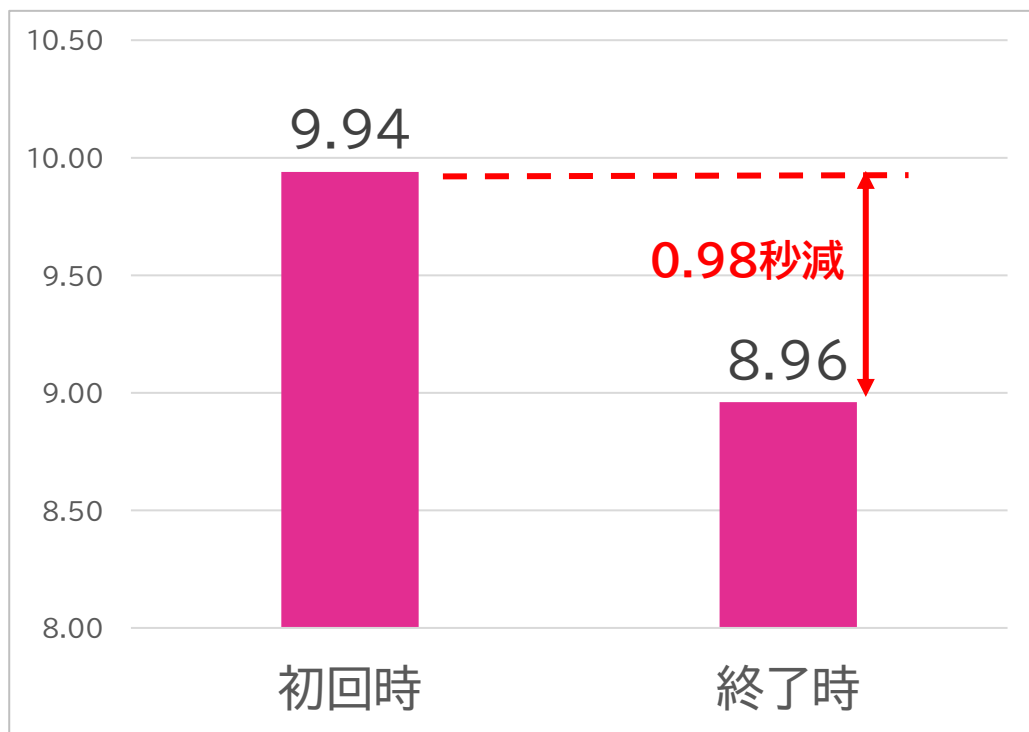
短期集中通所型サービスについて

効果測定結果

TUG前後評価

令和5年度 92名

令和6年度 85名



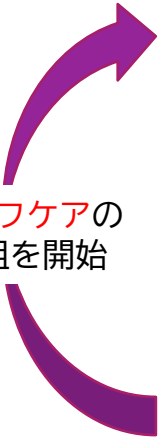
※初回時と終了時2回とも測定できた人の平均より

短期集中通所型サービスについて

短期集中通所型サービス・令和6年度の参加実績 & 卒業後について

- 区民ひろばや老健・スポーツクラブ等で14クール実施
- 参加人数 103名
- 短期集中通所型サービス終了後の取り組み
 - ① つながるサロン（通所型サービスB）に参加
 - ② 区民ひろばの事業に参加
 - ③ 介護予防センターやフレイル対策センターのとしまる体操に参加
 - ④ スポーツジムに入会 等

セルフケアの
取組を開始



◇ 24週後の介護（予防）給付サービスの利用状況

対象者：終了後12週経過した 89人

- ・ 12週後も介護（予防）給付サービスを利用していない人 57人
- ・ 開始時にサービス（手すり等福祉用具貸与・訪問型サービス）を利用していた人 22人
- ・ 終了後サービス（通所型サービス・通所リハビリ・用具貸与）利用を開始した人 10人

短期集中通所型サービスについて

令和6年度の結果&参加者の声

事業の結果

- ◆主観的健康感とイレブンチェックにおいても多くの利用者で維持・改善を示す結果となった。
- ◆イレブンチェックではフレイルのリスクを示す赤シールの数の平均が1人当たり1割減などの変化が見えた。特にフレイルと直接関係があると思われる外出の頻度が増えたと答えた人の割合が23%アップし、参加者の社会参加や外出を促すことにつながった
- ◆グループワークや利用者同士の声掛けや会話などにより、目標達成のための取り組みに対する、モチベーションや行動力の強化がされたと感じる。

利用者の声

- ◎としまる体操すごく良かったので続けて行く。
- ◎口腔講座が勉強になった。食べることは毎日なので、毎日の歯磨きだけでなく、定期的に歯科受診するなど、口のフレイルにも関心をもつことができた。
- ◎介護予防センターや区民ひろばでの活動など、豊島区の社会資源を知ることができた。
- ◎一緒に参加した人とつながるサロンに参加し、外出の機会が増え、近所の知り合いも増えた。

短期集中通所型サービスについて

令和8年度の基本スケジュール

1か月目	第1回 目標確認と 体力測定	第2回	第3回 栄養講座	第4回 個別面談
2か月目	第5回 口腔講座	第6回	第7回 社会資源	第8回 個別面談
3か月目	第9回	第10回 栄養指導	第11回 体力測定と 振り返り	第12回 振り返り

- 「**栄養講座**」を**第3回**と**第10回**に実施
- 「**口腔講座**」を**第5回**に実施
- 「**社会資源**」も継続して**第7回**に実施します



令和8年度

豊島区短期集中通所型サービスに通って

「ちょっと前の自分を取りもどそう！！」

- 内 容・・・リハビリテーション専門職等による「目標の達成」の面談や集団での運動指導を行います
- 対 象 者・・・「要支援1」「要支援2」の方、65歳以上の区内在住の「事業対象者」の方
- 期 間・・・全12回(週1回×約3か月) 1回2時間程度
- 参加費用・・・無料
(送迎はありません。会場への交通費は自己負担)
- お 申 込 み・・・高齢者総合相談センターもしくは担当ケアマネジャー



【1日の流れ】 ☆初回と終了時は面談と体力測定を実施します！

①来所

・体調チェック



②オリエンテーション

・当日の内容の確認
・1週間の振り返り、参加者との談話

③各回のプログラム

・個別面談、栄養講座、口腔講座など

④準備運動

・ストレッチや脳トレなど

⑤集団での活動・グループワーク

⑥整理体操等

・血圧測定、次回の予定の確認など



※としまる体操の様子

リハビリ専門職による 個別面談



・体の動かし方や運動の仕方を助言したり、好きなこと、やってみたいこと、できることなど、一緒に考えて生活をサポートします

管理栄養士による 栄養講座



・日々の食事を振り返りや、バランスよく食べるコツ、ライフスタイルに合わせた食べ方のアドバイスをします

歯科衛生士による 口腔講座



・毎日のお口のケアの仕方、美味しく楽しく食べ続けるための方法やお口の体操をレクチャーします

★リクエストでやってみたこと★



・吹き矢



・ポールウォーキング



・モルック



・ポツチャ

【年間スケジュール】

会場	所在地	曜日	実施期間	時間
安寿	南池袋3-7-8	火	4月7日～7月7日	14時30分～16時30分
区民ひろば長崎	長崎2-27-18	水	4月15日～7月29日	9時30分～11時30分
区民ひろばさくら第二	長崎6-3-7-11	月	4月20日～7月13日	9時30分～11時30分
ジェクサー・フィットネススクラブ メトロポリタン池袋	西池袋1-6-1 ホテルメトロポリタン4階	火	4月28日～7月21日	10時～12時
高田介護予防センター	高田3-38-7	水	5月13日～8月5日	10時30分～12時30分
ジェクサー・フィットネス&スパ 大塚	南大塚3-33-1 JR大塚南口ビル5階	木	5月14日～7月30日	10時～12時
池袋えびすの郷	池袋本町2-34-1	木	5月14日～7月30日	15時～17時
ゆたか苑	長崎3-26-4	木	5月21日～8月6日	9時30分～11時30分
西部区民事務所	千早2-39-16 西部区民 事務所等複合施設2階	月	8月31日～12月7日	14時30分～16時30分
東池袋フレイル対策センター	東池袋2-38-10	水	9月2日～11月25日	10時30分～12時30分
ジェクサー・フィットネススクラブ メトロポリタン池袋	西池袋1-6-1 ホテルメトロポリタン4階	火	9月中旬～調整中	10時～12時
区民ひろば駒込	駒込2-2-4	火	9月29日～1月26日	9時30分～11時30分
区民ひろば上池袋	上池袋3-13-5	木	10月29日～3月11日	9時30分～11時30分
ジェクサー・フィットネス&スパ 板橋	北区滝野川7-4-1 JR板橋東口ビル3-5階	金	11月下旬～調整中	10時～12時
区民ひろば長崎	長崎2-27-18	水	12月2日～3月24日	9時30分～11時30分
菊かおる園	西巣鴨2-30-19 ケアハウス棟	月	12月14日～3月8日	13時30分～15時30分
安寿	南池袋3-7-8	火	秋ごろ～調整中	14時30分～16時30分
安寿	南池袋3-7-8	火	冬ごろ～調整中	14時30分～16時30分

【実施場所】



【申し込み・問い合わせ】

- ① 菊かおる園高齢者総合相談センター ☎3576-2245
西巣鴨2-30-19 特別養護老人ホーム「菊かおる園」内
- ② 東部高齢者総合相談センター ☎5319-8703
南大塚2-36-2
★ こまごめ相談室 ☎6903-5137
駒込2-2-4 区民ひろば駒込内
- ③ 中央高齢者総合相談センター ☎5985-2850
東池袋1-39-2 豊島区役所東池袋分庁舎4階
- ④ ふくろうの杜高齢者総合相談センター ☎5958-1208
南池袋3-7-8 オリナスふくろうの杜1階
- ⑤ 豊島区医師会高齢者総合相談センター ☎3986-3993
西池袋3-22-16 豊島区医師会館2階
- ⑥ いけよんの郷高齢者総合相談センター ☎3986-0917
池袋本町1-29-12 特別養護老人ホーム「池袋ほんちょうの郷」内
- ⑦ アトリエ村高齢者総合相談センター ☎5965-3415
長崎4-23-1 特別養護老人ホーム「アトリエ村」内
- ⑧ 西部高齢者総合相談センター ☎3974-0065
千早2-39-16 西部区民事務所等複合施設2階

●豊島区福祉部 高齢者福祉課総合事業グループ●
03-4566-2435

SUSTAINABLE
DEVELOPMENT GOALS

INDEX

- 01 豊島区の総合事業について
- 02 令和8年度介護報酬改定について
- 03 としま入浴通所サービスについて
- 04 短期集中通所型サービスについて
- 05 その他

分掌事務について

担当	内容
高齢者福祉課 総合事業グループ	国保連事務（訪問、通所、ケアマネジメント費 他）
	サービスコード・単位数マスタ
	基本チェックリスト、ケアマネジメント届出書
	訪問・通所型サービス（活動A・B・C）
	総合事業基準緩和サービス従事者育成研修
高齢者福祉課 包括支援グループ	地域ケア会議
	ケアマネジメント
	ケアマネジャー研修
介護保険課 事業所指定グループ	事業所指定関連 新規指定、指定更新、変更、休止・廃止・再開
	事業所加算関連 加算届出、処遇改善加算
介護保険課 給付グループ	保険給付・予防サービス
	過誤申立（総合事業含む）
	高額介護予防・高額医療合算介護予防サービス費

ご清聴ありがとうございました

高齢者福祉課 総合事業グループ

TEL : 03-4566-2435 FAX : 03-3980-5040

Mail:A0029294@city.toshima.lg.jp

