

# 介護♥予防いきいき大作戦の取組

今後、ますます高齢化が進んでいき、要介護・要支援認定者が増加することが見込まれる中、本市では、高齢者が地域でいつまでも元気でいきいきと暮らせるための取組を「介護予防いきいき大作戦」と位置付けて、地域全体で進めました。平成22年度の取組は次のとおりです。

## 1 介護♥予防いきいき大作戦オープニングイベントの実施

- (1) 日時：平成22年7月10日（土）
- (2) 場所：教育文化会館大ホール
- (3) 内容：記念講演：「高齢化社会におけるチャレンジと夢」 三浦雄一郎 氏  
講話：亀谷 学 多摩病院院長 ほか

## 2 啓発イベント

- (1) 日時：平成23年2月3日（木）
- (2) 場所：エボックなかはら
- (3) 内容：記念講演：「心とからだの健康～西野流呼吸法～」 由美かおる 氏 ほか

## 3 介護♥予防かわさき体操 DVD、CD の制作

- (1) 曲目：「好きです、かわさき愛の街」、「上を向いて歩こう」
- (2) DVD、CD の概要
  - ①収録時間 25分
  - ②枚数 DVD：1,300枚、CD：1,800枚

## 4 いきいきリーダー養成講座の開催

- (1) 日程：平成22年10月21日（木）～12月21日（火）のうち、4日間
- (2) 参加人数：186人受講、164人修了

## 5 啓発、広報事業

- (1) パンフレットの作成（規格：A3判両面カラー 2ツ折 15,000部）
- (2) ホームページの開設（開設日：平成23年2月1日）
- (3) CM放映（アゼリアビジョンにおいて、平成23年1月14日～20日まで放映）
- (4) のぼり旗の作成（形状：180cm×45cm 本数：120本）
- (5) 手旗の作成（形状：30cm×50cm 本数：50本）
- (6) ステッカーの作成
  - ア ねんりんピック選手着用（形状：4cm×10cm 部数：350枚）
  - イ 介護♥予防いきいき大作戦協力団体貼付用（形状：8cm×20cm 部数：2,000枚）



# お仕事はシルバー人材センターへ

## ○お請けできる仕事の例

- 植木の手入れ ○除草作業 ○家事サービス ○子育て支援  
○大工・塗装作業 ○襖の張り替え など



### 主な標準単価

植木の手入れ	1人1日上限	10,000円
除 草	1時間あたり	950円
草刈り(機械)	1時間あたり	1,150円
家事援助サービス	1時間あたり	900円～
子育て支援	1時間あたり	900円～
大工・塗装	1人1日上限	10,000円～
襖(障子)張替え	襖・片面(裏付き)	1,900円～
	障子(通常サイズ)	1,100円～

※その他費用として、運搬費、材料費、事務手数料、交通費などがあります。  
詳しくは事務所までお問い合わせください。

## ○地域サポート事業

### 地域サポート班の主な仕事内容

- 電球・蛍光灯の交換 ○簡単な家具の移動 ○引越しに伴う簡単な清掃  
○浴槽の清掃 ○窓ガラス拭き など

### お見積の内訳(例)

1時間1人あたり 基本1,000円・・・A  
材料費 実費・・・B  
事務費(A+B)×8% その他 交通費等



## ○会員登録のご案内

市内在住の健康で働く意欲のある60歳以上の方なら、どなたでも会員として登録できます。登録につきましては、次の事務所へお問い合わせください。  
※会員登録には、手数料として1,000円徴収いたします。

財団法人 川崎市シルバー人材センター

### 担当事務所案内

■南部事務所(川崎・幸・中原区)  
☎044-222-1550

■中部事務所(高津・宮前区)  
☎044-822-5031

■北部事務所(多摩・麻生区)  
☎044-980-0131