

高齢者の保健事業と介護予防の一体的な実施

守ろう　じぶんの身体

～いつまでも活き活きと元気で暮らしていけるように～

健康みらい紡ぎ隊

●保健師、看護師、管理栄養士などが、生活習慣の改善や様々な合併症、人工透析にならないよう、重症化を予防するための支援をします。

【 対　象 】75 歳以上の方で糖尿病やその他の生活習慣病が重症化するリスクが高いと市が判断した方

【実施方法】該当者へ事前通知し、個別に訪問をします。

げんきお届け隊

●保健師、看護師、管理栄養士などが、それぞれの健康状態に応じた健康づくりや介護予防の情報をお届けします。

【 対　象 】75 歳以上の方で健康リスクが高いと市が判断した方

【実施方法】該当者へ事前通知し、個別に訪問をします。

問合せ先　健康政策課　☎237-2586

出前講座「ご存知ですか？在宅療養」

申込制

●「病気になっても、介護が必要になっても、住み慣れた地域で自分らしく生活したい」そんな希望を叶えるために、「在宅療養」という選択肢があります。
在宅療養までの流れや、どのようなサービスが利用できるのか、いつまでも自分らしく暮らし続けるために必要なことなど、医療や介護の専門職から学ぶことができます。

【 対　象 】市内に在住、在勤または在学するおおむね 10 名以上の団体

【開催時間】１回あたり２時間以内で、９時から 21 時まで

【開催会場】市内の公的施設や、企業等の会議室（個人の住宅は不可）

※施設等の確保や準備は申し込みをする方が行ってください。

問合せ先　地域包括支援課　☎237-5484　／　申込み先　生涯学習課　☎223-7323

～「もしも」のために「今」できること～

ACP をもっと詳しく知りたい方はこちら▶

人は命の危険が迫った時に約 70%の人が、医療や介護等について自分で決めたり望みを伝えたりすることができなくなると言われています。

誰にでも起こりうる『もしも』に備え、自身が望む医療や介護を元気な時から考え、大切な人や信頼できる人と繰り返し話し合い、自分の想いを共有するプロセスを、ACP（アドバンス・ケア・プランニング）／人生会議 と言います。

最期まで自分らしくあるために、ご自身の想いを大切な人と語ってみませんか。

甲府市ではご自身の想いをカタチにするノートとして
『わたしの想いノート』を作成・配布しています。ぜひご活用ください！▶▶▶



問合せ先　地域包括支援課　☎237-5484