



短時間通所サービス（ミニデイ）



短時間通所サービス（ミニデイ）とは、日帰りで介護予防事業所等に通って利用するサービスです。介護予防運動やレクレーション活動を通して他者と交流し、生活機能の維持や向上及び閉じこもりや認知症の予防を図ります。

対象者 65歳以上の方で、要支援1の人及び基本チェックリストにより「事業対象者」と判定された人

● 基本チェックリストとは、25項目の生活状況等をお尋ねする簡易な質問リストのことです。

ご利用までの流れ

要介護・要支援認定を受けていない方・非該当の方

- ①（申請者⇒市役所）
基本チェックリストを記入ください
- ②（市役所）
「事業対象者」かどうかを判定します

↓
事業対象者と判定された場合、
下に続きます
- ③（申請者⇒市役所）
利用申請書などを記入して、申請ください
- ④（市役所⇒申請者）
介護保険証を差し替え交付します
- ⑤（申請者⇒地域包括支援センター等）
介護予防ケアマネジメントに係る契約を行います
ケアマネジャーがケアプランの作成します
- ⑥（申請者⇔事業所）
ミニデイを利用できます（週1回）

要支援1の方

- ①（申請者⇒市役所）
利用申請書などを記入し、申請ください
- ②（申請者⇒地域包括支援センター等）
介護予防ケアマネジメントに係る契約をし、ケアプランの作成します
- ③（申請者⇔事業所）
ミニデイを利用できます（週1回）

申請時に必要なもの（全員）
◎介護保険証
（介護保険被保険者証）
◎本人確認ができるもの
（医療保険者証等）



相談・申請受付窓口

下記の窓口で受付をしております

【山崎】穴栗市地域包括支援センター（市役所北庁舎1階）
穴栗市山崎町今宿5番地15

TEL 0790-63-3167

【一宮】一宮保健福祉課（一宮市民協働センター）
穴栗市一宮町安積1347番地3

TEL 0790-72-2100

【波賀】波賀保健福祉課（波賀市民協働センター）
穴栗市波賀町上野257番地

TEL 0790-75-8800

【千種】千種保健福祉課（保健福祉センター・エーガイヤちくさ）
穴栗市千種町室1060番地1

TEL 0790-76-8600



短時間通所サービス（ミニデイ）一覧



（令和7年5月現在）

	事業所名	住所	連絡先	実施地域	定員	実施日	実施時間	主な内容
山 崎	すこやか リハビリセンター （第1すこやかミニ デイ）	山崎町 野46-1	63-2202	宍粟市 片道15分程度	22人	木 (8/13～8/15休) (12/30～1/3休)	13時～16時 のうち2時間	バイタルチェック・ 体操・マシン運動・ レッドコード運動・ 自宅でできるマット 運動
	いなもち通所 リハビリセンター （第2すこやかミニ デイ）	山崎町 船元79-1	62-8819	宍粟市 片道15分程度	15人	火・木 (8/13～8/15休) (12/30～1/3休)	13時～15時 のうち2時間	バイタルチェック・ 体操・足浴・脳リ ハ・ソーラーポール 運動
	ミニデイサービス ひまわりさん	山崎町 段194-1	65-9205	山崎町全域	15人	月 (8/13～16休) (12/28～1/4休)	9時30分～ 12時30分	バイタルチェック・ いきいき百歳体操・ レク（農園芸・脳ト レ・手芸・料理教室 など）
一 宮	宍粟市社会福祉 協議会 （一宮支部）	一宮町閨賀300 (やすらぎ福祉 センター内)	72-2211	山崎町全域 一宮町全域 波賀町上野より 以南	20人	月・火・木 (8/13～15休) (12/27～1/4休)	10時30分～ 13時30分	バイタルチェック・ 水分補給・いきいき 百歳体操・レク・脳 トレ・食事・口腔体 操
	ミニデイサービス みどり苑	一宮町 福野162-1	74-1700	一宮北 中学校区	10人	火・木	9時50分～ 12時	バイタルチェック・ 水分補給・体力測 定・談話・音楽療養コ ンテンツ・専門職によ る相談指導
	志水接骨院	一宮町 安積1333-3	72-0174	一宮町南部 片道20分以内	10人	木	9時～ 11時30分	運動機能向上プログ ラム
波 賀	宍粟市社会福祉 協議会 （波賀支部）	波賀町 安賀232-1 (メイプル福祉 センター内)	75-3631	波賀町全域 千種町全域	20人	水・金 (8/13～15休) (12/27～1/4休)	(水) 9時30分～ 11時30分 (金) 9時45分～ 11時45分 (冬季) 10時30分～ 12時30分	バイタルチェック・ 水分補給・ストレッチ・ いきいき百歳体 操・レク・脳トレ

※宍粟市社会福祉協議会(2支部)の休日・・・8/13～8/15、12/27～1/4