

平成25年度 地域ケアプラザ事業報告書

1 施設名

横浜市上笹下地域ケアプラザ

2 事業報告

今年度、地域ケアプラザの管理運営をどのように行ったのか、事業計画書をもとに具体的に記載してください。

地域の現状と課題について

- ・担当地域は磯子区の最南端で南北に長い地域です。氷取沢市民の森。峰市民の森など豊かな自然に囲まれています。古くから戸建てが密集している高齢者地域とマンションが多い新しい地域が混在しています。豊かな自然環境を共有し「自然とともに生きるまち」の特徴を生かした、保健活動事業の情報提供を積極的に行いました。
- ・自治会の催しや連合町内会の会合に積極的に参加し、顔の見える関係づくりを行うため、地域の民生児童委員、町内会との連携をはかり、各種イベントの情報提供を行いました。また、広報誌・ホームページなどで第二期磯子区地域保健福祉計画「スイッチ ON 磯子Ⅱ」の普及啓発活動を継続して行いました。
一人暮らしの高齢者も増加しており、地域での見守り体制とその連携を行うとともに地域での課題と現状を把握し、関係機関と密に連絡を取り必要な支援を地域と一緒に考えていける体制作りに努めました。

施設の適正な管理について

ア 施設の維持管理について

- ・「基本協定」に基づいた保守管理、環境維持業務を定期的に行い適正な維持管理を行いました。
- ・地域の方に安全安心にご利用いただくため、各設備について委託業者による定期点検と職員による日常点検を実施し防災防犯を含めた設備点検、環境美化の維持管理を行い、異常や故障箇所が見られた時は迅速な修理を行えるよう連携を図りました。

委託契約による設備・建物等の定期点検

定期清掃(年2回)・消防設備等保守点検(年2回)・防火対象物定期点検(年1回)
特殊建物定期点検(年1回)・自動扉保守点検(年2回) 空調機械保守点検(年2回)
害虫駆除保守点検(年2回)・機械警備保守点検(通年)

イ 効率的な運営への取組について

- ・ケアプラザ全職員が福祉保健の拠点とし効果的な機能が常に図れるように、各部署の職員間で密な連携が保たれるよう、月1回カンファレンスを開催。職員全体で月1回業務改善会議を開催し業務の改善・事業所の質の向上について検討し、運営の効率化を図っていきました。広報委員会を立ち上げ効率よい情報発信の取り組みを行いました。
- ・自治会町内会や地域の団体と連携し、地域に出向き事業を開催し、広くケアプラザの機能の周知を行いました。また、施設の利用状況について貸館利用状況を見やすいところに掲示し、広報委員会を立ち上げ広報誌の紙面構成やホームページでも最新をアップし利用しやすい環境を整えました。

ウ 苦情受付体制について

- ・苦情受付責任者、苦情解決責任者、苦情窓口を設置し、意見箱の置き場所を周知し積極的にご意見ご要望を取り入れる工夫を行い、ご利用からのご意見ご要望に対応致しました。
- ・第三者委員会設置し、適切な苦情解決に向けた体制作りを整え苦情申し立てが少しでもしやすい環境を整えました。
- ・苦情申し立て及びその取り組みについては施設内に掲示し、ケアプラザをご利用される方に視覚的にわかりやすい工夫しました。

エ 緊急時（防犯・防災・その他）の体制及び対応について

- ・防犯・防災に備え対応マニュアルと連絡網を作成し緊急事態の通報及び対応を共有し、職員体制を整えました。
区役所等関係機関と連携を図りながら、迅速に初期段階から対応をしていくように、指定管理者防災対応マニュアルを作成し特別避難場所として機能が果たすべき、日頃より心得と状況に応じた対応の周知を行いました。
また、災害備蓄品の確認と補充を行いました。
さらに、地域の防災訓練に参加、独自の防災訓練の実施を行うことで、緊急時の対応ができるか確認をしています。

オ 事故防止への取組について

- ・各部署において事故発生リスク（設備管理・衛生管理・個人情報管理等）を職員一人一人が把握し安全管理を行い事故発生防止に取り組みます。
- ・ヒヤリハット報告書を作成しその予防対策を検討し職員全体に周知徹底し事故防止の意識を高めています。
- ・事故防止マニュアルに沿い日々の業務を行い、何らかの事故が発生した時は原因分析し職員全体で共有し常に危機管理を持ち、再発防止に努めます

カ 個人情報保護の体制及び取組について

- ・運営法人が設置した個人情報基本方針に沿って対応していきます。
年度の初めに個人情報保護の研修を全職員、非常勤職員に実施しました。個人情報管理マニュアルを職員全体に周知徹底し、管理体制をしっかりと整えています。
郵送・FAX時等は、ダブルチェックを行い十分な取扱管理を行い。USBは施錠できる書庫に保管し管理簿に使用・返却を記載しその都度確認しチェックを行っています。

キ 情報公開への取組について

- ・ケアプラザの事業について独自の広報誌「ふるさと」は、地域の掲示板等での掲示や回覧への協力をいただき情報の共有を図りました。また、磯子イベント情報お届け便の活用、区の広報誌の活用など様々な媒体を利用し、情報発信を行っていました。
- ・また、ホームページでもケアプラザ事業全体の計画や事業報告書など閲覧できるように情報発信を行いました。

ク 環境等への配慮及び取組について

- ・コピー用紙等の裏紙を利用し、用紙の削減によるゴミの減量に努めました。
- ・未使用の部屋の電気を切り、未使用時の家電製品等のコンセントを抜き、エアコンは冷暖房の設定温度を適切に行うこと、ご利用者の方々に節電のご協力をお願いしました。
- ・また、行政との連携におけるグリーンカーテンを実施し冷房代削減を行った。施設周辺の植栽を行うことで、緑化にも取り組みました。

介護保険事業

● 介護予防支援事業

《職員体制》

- ・ 看護師 1名
- ・ 社会福祉士 1名
- ・ 主任ケアマネジャー 1名
- ・ 予防プランナー 2名

《目標》

- ・ 利用者の意思を尊重し、自立した日常生活と家族の負担軽減を目標に、利用者個々の特性をふまえ、プランの作成・サービス提供の調整をしました。要支援状態の軽減もしくは悪化の予防または要介護状態になることへの予防に努めました。

《その他（特徴的な取組、PR等）》

- ・ 地域交流と連携を図り、要支援状態の方でも参加できるような事業を企画し、新しい方でも参加しやすい環境づくりに努め要介護状態への予防に努めました。
- ・ 町内会自治会の会館等、ケアプラザ以外でも、介護予防につながる事業等を積極的に行いました。

《利用者実績》

【単位：人】

4月	5月	6月	7月	8月	9月
95	98	94	96	96	94
10月	11月	12月	1月	2月	3月
98	97	99	101	98	98

居宅介護支援事業

《職員体制》

管理者 1 名 介護支援専門員 3（常勤 1 名、常勤兼務 1 名、介護予防兼務 1 名）

《目標》

- (1) 居宅サービス計画の作成にあたっては利用者の意思を尊重し、心身の状況、その置かれている環境等に応じて利用者が自立した日常生活を営むことができることを目標としていきます。また、計画作成にあたっては、原則として相談を受けてから迅速に利用者宅を訪問の上、状況調査を行います。
- (2) 適正な保健医療サービス及び福祉サービスが多様な事業者から総合的かつ効率的に提供されるよう、常に利用者の立場にたち、提供されるサービスが特定の種類または事業所に不当に偏ることのないように、居宅サービス事業所の選択に関する説明について確認書を取り、公正中立に居宅サービス計画を作成するとともに、サービス事業者との連絡調整を行います。
- (3) 事業の実施にあたっては、包括支援センター、関係行政機関、地域の保健・医療・福祉サービス、地域のインフォーマーサービス、ボランティア団体等との綿密な連携を図り、総合的なサービス提供の調整に努め、要介護状態の軽減もしくは悪化の防止又は要介護状態になることの予防に資するように配慮し的確な支援を行いました。

《その他（特徴的な取組、PR等）》

- ・ 地域福祉拠点である地域ケアプラザの居宅介護支援事業所として、地域包括支援センター併設の利点を生かし、行政機関とも連携し、困難ケースなどの対応を積極的に行い、多職種との連携の構築を図りました。
- ・ ご利用者からのニーズ・要望をサービス内容に反映される為に利用者アンケートを実施し振り返りを行い課題解決の取組を行いました。

《利用者実績》

【単位：人】

4月	5月	6月	7月	8月	9月
55	55	56	61	63	64
10月	11月	12月	1月	2月	3月
67	67	63	64	61	63

地域ケアプラザ

1 総合相談（高齢者・こども・障害分野への対応）

- ・ケアプラザが地域の身近な相談場所であることを全職員が常に意識し、幅広い世代からの相談に迅速に対応しました。また、高齢・障害・子育て関係の事業のお知らせや情報更新を迅速に行いました。
- ・地域包括支援センターおよび地域活動交流部門それぞれ窓口対応当番表を作成し、来所相談にスムーズに対応できる体制を整えました。各部門で総合相談票を作成し記録の管理も行いました。
- ・ケアプラザ全体および部署ごとに適宜カンファレンスを開催し、連絡等ノートを活用する等で、情報の共有を行い、より適切な支援内容の検討を実施しました。
- ・関係機関との綿密な連携が図れるようにするため、各種連絡会やエリア会議等に職員が積極的に出席し、関係者とのネットワーク強化および連携力を高めました。
- ・地域の子育てサークルや老人会、独居高齢者昼食会、自治会開催行事などに積極的に職員が参加し、ケアプラザからの情報提供や相談対応を地域に出向いて行うとともに、報告書を全職員で回覧するなどし、地域の特徴やニーズの共有を図りました。
- ・相談対応はケアプラザを会場とするにとどまることなく、出前講座や各種事業にて職員自らが地域に出向く機会をさらに増やしていくことで、今後もケアプラザの総合相談機能の周知を強化し、幅広い分野の相談を受け付け、丁寧で適切な対応に努めます。

2 地域活動交流部門・地域包括支援センターの連携

- ・地域活動交流部門および地域包括支援センターの連携力をさらに高めるために、定期的な会議やカンファレンスを開き、情報共有を基本として、それぞれの課題の抽出および課題解決の検討を、四職種が連携し実施しました。
- ・地域活動交流部門と地域包括支援センター共催の事業を開催するなど事業開催時は互いに協力しあい、各事業参加者の把握や地域ニーズの共有を行いました。
 - ・区と地域包括支援センターの定例カンファレンス（月1回）
 - ・エリア会議（年4回）
 - ・四職種会議（必要時）
 - ・業務改善会議（月1回）
 - ・各部署のミーティング（必要に応じて随時）

3 職員体制・育成

- ・職員体制については、常勤職員の不在が発生しないよう適切な体制を維持し、効率のかつ効果的な業務に取り組みました。
- ・職員育成については、法人内部の研修や勉強会の実施はもちろんのこと、外部の研修等を積極的に活用し、職員全体のスキルアップを図り、資質の向上に努めます。

4 地域福祉のネットワーク構築

- ・ 行政機関をはじめ、各地区の自治会町内会、地区社会福祉協議会、地区民生委員児童委員協議会、福祉保健団体等との情報交換や連携を図り、各会合等にも積極的に参加し、顔の見える関係づくり、ネットワーク構築に努めました。
- ・ 地区社会福祉協議会や区子ども家庭支援課主催の子育て事業開催時などに、周知活動の後方支援を行ったり、ケアプラザ協力医、保健活動推進員会およびヘルスマイトと協働で体力測定健康イベント事業を開催するなどし、地域福祉のネットワーク強化を図りました。
- ・ 区高齢・障害支援課と地域包括支援センターの定例カンファレンスに、区社会福祉協議会や地域活動交流部門も参加し、エリアの福祉保健に関する情報共有や課題の共有を行い、連携強化を図りました。

5 区行政との協働

- ・ 「スイッチON磯子Ⅱ」の計画周知啓発を、地域に向けて全職員が積極的に行いました。また、ケアプラザの発行物にロゴマークを掲載するよう努めたり、ケアプラザ広報誌に計画に関する記事を掲載しました。
- ・ 地区社会福祉協議会との共催事業では、講座の中でエリアの計画を地域住民に紹介し、地域福祉保健計画の内容が周知されるよう努めました。他の事業や地域に出向いた際にも、エリアのテーマの確認を行うなどし、地域課題を住民が気づき発見できるよう取り組みました。
- ・ 個別相談等においても、区行政と連携を図りながら、ニーズの発掘や解決に向けた支援をすすめました。

地域活動交流部門

1 福祉保健活動等に関する情報収集及び情報提供

- ・ 福祉保健活動に関する情報収集については、地域や行政の各種会合やイベントへの積極的な参加や自主事業や貸館利用者へのアンケート実施、他の地域ケアプラザとの情報交換で情報収集を行いました。
- ・ 得た情報の発信については、広報誌「ふるさと」を利用し、館内掲示板の活用併せて配布、回覧版にも掲載しました。地域や行政の各種会合へ積極的に参加し情報提供を行いました。
- ・ 子育てサークルの情報については一覧にして発信しています。地域ケアプラザのホームページをたちあげ随時更新しました。

2 福祉保健活動団体等が活動する場の提供

- ・ 今年度も広報誌「ふるさと」の発行や地域の各種会合等に参加し、ケアプラザの特徴や貸館方法も積極的にPRし、多くの団体に公平にご利用いただける施設を目指しました。
- ・ また、空き室情報はホームページでも確認出来る様になりました。今後もケアプラザ利用団体等の福祉保健活動がより広がっていくよう活動を側面から支援していきます。さらに利用団体等同士が交流を持てるような場として提供できる様に広げていく事を課題としていきます。

3 自主企画事業

- ・地域の皆様のニーズに応えるような事業展開を行っていきました。一つの対象にこだわる事無く、様々な世代に対応しつつ、親子の食育、子育て広場の拡充、障がい事業の展開等もしました。
- ・区社協との連携、行政との連携など幅広い事業を行っていき、世代間交流ができる事業にも力を入れました。
近隣の学校との連携は、次年度にも繋げられるものとなりました。

4 ボランティアの育成及びコーディネート

- ・講座開催に向けて磯子区社会福祉協議会や磯子区区民活動支援センター等と密な連携を図り情報収集につとめました。
活動できる場所を紹介、見学もしていただきボランティア登録につながりました。
ボランティア派遣先：自主事業「たけのこ茶屋」「ランチd e 笑」「ぷらっと遊ぼう」
「お庭隊」

地域包括支援センター

1 総合相談

総合相談支援（総合相談）

- ・地域における幅広い相談を受け付け、必要なサービスや事業等に迅速につなぐなど、相談支援を行いました。区、地区民生委員、ケアマネジャー、医療機関、区社会福祉協議会、いぶき、生活支援センター等、関係機関との調整や連携を綿密に図りました。
- ・必要に応じて継続的フォローができていないかを一覧表およびケースファイルに添付した表にて確認し、三職種で状況を共有するように努めました。
- ・月2回以上地域包括支援センター内でのカンファレンスを開催し、三職種間の情報共有、支援方針の検討を実施しました。
- ・月1回以上、区高齢・障害支援課と地域包括支援センターとのカンファレンスを開催しました。地域活動交流コーディネーターや区社会福祉協議会も参加し、地域ニーズに対する検討や、個別ケースの支援経過の確認、情報共有、方針検討を実施いたしました。
- ・認知症や精神疾患が関連した相談が増加傾向にあり、認知症や精神疾患に対する理解を深めるための講座を実施し、相談窓口およびケアプラザの総合相談機能の周知も合わせて行いました。
- ・緊急対応含め、各種相談に対し丁寧かつ迅速に対応しました。
- ・様々な理由で区やケアプラザまで出向くことが困難であると感じている方がいることを常に意識して業務にあたり、地域包括支援センター職員が自宅訪問にて相談対応可能であること等、地域包括支援センターの機能周知を行いました。

総合相談（実態把握）

- ・各地域での老人会や独居高齢者対象の食事会等の活動場所に積極的に出向き、地域の情報収集やニーズの発掘を継続して行い、参加者の状況把握や地域の立地環境等の実態把握を行いました。得た情報は三職種で共有し、所内の業務改善会議や区との定例カンファレンス、エリア会議の場に提供しました。
- ・三職種各々が主担当の事業に他職種も可能な限り出席し、連携して各事業を実施しました。事業に参加されている方の個別対応を通し、また、集団へのアプローチを通して、担当エリアの強みおよび課題を抽出することができました。
- ・民児協との交流会等を継続して実施し、介護保険や権利擁護、介護予防に関する情報提供を行い、民児協とのさらなる連携強化に努めました。

2 権利擁護

権利擁護（権利擁護）

- ・地域の食事会等で、消費者被害に関する区内の状況や相談窓口について、継続して呼びかけました。消費者被害防止および防犯に関する出張講座を、老人会対象に実施しました。
- ・磯子区成年後見サポートネットに継続参加し、区、社会福祉協議会、成年後見受任団体と情報交換等を行い、ネットワーク構築を図りました。
- ・あんしんセンターや成年後見制度に関するパンフレットや情報を常備し、自宅訪問時にも携帯するなどして、地域住民に啓発を継続しました。
- ・個別ケースの対応においては、各種制度利用に関する必要な情報提供や、関係機関との連絡調整等を、状況に合わせて実施し、支援しました。成年後見制度の申し立てが必要なケースに対し、区高齢・障害支援課や家庭裁判所等につなげ適切な支援を行いました。
- ・古い支度に関する必要な知識理解と普及啓発のため、古い支度の総論、成年後見制度、旅立ち支援、遺言・相続について等を題材としたシニアライフ講座を開催しました。磯子区版エンディングノートを配布し、普及啓発を行いました。
- ・区高齢・障害支援課と区内地域包括支援センター社会福祉士連絡会共催にて、磯子区版エンディングノート書き方講座を昨年度に引き続き企画、開催しました。また、エリアにおいて、隣接地域包括支援センターと協働にて磯子区版エンディングノートに関する講座を、地域住民対象に実施しました。個別ケースにおいても、必要時磯子区版エンディングノートを活用し、支援にあたりました。

権利擁護（高齢者虐待）

- ・横浜市高齢者虐待防止指針を理解し、虐待予防・早期発見・養護者支援の視点に重点を置いた支援を実施しました。虐待、または虐待が疑われる場合、チームでの方針検討・決定を行うため、区へ速やかに報告し、高齢者虐待相談受付票を提出。関係機関と綿密な連携を図りました。
- ・虐待予防のとりくみとして、介護者のつどいにて、介護者同士の共感と相互理解の場を提供することで、介護者の精神的負担感の軽減を図りました。
- ・エリア内の虐待、または虐待が疑われる相談受理時の対応について、区高齢・障害支援課地区担当を含めた定期的なカンファレンスを実施しました。区やエリア内の傾向、課題等について、ケアマネサロンで報告を行いました。
- ・区高齢・障害支援課と区内地域包括支援センター連絡会共催にて、磯子区高齢者虐待防止ネットワーク研修を実施しました。

権利擁護（認知症）

- ・認知症の方やその介護者を地域で支えていくしくみづくりのために、地域のキャラバンメイトや地区社会福祉協議会や自治会と協働で認知症サポーター養成講座を実施。出張講座も実施しました。学校、金融機関、商店、介護サービス事業所への認知症サポーター養成講座開催に向けた働きかけを継続しました。地域活動交流部門と連携し、新たなキャラバンメイト候補者の人材発掘に向けて働きかけました。
- ・磯子区徘徊高齢者あんしんネットワーク検討会（月1回）に出席し、区全体の課題とエリア内の課題を把握したうえで、エリア内の金融機関を訪問し、普及啓発を行いました。
- ・認知症に関する講演会を開催しました。また、認知症等に関する相談会をケアマネジャー対象に実施し、早期受診につなげたり、ケアマネジメントの質の向上につなげました。
- ・介護者のつどい（月1回）にて、介護者同士のピアカウンセリングを通じ、認知症の方を介護されている方のストレス緩和と負担感の軽減を図りました。

3 介護予防マネジメント

二次予防対象者把握

- ・ 総合相談や民生委員等関係機関からあがってきた情報等から対象者候補を抽出し、積極的に基本チェックリストを実施、対象者の把握に努めました。
- ・ 区保健師とも連携し、老人会や地域の食事会等に積極的に出向き介護予防の必要性を伝えるとともに、機会あるごとに基本チェックリストを実施、二次予防対象者を把握するよう努めました。更に、元気づくりステーション「ぎんもくせい」でも定期的にチェックリストを実施、継続して参加している方に関しては状態の変化がないか把握し、新規の参加者に関しては現在の状態の把握に努めました。
- ・ 自主事業への参加やサービスに繋がらなかった方へも再度アプローチを行い、介護予防活動へつながるように働きかけるとともに、状況を把握し要介護状態にならないようにアプローチしました。

介護予防ケアマネジメント力

- ・ 区役所保健師や区内の包括支援センター保健師職及び他職種と連携し、介護予防ケアマネジメントを委託しているケアマネジャーを対象に、初回面接から予防ケアマネジメントを立案するまでのプロセスを事例を通して学ぶための介護予防支援従事者研修を実施しました。
- ・ ケアプラザ内の居宅や介護予防プランナーとケース検討を行い、ケアマネジメント力の強化を図りました。
- ・ 二次予防事業対象者や要支援者等が参加できる介護予防事業の開催や、介護予防に関する自主グループ等の後方支援を継続し、各々が主体的に介護予防に取り組める様に支援しました。

4 包括的・継続的ケアマネジメント支援

地域住民、関係機関等との連携推進支援

- ・ 磯子区版民生委員・ケアマネジャー連絡票の周知と定期的な更新を行いお互いの役割を理解し連携を深め、継続して支援が出来るようにしました。
- ・ ケアプラザや地域で開催される集まりには積極的に参加し制度やサービスの普及啓発をするために広報誌やチラシを用いて情報の発信と共有を行いました。
- ・ 磯子区徘徊高齢者あんしんネットワーク事業の周知に継続し取り組みました。
- ・ 介護者のつどいをピアカウンセリングの手法により継続的に行い介護者の負担の軽減と在宅生活が継続できるように毎月1回開催し支援しました。
- ・ 磯子区デイサービス・デイケア情報シートの内容を確認し更新して行きました。
- ・ エリア内の居宅介護支援事業所の新規受付状況の確認を定期的に行い、相談、支援業務に反映させ継続しました。
- ・ 地域でのネットワーク構築にむけ民生委員・児童委員やボランティア団体等との交流、連携が行えるようにしました。民生・児童委員との交流会を年3回開催し、意見交換等を行い連携強化を図りました。

医療・介護の連携推進支援

- ・ 医師との連携の強化につとめ主治医・ケアマネジャー連絡票の活用を勧めて行きました。ケアマネサロン等で活用方法を周知しました。
- ・ 医療連携を深めるため磯子区訪問看護ステーション連絡会と協働、役割分担を検討し具体的な方法を検討し、磯子ケアマネ連絡会と協働で、「いまさら聞けない医療のこと」講演会と、医師、訪問看護師、区、地域包括支援センター、サービス事業者、ケアマネジャーとのパネルディスカッションを行いました。
- ・ 磯子区在宅療養勉強会に実行委員として担当者が出席し、内容の検討と情報共有を行い、ケアマネジャーと医療機関との連携が強化されるよう働きかけを行いました。
- ・ 磯子区医療福祉保健連携交流会に地域包括支援センター主任ケアマネジャーとしての役割を持って出席し、「地域で認知症を支えていく」の講演を横浜市認知症疾患医療センター長に依頼。医療との連携にもつなげました。
- ・ 磯子区訪問看護ステーション連絡会と地域包括支援センター看護職等と医療の連携が図れるように支援しました。
- ・ ケアプラザ協力医や地域の薬剤師等による講演会の実施をいたしました。地域の医療機関や薬局等を個別訪問しました。
- ・ 自主事業の体力測定健康イベント事業に協力医の講話をもりこむなど、医療・介護の連携推進に努めました。

ケアマネジャー支援

- ・ ケアマネジャーの相談支援を随時行い、支援困難事例への助言や連絡調整、解決に向けサービス担当者会議等に出席、および、同行訪問等を実施し、積極的に支援しました。
- ・ サービス担当者会議の開催場所について、場所の提供を積極的に行いました。
- ・ 区職員を含めたカンファレンスの開催の調整および支援を行い、連携がより図れるように努めました。
- ・ 新人、中堅のケアマネジャー研修の開催を行いスキルアップが行えるように支援しました。区、区内地域包括支援センター協働で新任ケアマネ研修を2回、現任ケアマネ研修を1回開催しました。
- ・ ケアマネサロンを隔月に開催し勉強会や研修を行いケアマネジャーの情報交換と情報の共有を継続的に行いました。

介護予防事業

介護予防事業

- ・区保健師職と連携し、ケアプラザを会場に介護予防講演会「かっこよく年とろう！」を開催。介護予防の知識の普及及び、地域で介護予防活動を継続することの必要性を再確認する機会を設けました。
- ・自治会と連携し、出張して認知症予防講座「脳が活性化する4つの習慣」を開催。今までケアプラザを知らない方へも介護予防の知識の普及を図るとともに、その後開催される介護予防教室への参加の動機付けとしました。
- ・認知症予防講演会を実施した出張会場で、介護予防教室「こころとからだのげんき教室」を開催（全7回）。介護予防の知識を学ぶと共に仲間づくりを意識し、仲間と継続して介護予防に取り組むことの大切さを伝えました。その後、元気づくりステーション「レインボー」として、自治会の認可も得、自主的な活動が継続できています。
- ・ケアプラザを会場に活動を継続している元気づくりステーション「ぎんもくせい」が、自主的に介護予防活動を継続できるように、活動時毎回参加し参加者の状況を把握しました。また、更に新規の参加者が増えるように、広報誌にメンバー募集中の記事を載せました。
- ・引き続き地域の食事会や老人会等に積極的に参加し、口腔ケアや感染症等の介護予防についての話をする機会を設け、介護予防の知識の普及及び啓発に努めました。

その他

健康づくり支援

- ・上笹下連合保健活動推進員会及び地域活動交流と共催で、地域住民の方やケアプラザを利用されている方を対象に、自分の体力を測定し健康について考えるイベント「げんきのわ」を開催しました。初めての企画でしたが、地域住民31名が参加してくださり、協力医である李医師による健康講話や6項目の体力測定を体験、ヘルスメイト上笹下地区の方手作りのお菓子を食べて、健康について考えるきっかけづくりとなりました。更に地域住民やケアプラザ等関係機関、保健活動推進員の方々と交流し顔の見える関係づくりができました。参加者の方からは毎年このような機会を設けて欲しいというご意見をいただきました。今後も定期的な開催を企画します。