

平成 28 年度 地域ケアプラザ事業報告書

1 施設名

横浜市すすき野地域ケアプラザ

2 事業報告概要

地域の現状と課題について

(1) 担当地域の現状と課題

①すすき野地区

すすき野地区は、分譲と賃貸がある集合住宅のすすき野団地と、戸建住宅が広がるエリアが混在しています。連合自治会や、各自治会単位での事業が盛んであり、地域交流のための様々な取り組みが行われています。地域の集いの場として、地域の拠点としての「たまりんば」や、民生委員を中心に行っている高齢者サロンなども多くあります。ちょっとした困りごとに対応できるボランティアグループも活動しています。

②中里地区

中里地区は、こどもから高齢者まで、ともに行事に参加することにより、住民の交流、親睦や住民の輪が発展しています。地元の方と、新住民との混在した地区であり、その中でのコミュニティ作りが課題のひとつとしてあります。すすき野地域ケアプラザの場所が、すすき野地区であることから、特にアウトリーチの活動が重要と考えます。

(2) 担当エリア共通の課題

高齢者人口の増加に伴い、一人暮らし、高齢者世帯が増えている状況があります(特にすすき野団地の高齢化や、もみの木台の高齢化率が増加している)。独居の方や、高齢者世帯、認知症の方が増えており、より地域での見守りが必要な状況にあります。そのような中で、地域の連帯感を強め、みんなで支え合う地域社会をより一層築いていくことや、団塊の世代の方々の地域活動への参加促進、現役世代が地域コミュニティにデビューできる環境づくりも課題と考えます。

3 施設の適正な管理について

ア 施設の維持管理について

指定管理者として市民の財産である施設の公平・公正な管理に努めました。

毎日の日常清掃のほかに月に1回の休館日に定期清掃を行いました。エレベーター一点検、自動ドア点検、空調設備のメンテナンスもスケジュールを定めて実施しました。また、近隣との調和のために敷地内に季節の花を咲かせることにも努めました。

また、ご意見箱を通じて利用者のご要望を把握し、使いやすい施設作りに努めました。

イ 効率的な運営への取組について

(1) 効率的な運営体制の構築

法人全体で業務改善プロジェクトを進めました。「5S（整理・整頓・清掃・清潔・躰）の取組を各事業所で行っており、それにより問題や課題の見える化、作業効率の向上、快適な職場環境の創造、そして顧客満足の上を目指しました。

(2) コストダウン・省エネルギーの取組

法人のスケールメリットを生かし、保守管理や物品購入の調達コストを削減するとともに、節電の取組によりエネルギー費の削減に取組みました。各部屋に寒暖計を設置し、適切な室温の維持に努めました。

ウ 苦情受付体制について

(1) 法人の「苦情解決対応マニュアル」「苦情対応手順」に基づき、利用者や家族・地域住民からの苦情を真摯に受け止め、原因を追求し改善できる体制を整えました。

(2) 「苦情受付担当者」を配置し、「苦情解決責任者」である所長および全職員が、受け付けた苦情等を把握できるよう職員会議を通して周知しました。苦情などの対応を全職員ができるよう職員会議を通して周知しました。

(3) 「ご意見箱」を情報ラウンジと2階の多目的ホールに設置し、苦情だけでなくご利用いただく全ての方々から要望や意見を受け付けました。ご連絡先をご記入頂いたご意見や苦情には全てにお返事を差し上げました。

エ 緊急時（防犯・防災・その他）の体制及び対応について

館内に設置しているAED（大人・子ども対応）を緊急時に使用できるように、青葉消防署すすき野消防出張所の指導による心肺蘇生訓練を全職員が受講しました。

オ 事故防止への取組について

法人として「事故防止マニュアル」を整備しており、事故発生時に迅速な対応ができるような取り組みを行っております。また、ヒヤリハット活動の取組も合わせて行うことで、事故の発生防止と再発防止に努めました。

(1) 毎朝の職員全体ミーティングで、事故やヒヤリハットについての情報を共有しました。

(2) 開館・閉館時の設備点検を適切に行い、不備による事故の発生を防止しました。

カ 個人情報保護の体制及び取組について

個人情報とは人の尊厳そのものであるとの認識の下、「横浜市個人情報の保護に関する条例」および法人で定めている「情報公開規定」、「情報保護規定」、「個人情報保護マニュアル」にて適切な個人情報の収集、保護に努めました。

(1) 個人情報の記載されたファイルは施錠可能なキャビネットに保管しました。

(2) 個人情報が記載された文書をFAXする際は、必ず2名以上で確認しました。

(3) パソコンによる個人情報管理は、データをパソコン本体には置かず、USBメモリーの使用を原則的に禁止しました。

(4) 訪問等での個人情報の持ち出しは最小限とし、ルールに基づいた取り扱いをしました。

(5) 個人情報保護についての職員研修、採用時の職員研修を行いました。

(6) 「個人情報漏洩防止チェックリスト」を用いて全職員がチェックを行いました。

(7) 朝のミーティングの時間を利用して定期的に注意喚起を行いました。

キ 情報公開への取組について

法人の定める「情報公開規定」に則り、適切な対応を心がけています。また、地域の皆さまにご利用いただく施設として積極的に運営の情報を公開しています。

- (1) 保有している文書を公開する場合は、個人のプライバシー情報や法令で公に出来ない情報など、開示できないものを明確にします。
- (2) 情報公開にあたっては、個人の不利益にならないこと、責任者の判断を得ることを徹底します。
- (3) 広報誌を毎月発行し、地域への回覧や設置等を行います。
- (4) ホームページやブログ、SNS でケアプラザの取組について鮮度の良い情報を周知しました。
- (5) 館内の掲示板などで積極的に運営の情報を提供すると共に、わかりやすい表記の方法を工夫しました。

ク 人権啓発への取組について

地域に住む認知症の人、障害を持つ人、外国人、様々な信仰を持つ人など全ての人が平等に扱われ、地域参加ができるように啓発、ケアプラザ内外への働きかけを行っています。

ケ 環境等への配慮及び取組について

- (1) ヨコハマ3R夢プランに則ってゴミの減量化・再資源化に取り組んでいます。
- (2) 室温を冬は19℃、夏は28℃とし、各部屋に寒暖計を設置して管理を行いました。
- (3) 職員に室温に応じた服装で業務を行うように指導を行いました。
- (4) 全館の照明はLEDを採用していますが、不要な照明の消灯を心がけました。
- (5) プリンターやパソコンなどの事務機器は、節電モードに設定し、使用していないときは電源を落とすなど、無駄な電気を使用しないように取組みました。

4 介護保険事業

(1) 介護予防支援事業

《職員体制》

管理者 保健師等 1名（常勤兼務）
社会福祉士 1名（常勤兼務）
主任ケアマネジャー 1名（常勤兼務）

《目標》

- ・地域包括支援センターは事業対象者・「要支援1・2」の認定を受けている人を対象に介護予防ケアマネジメントを実施し、自立した生活が継続できるよう支援しました。
- ・介護予防ケアプラン作成には利用者の主体性を尊重しながら、適切な介護予防サービスが受けられるよう、関係機関との連絡調整や支援を行いました。
- ・居宅介護支援事業への委託依頼後も担当者と共に利用者の支援を行いました。
- ・サービス事業所選定時は公平・中立な立場で対応しています。

《実費負担（徴収する場合は項目ごとに記載）》

- 利用者の負担金はありません。
- 但し、通常サービス提供地域をこえる地域に訪問・出張する必要がある場合には、その交通費（実費）の支払いが必要となります。

《その他（特徴的な取組、PR等）》

- ・利用者の目的を達成できるよう介護保険内のサービスのみならず、横浜市独自のサービスや地域資源を含めたインフォーマルサービスも情報提供・調整していきました。
- ・地域役員やボランティア団体等の地域住民の方達と連携を取り、問題解決に向けて積極的に関わっていきました。

《利用者実績》

【単位：人】

| 4月 | 5月 | 6月 | 7月 | 8月 | 9月 |
|-----|-----|-----|-----|-----|-----|
| | | | | | |
| 10月 | 11月 | 12月 | 1月 | 2月 | 3月 |
| | | 128 | 132 | 128 | 132 |

(2) 居宅介護支援事業

《職員体制》

管理者 1名（常勤兼務）
介護支援専門員 3名（常勤専従2名、常勤兼務1名）

《目標》

介護が必要になっても住み慣れた地域でその人らしい生活が継続できるように、様々な社会資源の活用を支援いたします。

- (1) ご本人やご家族のご希望やご不安を丁寧に伺いながら、これからのことをご一緒に考えていきました。
- (2) 人生の最終段階にあっても穏やかに過ごせるように医療機関・介護事業所・地域のボランティアとの連携を強化しました。
- (3) ご本人を中心に、ご家族や近隣、地域を巻き込んだケアマネジメントに努めました。

《実費負担（徴収する場合は項目ごとに記載）》

設定はありません。

《その他（特徴的な取組、PR等）》

- ・介護支援専門員の支援力向上のために定期、不定期に研修の機会を積極的に作りました。
- ・法令順守・公正中立なケアマネジメントに向けた体制を整備しました。

《利用者実績》

【単位：人】

| 4月 | 5月 | 6月 | 7月 | 8月 | 9月 |
|-----|-----|-----|----|----|----|
| | | | | | |
| 10月 | 11月 | 12月 | 1月 | 2月 | 3月 |
| | | 27 | 30 | 29 | 31 |

(3) 通所介護事業

《提供するサービス内容》

●

《実費負担（徴収する項目ごとに記載）》

● 1割負担分

（要介護1） 円

（要介護2） 円

（要介護3） 円

（要介護4） 円

（要介護5） 円

● 食費負担 円

《事業実施日数》 週 日

《提供時間》 : ~ : （半角で入力 例 9:00~15:00）

《職員体制》

《目標》

《その他（特徴的な取組、PR等）》

《利用者実績（延べ人数）》

【単位：人】

| 4月 | 5月 | 6月 | 7月 | 8月 | 9月 |
|-----|-----|-----|----|----|----|
| | | | | | |
| 10月 | 11月 | 12月 | 1月 | 2月 | 3月 |
| | | | | | |

(4) 介護予防通所介護事業

《提供するサービス内容》

●

《実費負担（徴収する項目ごとに記載）》

● 1割負担分

（要支援1） 円

（要支援2） 円

● 食費負担 円

《事業実施日数》 週 日

《提供時間》 : ~ : （半角で入力 例 9:00~15:00）

《職員体制》

《目標》

《その他（特徴的な取組、PR等）》

《利用者実績（契約者数）》

【単位：人】

| 4月 | 5月 | 6月 | 7月 | 8月 | 9月 |
|-----|-----|-----|----|----|----|
| | | | | | |
| 10月 | 11月 | 12月 | 1月 | 2月 | 3月 |
| | | | | | |

5 地域ケアプラザ

ア 総合相談（高齢者・こども・障害分野への対応）

昨今、様々な分野の課題が絡み合って複雑化し、世帯の中に複数の課題を抱えている状況がみられます。このような場合は、高齢者、こども、障害などの制度ごとの支援では対応しにくい現状があります。

ケアプラザではこのような複合的な課題を抱える人や世帯への支援の窓口として、様々な分野の相談支援機関との連携に努めました。

イ 地域活動交流部門・地域包括支援センターの連携(生活支援体制整備事業も含む)

少子高齢化、核家族化の進行、人口減少、地域のつながりの希薄化が進行しています。そして福祉ニーズが多様化・複雑化する中で、地域ケアプラザでは複合的・横断的なニーズへの対応が求められています。多世代への包括的な支援を目指して、包括支援センター3職種とコーディネーター2職種による一体的な支援に努めました。

ウ 職員体制・育成

- (1) 指定管理で求められる必要職員を適正に配置しました。
- (2) 職員の専門性を高めるための育成を行いました。
 - ① 年間の内部研修計画を策定し、ケアプラザ職員として求められる力の取得と向上に努めました。
 - ② 非常勤職員を含め、積極的に外部内部研修を受講し、スキルアップに努めました。
 - ③ 全職員対象に育成を目的とした管理者面接を行い、それぞれのステップに応じた育成に努めました。
 - ④ 各自が参加した研修は研修報告書を通じて、参加職員以外への展開を行い、施設全体のスキルアップにつなげました。
 - ⑤ 全職員に担当研修の月担当を振り分け、積極的に会議や研修に参加できる環境を作りました。

エ 地域福祉のネットワーク構築

全ての人が年齢や状況を問わず、その人のニーズに応じた適切な支援が受けられる地域づくりが求められています。

このような包括的な取り組みに対しては制度やサービスだけでなく、地域でのネットワーク作りを推進し、「地域で活躍する」という生き方が全ての世代に行き渡るように、様々な取り組みの準備に努めました。

オ 区行政との協働

- (1) 青葉区地域福祉保健計画、地区別計画の推進に協力しました。
- (2) 地域ケア会議での討議内容を政策形成に向けて区・市と協働しました。
- (3) 区行政からの掲示物や配布資料を館内に見やすく設置し、閲覧できるように工夫し、情報提供に努めました。

6 地域活動交流部門

ア 福祉保健活動等に関する情報収集及び情報提供

新設の為、地域の情報収集とニーズの把握が最優先事項であると考えています。また、新設であるからこそ、既存の概念に囚われず、地域の皆様とともに仕組みを作り上げていくことを目標とし、以下を実施しました。

- (1) 地域のイベントや集まりに積極的に参加しました。
- (2) 地域情報を、必要とする人へ明瞭且つ的確に提供できる仕組み作りに努めました。
- (3) ケアプラザ内での地域情報の共有に努めました。
- (4) 広報誌、ホームページ、ブログ、SNS等を活用した広報活動を行いました。
- (5) 生活支援コーディネーターと連携して地域支援を行いました。

イ 福祉保健活動団体等が活動する場の提供

地域の方々のご意見を取り入れながら、設備の不足や使いにくさについては、どのように改良していくか、その方法をともに考えていくことを目標にしました。

- (1) 地域の方々を利用しやすいよう配慮された空間づくりに努めました。
- (2) 開かれた活動への支援と環境づくりに努めました。
- (3) 団体間の交流の機会と場の提供につきましては今後取組みます。

ウ 自主企画事業

これまでの包括支援センターで行われていた高齢者への取り組みは継続しつつ、ケアプラザならではの多世代に向けた企画の実施に努めました。

- (1) 地域課題の把握と、その解決に向けた取り組みを行いました。
- (2) 赤ちゃんからお年寄りまで、多世代へのアプローチに努めました。

エ ボランティアの育成及びコーディネート

ボランティア活動を身近なものと感じて頂けるような、様々なアプローチと育成方法を探りました。一人一人が誰かの手助けとなり、且つ誰かに助けられているという意識を実感できるような地域づくりを目指せるよう努めました。

- (1) 地区社協、ボランティア団体とのコラボレーションを目指しました。
- (2) ボランティア活動を希望する人と、必要としている人とを繋ぐ仕組みづくりに取組みました。
- (3) 講座等の開催による新しいボランティアの育成の準備を進めました。
- (4) シニアボランティアポイントの登録研修会を地域で行えるよう、準備を進めました。

7 地域包括支援センター

(1) 総合相談・支援

ア 総合相談

- (1) 関係機関と良好な関係を築くために会合や催事・サロン等に可能な限り参加し、顔の見える関係づくりを行いました。
- (2) 地域包括支援センターが身近な相談窓口であることの周知に努めました。
- (3) 地域の高齢者の方々を中心に相談を受け、ニーズやアセスメントを元に適切にフォーマル・インフォーマルサービスに繋ぎ、必要に応じて継続的支援・連携を図りました。
- (4) 緊急な相談や対応が必要な場合は、行政や関係機関と連携を取り、適切かつ迅速な対応を行いました。
- (5) 情報共有のため、相談日誌や毎日のミーティング、会議の中でクライアントの情報を三職種（保健師・社会福祉士・主任介護支援専門員）で共有しました。

イ 地域包括支援ネットワークの構築

- (1) 地域の中でのニーズを把握するため、区役所・社会福祉協議会・介護事業所等と連携を図りながら地域を支える仕組み作りについて検討していきました。
- (2) 地域の民生委員児童委員協議会、保健活動推進員、自治会町内会、老人会、ボランティア団体の方々と活動場所に出向き、関係づくりに努めました。
- (3) 地域課題解決に向けて地域ケア会議を開催し、関係者間で共通認識を持ち課題解決に向けて連携を図りました。

ウ 実態把握

- (1) 地域の民生委員、保健活動推進員、自治会町内会関係の方々と連携を図り、地域見守りネットワーク構築の積極的な支援を通じて、要援護高齢者など支援が必要な方への実態把握に努めました。
- (2) 地域の老人会やサロン、地域行事に参加して、地域包括支援センターの役割を周知していき、支援が必要な方の把握を行っていきました。
- (3) 総合相談票から、相談の傾向や実態を通して地域の特性や課題の実態把握に努めました。

(2) 権利擁護

ア 権利擁護

- (1) 成年後見制度の案内が誰でもできるように資料等を情報ラウンジに準備しました。
- (2) 制度の普及啓発のための講座を行いました。
- (3) 認知症や精神疾患のある方や疑いのある方に対し、必要に応じて成年後見制度に繋がられるよう、関係機関と情報を共有していきました。
- (4) 消費者被害や振り込め詐欺等の注意喚起、情報提供を行いました。
- (5) シニア世代に向けた将来を見据えての身辺管理についての知識の普及に努めました。

イ 高齢者虐待

- (1) 地域に向け『虐待防止・予防』の呼びかけを行い、相談窓口として地域包括支援センターの役割を周知していきました。
- (2) 虐待や虐待の疑いのある相談を受けた際は、3職種、区、サービス事業所、民生委員等の関係機関と情報を共有し、早期対応ができる体制作りに努め、ケアマネジャーとの同行訪問等を実施し継続して支援しました。
- (3) 介護者の抱える負担やストレス、悩みや苦しみを相談できる場としての役割である介護者のつどいを来年度に向け計画していきました。
- (4) ネットワークミーティングを活用し、関係者が支援方向を共有し役割を分担し、計画的な支援を行うことで、虐待者及び被虐待者の両者の擁護を計りました。

ウ 認知症

- (1) 地域住民に向けて、館内にリーフレットの配布や講座・講演会の情報を掲示し、認知症予防への取り組みや認知症対応について普及啓発を行いました。
- (2) 地域のクリニックや薬局を訪問し、認知症の早期発見、早期支援について連携が取れる関係づくりに努めました。医療機関につながっていない認知症が疑われる方の相談については、医療機関の紹介やつなぎを行いました。また医療機関とも連携を行い在宅生活にスムーズに移行できるようサポートしました。
- (3) 認知症などによる判断力の低下がある方が被害に遭いやすい消費者被害や犯罪についての注意喚起や成年後見制度の活用を広報しました。

(3) 介護予防マネジメント

ア 介護予防ケアマネジメント力

- (1) 個人の意欲が引き出せるよう、自発的な動機付けを行える実現可能なケアマネジメントを行いました。
- (2) 委託先のケアマネジャーと連携を図り、必要に応じてケースカンファレンスも開催し、ニーズや役割分担を明確にして支援体制づくりを行いました。
- (3) 地域のケアマネジャー向けに生活支援体制整備事業の説明会を実施し、介護予防支援業務のスキルアップを図りました。

(4) 包括的・継続的ケアマネジメント支援

ア 地域住民、関係機関等との連携推進支援

- (1) 自治会や老人会、民生委員児童委員協議会、地域行事等に参加、地域包括支援センターの役割周知を行い、地域住民や関係機関との連携を行っていきました。
- (2) 各地区で行われている推進会議への参加やグループホームの運営推進会議へ参加、情報提供や地域包括支援センターとしての意見や地域課題やニーズの把握に努めました。
- (3) 必要に応じて関係機関や地域の社会資源等の情報収集を行い、地域住民に情報提供を行いました。

イ 医療・介護の連携推進支援

- (1) 包括の医療連携（医療と介護の連携）の担当を引き継ぎ、包括医療連携チームの会議に出席、青葉区医療と介護の顔の見える場作り会議へ毎月参加をしました。各種団体と顔の見える関係づくりを行い、他職種連携していき課題の共有化をしながら、問題解決に向けて具体的な取り組みを検討実施しました。
- (2) 包括カンファレンスの中で、担当エリアの居宅介護支援事業所や訪問看護師、介護サービス事業者等との意見交換や情報交換を実施しました。
- (3) 在宅医療連携拠点と連携をして、検討研修会を行いました。

ウ ケアマネジャー支援

- (1) 支援困難事例を抱えるケアマネジャーの相談・支援を受け付けて、多様な職種や関係機関と連携、地域ケア会議等を開催。ケアマネジャー支援を行っていききました。
- (2) 包括カンファレンスを通じて、事例検討会等を行い、情報・意見交換を行い、連携やスキルアップの場として開催しました。
- (3) 新人ケアマネジャーの支援として、青葉区内の全包括支援センター合同での取り組みで、主任ケアマネジャーが協働して研修や勉強会を行いました。

エ 多職種協働による地域包括支援ネットワーク

- (1) 個別ケースの地域ケア会議を開催。関係機関へ参加依頼していき、課題についての意見や資源の発掘・発見、開発につながるようなサポートをしていききました。
- (2) フォーマル・インフォーマルサービスを含めて、地域のサービス事業所と顔の見える関係づくりを行い、活動状況を把握、連携推進に向けて取り組んでいききました。
- (3) 多職種やサービス事業所の活動状況を把握して、顔の見える関係を構築していき、地域状況の情報交換等により地域ニーズの把握に努めました。
- (4) 在宅医療関係者との情報交換会などに参加しました。

(5) 介護予防事業

ア 介護予防事業

- (1) 高齢者が住み慣れた地域で介護予防を意識し、具体的な取り組みを始めるきっかけとなる機会を提供できるよう健康講座を開催しました。
- (2) 行政機関や医療関係機関と連携を取り、介護予防普及・啓発活動を行いました。
- (3) 保健活動推進員や民生委員の会議、また地域の活動団体にも出向き、関係者との連携を図る機会を持ちました。

(6) 生活支援体制整備事業

ア 実施したこと

本事業の目的である「高齢者一人ひとりができることを大切にしながら暮らし続けられるために、多様な主体が連携・協力する地域づくり」を行っていくために、初年度は地域の方々との関係づくりや情報収集を重点的に行いました。

- (1) 地域の様々な活動や行事、会合に参加し、地域の方々との関係づくりに努めました。
- (2) 社会資源の情報収集を行い、地域の方へ情報提供を行う準備を行いました。
- (3) 個別課題を把握するため、包括と連携し、所内でのミーティングや地域ケア会議等に参加したり、過去の相談ケースよりどの地域からの相談が多いかを分析しました。

8 その他

| |
|--|
| |
|--|

平成28年度 地域ケアプラザ収支報告書

施設名:すすき野地域ケアプラザ

平成28年4月1日～平成29年3月31日
(単位:千円)

| | 科目 | 地域活動交流 | 地域包括支援センター | | | 居宅介護支援 | 通所介護 | 予防通所介護 ・ 第1号通所介護 | 生活支援体制 整備事業 |
|----|---------------------|--------------|--------------|------------|--------------|---------------|----------|------------------------|----------------|
| | | | 包括的支援 | 介護予防事業 | 介護予防支援 | | | | |
| 収入 | 指定管理料等収入 | 5,758 | 7,581 | 51 | | 1,594 | | | 1,930 |
| | 介護保険収入 | 0 | | | 2,666 | | | | |
| | その他 | | | | | 19 | | | |
| | 介護予防ケアマネジメント費 | | | | | 149 | | | |
| | | | | | | 16 | | | |
| | | | | | | 0 | | | |
| | 収入合計(A) | 5,758 | 7,581 | 51 | 2,666 | 1,779 | | | 1,930 |
| 支出 | 人件費 | 2,957 | 5,571 | | | 4,252 | | | 1,545 |
| | 事務費 | 1,373 | 1,219 | | | 3,254 | | | |
| | 事業費 | 5 | 51 | 92 | | 242 | | | 100 |
| | 管理費 | 1,381 | 367 | | | | | | |
| | その他 | 240 | 168 | | | | | | |
| | 施設使用料相当額 | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | 支出合計(B) | 5,956 | 7,376 | 92 | | 7,749 | | | 1,645 |
| | 収支 (A) - (B) | -198 | 205 | -41 | 2,666 | -5,970 | 0 | 0 | 285 |

※ 介護予防プランを他事業者へ委託する場合の取扱は、介護報酬を一旦全額収入に計上した後、他事業者へ委託料として支払う分を支出に計上してください。

※ 上記以外の事業(認知症対応型通所介護等の事業)を実施している場合は、事業ごとに列を増やして同じように記載をしてください。

※ 指定管理料提案額をベースに作成してください。

平成28年度 自主事業収支報告書

単位:円

| 事業名 | ①募集対象 | 自 主 事 業 予 算 額 | | | | | | |
|-------------|-----------|---------------|-------|--------|-------|--------|-----|--|
| | ②募集人数 | 総経費 | 収入 | | 支出 | | | |
| | ③一人当たり参加費 | | 指定管理料 | 参加費 | 講師謝金 | 材料費 | その他 | |
| これからの生き方 | 地域住民 | 50000 | | | 50000 | | | |
| | 60名 | | | | | | | |
| | 無料 | | | | | | | |
| 親子で楽しく音楽遊び | 未就学児 | 8,005 | | 39,000 | 5,000 | 3,005 | | |
| | 40名 | | | | | | | |
| | 100円 | | | | | | | |
| ゆたかな食事で健康長寿 | 地域住民 | なし | | | なし | | | |
| | 20名 | | | | | | | |
| | 無料 | | | | | | | |
| 遺言と相続講座 | 地域住民 | なし | | | なし | | | |
| | 40名 | | | | | | | |
| | 無料 | | | | | | | |
| 健口講座 | 60歳以上 | 91,570 | | | 8,909 | 82,661 | | |
| | 25名 | | | | | | | |
| | 無料 | | | | | | | |
| | | | | | | | | |
| | | | | | | | | |
| | | | | | | | | |
| | | | | | | | | |
| | | | | | | | | |
| | | | | | | | | |
| | | | | | | | | |
| | | | | | | | | |
| | | | | | | | | |
| | | | | | | | | |
| | | | | | | | | |
| | | | | | | | | |

事業ごとに別紙に記載してください。

平成28年度 自主事業報告書

横浜市すすき野地域ケアプラザ

| 事業名 | 目的・内容等 | 実施時期・回数 |
|----------|---|-------------|
| これからの生き方 | <p>【目的】・多世代にわたる地域住民に対し、自分を尊重しつつ多様性を重んじる生き方について考える機会を提供する。</p> <p>・地域ケアプラザは高齢者のための施設というイメージを持たれやすいが、実際にはあらゆる世代が対象であることをアピールする。</p> <p>【内容】ウェルネスライフサポート研究所の加倉井さおり先生を講師に迎えての講演会。参加者は37名。30代～70代の幅広い世代の方が参加された。テーマに興味を持って申し込みをした方が多く、日々の生活をポジティブに生きるヒントを得たとの意見があった。</p> | 平成28年12月18日 |

| 事業名 | 目的・内容 | 実施時期・回数 |
|------------|--|------------|
| 親子で楽しく音楽遊び | <p>【目的】音楽に合わせて親子で声を出したり身体を動かすことにより、親子間や子育て世代間のよりスムーズなコミュニケーションを図ることが出来る。子育てに悩んだり、迷ったりしている方へのヒントとなる発見も期待できる。</p> <p>【内容】・1歳児～未就学児とその保護者20組×2回（40分のプログラムを2回行う）</p> <p>・講師の誘導により音楽に合わせて親子で声を出したり身体を動かす</p> <p>・当日の参加者は2クラス合計39組78名。アンケートの結果では、ほぼ全員が「とても良かった」との反応。その中で、「終了後にコミュニケーションをとることのできるスペースがほしい」等の要望もあり、居場所とコミュニケーションの場を欲している子育て世代ニーズを把握することができた。</p> | 平成29年3月10日 |

| 事業名 | 目的・内容 | 実施時期・回数 |
|-------------|---|------------|
| ゆたかな食事で健康長寿 | <p>【目的】・元気で長生きするためには食事が必要。バランスの良い食事についての正しい知識と、ロコモ予防についての知識普及をはかる。</p> <p>【内容】・野菜計量をして一日350gの目安を知る。・塩分を変えた味噌汁を飲み比べ。・ロコモ予防体操</p> <p>参加者は23名。講座の中での試食により、塩分に対する意識を喚起することができた。また、一日の野菜の摂取量も目視で理解してもらうことができた。</p> | 平成29年1月20日 |

| 事業名 | 目的・内容 | 実施時期・回数 |
|---------|---|------------|
| 遺言と相続講座 | <p>【目的】・自分の死後に財産を誰に継承し、どう処分するのかを考える機会を提供する。</p> <p>【内容】・司法書士による制度や法律の解説と講義後の個別相談会を実施した。財産の継承について考えることで、自らの人生を主体的に考えるきっかけにさせていただくことができた。</p> | 平成29年2月18日 |

平成28年度 自主事業報告書

退口講座

平成29年3月10日

横浜市すすき野地域ケアプラザ

| | | |
|------|---|------------|
| 健口講座 | <p>【目的】・平成28年度のチェックリストにて口腔にチェックが付く人が多かったことから、正しい口腔ケアについて学ぶ講座を実施。</p> <p>【内容】歯科衛生士による口腔ケアについての講話。併せて、健康チェックも行い、保健指導を行うことで、健康づくりへのきっかけをつくる。</p> <p>参加者は22名。講座開始前に健康チェックで血圧・体脂肪・握力・BCチェッカー・身長計測を実施。区の保健師からの健康指導も行った。歯科衛生士の講座では口腔機能やケアについての話があり、アンケートでは20名が普段の生活に取り入れようと思うと答えていた。</p> | 平成29年3月31日 |
|------|---|------------|