

平成28年度 地域ケアプラザ事業計画書

1 施設名

横浜市今井地域ケアプラザ

2 事業計画

地域の現状と課題について

「地域福祉保健計画」の実施を通じ、各自治会や民生委員・児童委員などと連携し個別事業につなげていきます。今年度は第3期計画の初年であり、計画の具体化を図っていきます。

前年度に掲げた65歳以上の人口増に対応する“地域サポーター”（ケアプラザの事業を一部担う、例えば介護予防事業の指導者など）といえる人材を引き続き育成します。

ひとり暮らしで、複合的な問題を抱える高齢者世帯が増え、ケアプラザ単独での解決が困難なケースが目立つようになってきました。多職種連携などをさらに進め、関係機関が一体で問題に取り組む体制を整えます。

地域活動・交流と地域包括支援センター、そして生活支援コーディネーターが強く結びついて、地域活動、介護予防、認知症対策等の施策を展開します。

施設の適正な管理について

ア 施設の維持管理について

館内各所で経年劣化が見られます。H28年度は、引き続き館内の劣化箇所を確認し、老朽化から起こる漏水などの対策を講じます。また、建物の構造部分だけではなく、備品類についても一つずつ点検し、老朽対策をしていきます。なお、修繕は地区センターと話し合って進めます。

月に1回は専門業者による清掃、平日・土曜は夜間帯に専従職員が日常清掃を行い、施設内美化に努めます。施設内の異常は日常清掃などを通じて把握し、ご利用者の意見も集めながら、優先順位を付けて取り組みます。

イ 効率的な運営への取組について

各部署が主体的に運営上の問題を掴み、対応を図ることを目指します。

他部署の職員も参加した部署別ミーティングを開き、情報提供と課題対応を効率的に進めます。地域包括支援センター、地域活動・交流、生活支援、所長が毎月、“6人会”と称する合同ミーティングを続け、共催事業の検討や情報交換を行います。

ウ 苦情受付体制について

施設各所に意見箱・苦情窓口の掲示を行い、苦情が伝えやすい環境を維持していきます。職員に直接投げかけられたものなどは職員全体で共有し対応していきます。また、引き続き第三者評価委員を設置して苦情を解決する体制を取り、報告が必要な場合は区役所をはじめ関係機関へ速やかに連絡します。

エ 緊急時（防犯・防災・その他）の体制及び対応について

自然災害に加え、施設ご利用者の体調急変、車両事故等を緊急時として想定し、マニュアルに沿った対応を行います。

職員対応が迅速に行えるよう、連絡手段の多様化を図ります。部署別のリーダーで災害対策室（室長は所長が兼務）を構成し、室長がその任にあたれない場合は代行します。また「連絡網」では、職員の自宅、携帯、携帯メールに加え、WEBメールを活用します。

災害時特別避難場所としての役割が担えるよう、備蓄の確保を徹底します。ケアプラザの事業参加者などの急変時は、保健師や看護師が対応し、医療機関へとつなぎます。なお、ご利用者の急変が想定される事業は、事前にそのリスクを職員間で共有します。

オ 事故防止への取組について

日頃から部署ごとに予測できる事故を把握します。事故発生時はフロー図に従って迅速に対応できるようにします。

事故が発生した場合、原因を究明して再発防止に取り組み、一連の流れを報告書にまとめることにします。そして、報告が必要な時にはいつでも区役所など関係機関へ速やかに連絡するよう職員間で共有します。

カ 個人情報保護の体制及び取組について

法人独自の研修としてケアプラザ全職員が集まり、個人情報に関わる研修を実施し、留意点を確認した上で誓約書に署名する体制を取ります。

個人情報を含む書類の発送や手渡しにあたっては、複数の職員が関わってチェックを行います。また、受け渡しの際に確認ができるように、可能な限り手渡しを優先するようにします。

このほか、横浜市の指導監査で指摘を受けた USB を取り扱う際の「持ち出し簿」については、引き続き活用していきます。

キ 情報公開への取組について

情報の公開請求があることを前提に書類の整理に努めます。また、毎月発行する広報紙に必要な情報を盛り込みます。業務を通じて知り得た個人情報は、福祉保健活動上で公開が求められれば（例えば民生委員など）、行政などに相談のうえで公開するか否か決定していきます。

ク 人権啓発への取組について

H28年度は、人権啓発を推進する取り組みの1年目として、地域で行われる人権啓発研修に積極的に参加し、自己研さんに努めます。研修で得た様々な人権問題の知識や研修で気付いたことを全職員で共有します。当事者の立場に立ち、その思いに寄り添えるような人権感覚と人権意識の向上を図ります。

ケ 環境等への配慮及び取組について

経年劣化に伴う備品類の廃棄が増えています。適切な処理がなされるよう、廃棄にあたっては毎回、担当職員間で方法を話し合います。

施設でゴミ処理を担当する職員（ゴミゼロ推進委員）を兼務させ、ゴミ出しのルールを徹底していきます。分別廃棄が手軽にできるよう、引き続き事務所内ゴミ箱を明確に分けて対応します。

昼休憩時には事務所の電気を消し、車のアイドリングストップ等、職員へ省エネ意識を浸透させていくことで、より良い環境対策を目指しております。

介護保険事業

● 介護予防支援事業

職員体制
保健師 1名 主任ケアマネジャー 1名 社会福祉士 1名 介護予防プランナー 1名（非常勤）
目標
迅速適格な対応を心がけます。 ご利用者様の自立した生活に向けて、地域包括ケアシステムの構築をすすめます。
実費負担（徴収する場合は項目ごとに記載）
なし
その他（特徴的な取組、PR等）
包括支援センターだけではなく、地域交流・生活支援と多部署との連携を密にして多問題ケースに対応していきます。 地域の医療介護関係者との連携会議を進めます。 相談件数を独自に集計し、地域活動者への情報提供をしていきます。

利用者目標（単位：人）

4月	5月	6月	7月	8月	9月
215	215	215	215	215	215
10月	11月	12月	1月	2月	3月
215	215	215	215	215	215

● 居宅介護支援事業

職員体制
常勤 2 名

目標
ご利用者様や家族の希望したサービスをそのまま提供するのではなく、本当に必要なサービスは何かという視点をつねに持ち、ケアプランを立案していきます。

実費負担（徴収する場合は項目ごとに記載）
なし

その他（特徴的な取組、PR等）
ケアマネジャー間で情報を共有し、担当利用者以外の相談にも迅速に対応していきます。

利用者目標（単位：人）

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

● 通所介護事業

提供するサービス内容
○介護サービス（移動や排泄の介助、見守り）・送迎・給食 ○入浴及び健康状態の確認、生活指導 ○個別機能訓練プログラム・レクリエーション ○口腔機能向上プログラム

実費負担（徴収する項目ごとに記載）		
	○1割負担分	○2割負担分
（要介護1）	704円	1407円
（要介護2）	831円	1662円
（要介護3）	963円	1926円
（要介護4）	1095円	2189円
（要介護5）	1227円	2453円
○入浴加算	54円（1日につき）	108円（1日につき）
○サービス提供加算Ⅱ	7円	13円
○処遇改善加算Ⅰ	所定単位数の40／1000	所定単位数の40／1000
○食費負担	750円	750円
○個別機能訓練加算Ⅱ	60円（1日につき）	120円（1日につき）
○口腔機能向上加算	161円（月2回まで）	322円（月2回まで）

事業実施日数、提供時間			
○事業実施日数	週7日	○提供時間	9：30～16：35

職員体制	
管理者	1名（常勤兼務）
生活相談員	3名（介護福祉士等、常勤兼務）
看護職員	5名（非常勤兼務）
介護職員	介護福祉士等（常勤兼務5名・非常勤専従9名）
機能訓練指導員	（看護師5名 非常勤兼務）
調理員	非常勤9名
運転手	非常勤8名

目標
ご利用者様の個々のニーズを把握し、身体機能維持・向上、日常生活の質の向上が図れるよう個別機能訓練、口腔ケアを実施します。また、レクリエーション、趣味活動、サービス利用時の活動量が増えるよう役割作りを実施していきます。

その他（特徴的な取組、PR等）

- 散髪サービス
- 自己決定によるレクリエーション活動の充実（手芸、編み物、囲碁、将棋、工作）
- ボランティアによる活動の充実（麻雀、傾聴）
- 安全で美味しい食事の提供
- ふれあい週間（ボランティアによる楽器演奏等）
- 季節感をイメージしたイベント（夏祭り、敬老祭、クリスマス、お正月等）
- 音楽療法の実施
- 酸素療法など医療依存度の高い方の受入
- ホットパックなど、医療機器の積極的な活用
- 近隣幼稚園、小学生、中学生との交流
- 体操の充実（ロコモ・玄米体操）

利用者目標（延べ人数／単位：人）

4月	5月	6月	7月	8月	9月
720	775	750	775	775	750
10月	11月	12月	1月	2月	3月
775	750	775	744	672	744

● 介護予防通所介護事業

提供するサービス内容
○介護サービス（移動や排泄の介助、見守り）・送迎・給食 ○入浴及び健康状態の確認、生活指導 ○個別機能訓練プログラム・レクリエーション ○口腔機能向上プログラム

実費負担（徴収する項目ごとに記載）		
	○ 1割負担分	○ 2割負担分
（要支援1）	1766円	3531円
（要支援2）	3621円	7241円
○サービス提供加算Ⅱ	7円	13円
（要支援1）	26円	52円
（要支援2）	52円	103円
○処遇改善加算Ⅰ	所定単位数の40／1000	所定単位数の40／1000
○食費負担	750円	750円
○運動器機能向上加算	242円（1月につき）	483円（1月につき）
○口腔機能向上加算	161円	322円

事業実施日数、提供時間			
○事業実施日数	週7日	○提供時間	9：30～16：35

職員体制	
管理者	1名（常勤兼務）
生活相談員	3名（介護福祉士等、常勤兼務）
看護職員	5名（非常勤兼務）
介護職員	介護福祉士等（常勤兼務5名・非常勤専従9名）
機能訓練指導員	（看護師5名 非常勤兼務）
調理員	非常勤9名
運転手	非常勤8名

目標
<p>個々の状況、ニーズを把握し自立支援を目的として取り組んでいきます。</p> <p>地域で安心して暮らして行けるよう心身機能の維持、向上を図るため運動器向上トレーニング、口腔ケアを実施。また、歩行訓練、万歩計プログラムを実施していきます。</p> <p>生きがい作り、生活の中に楽しみが見出せるようアクティビティ、脳活性トレーニング交流の場を提供していきます。</p> <p>認知症予防としても、運動+脳活トレーニングを取り入れていきます。</p>

その他（特徴的な取組、PR等）

- 散髪サービス
- 自己決定によるレクリエーション活動の充実（手芸、編み物、囲碁、将棋、工作）
- ボランティアによる活動の充実（麻雀、傾聴）
- 安全で美味しい食事の提供
- ふれあい週間（ボランティアによる楽器演奏等）
- 季節感をイメージしたイベント（夏祭り、敬老祭、クリスマス、お正月等）
- 音楽療法の実施
- 酸素療法など医療依存度の高い方の受入
- ホットパックなど、医療機器の積極的な活用
- 近隣幼稚園、小学生、中学生との交流
- 体操の充実（ロコモ・玄米体操）
- マシン4台を使用する運動器向上プログラムの提供
- 口腔ケア、軽体操、脳活プログラム、歩行訓練など、個々のニーズに合わせたプログラムの提供

利用者目標（延べ人数／単位：人）

4月	5月	6月	7月	8月	9月
90	93	90	93	93	90
10月	11月	12月	1月	2月	3月
93	90	84	84	84	90

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）

（目標）

- ・地域住民に、高齢者だけでなく子育て、障害についても相談できる場でもある、という認識を深めてもらいます。

（具体的な計画）

- ・区や地区社協等と協力しながら、「ダブルケア」と呼ばれている世代へケアプラザの普及啓発を行います（12月に西部地区社協で行われる「福祉のつどい」に提案をしていきます）。
- ・福祉サービスを必要とする当事者だけでなく、家族世帯との接点を強めます。（例：高齢者の子どもである中年世代など）
- ・イベントなど大勢の来館者が来る機会にはケアプラザの普及啓発チラシを配布していきます。

2 地域活動交流部門・地域包括支援センターの連携

（目標）

- ・5職種での情報共有を密に行い、それぞれの専門性を活かした事業を開催していきます。また、5職種で地域ケア会議を計画していきます。

（具体的な計画）

- ・全部署+所長を交えた毎月のミーティングを開催し、情報交換と事業検討を行います。また生活支援+包括でのケース検討会議も毎月開催し、地域ニーズの把握に努めます。
- ・5職種で連携して地域のニーズにあった事業（「うたごえサロンメロディ」「認知症みかんカフェ」等）を行っていきます。

3 職員体制・育成

（目標）

- ・新人職員のスキルアップだけでなく、経験ある職員もフォローアップ研修に参加する。

（具体的な計画）

- ・今年度は困難事例として増加している精神疾患（統合失調症、パーソナル障害等）の研修に力を入れていきます。
- ・人権教育・啓発の取り組みについては、職員が参加した研修の内容を事業所内で共有します。

4 地域福祉のネットワーク構築

（目標）

- ・地域活動者から課題を抽出し、広く議論のできる仕組みを設定していきます。

（具体的な計画）

- ・運営協議会の場を活用し、課題の発見と解決に向けた議論を行います。平成28年度は「担い手づくり」をテーマにし、具体的な取り組みに結びつけます。
- ・地域で行われている福祉に関わる取り組みに見学、または参加して地域の人達の状況を知ります。
- ・今井地域ケアプラザエリアで、地域の身近な仕事（電球替え、雑草取り他）を行うボランティア団体を作ることを考えています。自主的に活動することを目指し、支援していきます。
- ・障がい児余暇支援事業「ほっとフレンズ」の開催やエリア別子育て支援連絡会、エリア別児童虐待防止連絡会に参加し、ネットワークの充実を図ります。

5 区行政との協働

(目標)

- ・完成した第3期「地域福祉保健計画」を元に、各地域が目指す姿の実現に向けた取組推進を支援していきます。

(具体的な計画)

- ・地域情報を把握し、支援チームとしての活用を進めます。また、チームでの打ち合わせなどにも積極的に参加します。
- ・3地域で行われている取組に積極的に参加します。保土ヶ谷西部地区は、今年度、小・中・高等学校との連携強化を目標に掲げました。ケアプラザも支援チームとして関わりを深めます。
- ・運営協議会等を活用して、地域情報を共有・分析したものを地域に向けて発信していきます。

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

(目標)

- ・地域住民が気軽に情報を得られるような広報活動を行っていきます。

(具体的な計画)

- ・今井地域ケアプラザのアメーバブログを実施します。地域住民がケアプラザの情報を得られるように、こまめに情報更新します。
- ・今井地域ケアプラザにチラシを配架するだけでは、子供達へ情報を届けられない可能性があります。小学校や中学校へ積極的に事業を告知し、事業ポスターを掲示してもらいます。
- ・のびのびくらぶ、リフレッシュ夜ヨガ等のサークル団体独自のチラシを配架し、メンバー増員の後方支援を行います。
- ・地域ニーズに合った事業を行う目的でケアプラザの来場者に適時アンケートを行い、意見を収集します。

2 福祉保健活動団体等が活動する場の提供

(目標)

- ・貸館利用者に働きかける一方、利用の効率化を図ります。
- ・夜間帯の部屋利用促進を図ります。

(具体的な計画)

- ・夜間帯に一回完結の高齢者及び中高年向けの自主事業（夏期1回限定男のうたごえサロン「メロディー」他）を企画し、今井地域ケアプラザに足を運んでもらうきっかけを作ります。
- ・「第2回地域、カレーで集う」を開催し、サークルメンバーの増員を図ります。また、「カレーパンを作ろう」に参加した地域住民に、パン作りと販売を運営して頂きます。
- ・今井地域ケアプラザの登録団体を紹介する冊子を作ります。

3 自主企画事業

(目標)

- ・子ども向け事業の充実を図ります。
- ・地域の担い手を発掘する事業を実施していきます。

(具体的な計画)

- ・既存の子供向け事業（今井の親子教室、ひよこ組、ひよこ組リトミック、ひよこ組人形劇等）の参加人数を前年度より増やし、各事業を活気づけます。

- ・新規の子供向け事業（「将棋教室」他）を実施します。また、将棋教室では男性ボランティアの募集をし、地域の子供達の先生として、将棋と挨拶の指導をお願いします。
- ・前年度のこども学習支援事業の成果をもとにして、今年度は漢字練習だけでなく計算練習もふやし、内容の拡充をします。将来的には、地域の高齢者に講師をお願いします、地域の担い手を育成します。

4 ボランティアの育成及びコーディネート

（目標）

- ・地域住民のボランティア活動の場を広げる自主事業を実施します。
- ・ケアプラザから離れた地域へ、講師や演者として活動サークル団体を派遣します。
（具体的な計画）
- ・「第2回地域、カレーで集う」のカレーパン販売のコーナーでは、自主事業「カレーパンを作ろう」で募った地域住民にパン作りと販売を依頼し、地域の担い手候補となるよう働きかけます。
- ・権太坂境木地区へ、今井地域ケアプラザに登録されている活動サークル団体に活動の実施や講演を依頼します。（「今井マジッククラブ」他）。

地域包括支援センター

1 総合相談・支援

総合相談

（目標）

- ・相談数・内容を地域ごとに分析して事業立案や地域住民が自分たちの現状を把握できるように伝えていきます。
- （具体的な計画）
- ・毎月の相談ケースを、町名・相談内容などで集計し分析していきます。分析した結果は運営協議会や地域での会合で、地域住民へ伝えます。また、相談分析によって事業立案を行います（例：地域サロンの立ち上げなど）

地域包括支援ネットワークの構築

（目標）

- ・医療と介護の連携会議へ新しい地域関係者の加入を目指します。
- ・生活支援コーディネーターと連携し、地域資源の把握に努めます。
- （具体的な計画）
- ・3カ月に1回のペースで医療と介護の連携会議を開催します。未参加の地域の福祉事業所にも積極的に声をかけていきます。今年度は民生委員、薬剤師、歯科医師などの加入を目指します。
- ・連携した事業所と、医療講座や介護スキルなどの合同事業の取り組みを具体化する話し合いの場を作ります。

実態把握

（目標）

- ・地域の実情を、データ収集と活動者との会議の双方から聞ける仕組みを作ります。
- （具体的な計画）
- ・毎月の相談表を地域ごとに分析していきます。
- ・運営協議会での“課題検討会議”で地域課題を抽出していきます。
- ・個別の地域ケア会議を3カ月ごとに開催し、年度末の包括域の地域ケア会議につな

げます。

2 権利擁護

権利擁護

(目標)

- ・地域住民に対して「成年後見制度」の言葉を知ってもらう機会を多く作っていきます。
- ・ケアマネジャーからの相談に迅速・適切に対応します。

(具体的な計画)

- ・地域の昼食会など、住民が集まる機会にクイズのような形で成年後見を伝えていきます。
- ・ケアマネジャー向けに「成年後見制度」に関する実務的な勉強会を開催します。
- ・相談が増加している、精神疾患について地域住民が学ぶ機会を設けます。
- ・権利擁護に関する講座を数回開催し、合計 100 人の参加を目指します。

高齢者虐待

(目標)

- ・病院をはじめ関係機関との連携を強めていきます。
- ・民生委員などの地域からの通報を迅速にキャッチします。

(具体的な計画)

- ・会議の開催や出席などによる、医療機関や民生委員との顔の見える関係作りを進め、情報共有と早期発見につなげます。

認知症

(目標)

- ・キャラバンメイトが関わりやすい企画を設定します。
- ・認知症当事者と家族が、認知症カフェへ参加しやすくなる仕掛けをしていきます。
- ・認知症カフェへ気軽に参加できるように働きかけます。

(具体的な計画)

- ・キャラバンメイトとの共催での事業を検討します。また、メイトの特技を活かした認知症カフェなどの活動ができるようにしていきます。
- ・認知症サポーターを 200 人増やします。
- ・認知症カフェでは「昔語り」「作業療法士から学ぶ認知症予防」など介護者も、当事者も参加しやすい内容を企画します。

3 介護予防マネジメント

介護予防ケアマネジメント力

(目標)

- ・要支援者が自ら介護予防に取り組めるように、介護予防の情報提供と、支援者のケアマネジメント力を高めます。

(具体的な計画)

- ・ケアマネ連絡会や多職種連携の場を活用し、介護予防に関する情報の発信と研修など行っていきます。
- ・ケース検討などを行いながら、ケアマネジメント力を向上させます。
- ・生活支援コーディネーターと協力し、地域のインフォーマルサービスなどの情報収集を実施します。

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

(目標)

- ・ 地域の実情に合わせた今井エリア独自の地域資源マップを作成し、住民やケアマネに地域情報を提供していきます。

(具体的な計画)

- ・ 包括3職種、生活支援コーディネーターと共に地域資源マップを上半期に作成します(医療機関や薬局等への訪問を実施)。情報更新について、地域の実情に応じて行います。
- ・ 7月には民生委員・ケアマネ連絡会において、「高齢者の食事確保」に関する話し合い、地域の配食サービスの試食会を行います。食だけに限らず、多問題を抱えるご利用者・家族の地域課題を抽出します(年に2回実施)。

医療・介護の連携推進支援

(目標)

- ・ 地域ケア会議には、協力医や地域の在宅医、ケースに応じて在宅医療相談室とも連携を図り、参加を促進します。

(具体的な計画)

- ・ 前年度に続き、「地域の医療・介護を考える会」(3カ月に1回)、区内7包括では、多職種連携連絡会(年に1回)を開催し、医療職、介護職が互いに連携を強化し、地域包括ケアシステム構築に向けて、支援を行っていきます。

ケアマネジャー支援

(目標)

- ・ 困難ケースに限らず、ケアマネへの相談支援を行います。希望に応じて、速やかな同行訪問、担当者会議の参加を実施します。
- ・ ケアマネの高齢者に対する介護予防の視点のもと、高齢者の自立を目指したケアマネジメントが行えるよう、スキルアップを目指した研修会等を行います。

(具体的な計画)

- ・ 地域のケアマネ事業所のケアマネを把握し、特に1人ケアマネ事業所においては、事業所訪問などで、相談支援を行います。
- ・ 居宅の主任ケアマネを対象として、資格更新時に必要な、スキルアップ研修を行います。(4月にはファシリテーター研修実施)。
- ・ ほどがやケアネットとの共催とし、認知症研修を行います。
- ・ 自殺未遂支援者研修(ゲートキーパー研修)を行政との共催で行います。
- ・ 精神疾患を抱えた方ケースも多く、その支援者研修を行います。
- ・ 主任ケアマネジャーと社会福祉士が共催して虐待事例研修会を実施します。
- ・ 昨年度に引き続き、新任ケアマネ研修を数日間実施します。また、多職種連携連絡会を行います。

多職種協働による地域包括支援ネットワーク

(目標)

- ・ 地域の多職種が連携して、「地域の医療・介護を考える会」、地域ケア会議を開催し、医療職、介護職が協力しやすい環境を整えます。

(具体的な計画)

- ・ 数ヶ月毎に、個別の地域ケア会議を実施し、地域課題を把握した上で、包括域での地域ケア会議に繋げていきます。ケースに応じて、地域の在宅医や在宅医療相談室の参加を促進していきます。

- ・「地域の医療・介護を考える会」開催後にアンケートを実施。次回の準備委員会において、地域課題および各専門職の抱える課題を抽出し、さらに多職種協働が行える基盤を作ります。

介護予防事業

介護予防事業

(目標)

- ・地域の活動グループに対し介護予防に関する情報提供と活動支援を行います。
- ・昨年立ち上げた「ケアプラザ事業サポーター」の活用を図り、介護予防活動をさらに充実させていきます。

(具体的な計画)

- ・介護予防グループや地域活動グループのリーダー及びボランティアのスキルアップ研修を行います。
- ・介護予防の内容に口腔ケア・栄養・認知症予防など様々なメニューを取り入れていきます。また、高齢者の注意する疾患予防のために、保土ケ谷区在宅医療相談室と協力し医療講座を行います。(10月眼科疾患)
- ・「ケアプラザ事業サポーター」と一緒に地域活動グループに出向き、介護予防事業を行います。
- ・生活支援コーディネーターと共に、地域活動グループのアセスメントと情報収集を行い、介護予防活動の啓発を行います。
- ・「きらり☆シニア塾」を区保健師と相談しながら5か所立ち上げます。

生活支援体制整備

ニーズ・資源の把握・分析、資源情報リストの作成

(目標)

- ・地域活動・サービスリスト作成にあたり、既存の情報を把握し分析します。
- ・新たな資源開発のため地域アセスメントを実施します。
- ・エリアの将来の高齢化予測を伝えるため、インパクトのある資料を作成します。

(具体的な計画)

- ・自治会、民児協、サロン、自主サークルなどの定例会や打ち合わせ等に積極的に参加します。
- ・定例会や打ち合わせ参加時にアンケートを実施します。
- ・地域活動・サービスリストは内部向け、外部向けの2パターンで資料を作成します。
- ・今井地域ケアプラザ独自の地域マップの作成や、住民アンケートを行います。
- ・地域住民に向け、エリア別の高齢化率など分かりやすい掲示物を上半期に作成します。

圏域レベルの協議体の設置・開催

(目標)

- ・区役所、区社協支援のもと協議体構築メンバーの検討を行います。
- ・「協議体」を設置します。

(具体的な計画)

- ・協議体メンバーとなる自治会、NPO法人、社会福祉法人、社会福祉協議会、共同組合、民間企業、ボランティア団体、シルバー人材センター等に出かけて行き参加を促していきます。
- ・年度末までに協議体を一回以上開催します。

圏域レベルの目標・取組事項の設定

(目標)

- ・区役所、区社協と協力し支援者や住民等へ現状や課題を説明し、意見交換を行い目標や取組事項を策定します。

(具体的な計画)

- ・把握している支援ニーズ、地域活動、情報を整理し、区役所、区社協へ提供し共有します。
- ・毎月、区役所、区社協、7ケアプラザの連絡会に出席します。
- ・「協議体」の場で、支援者等と協議を重ね生活支援事業の目標、取組事項を設定します。

具体的な取組事項への着手

(目標)

- ・生活支援や介護予防を充実するため、地域交流や包括と自主事業を共催します。
- ・部署間の情報共有とスムーズな連携を図ります。

(具体的な計画)

- ・包括と協力して、地域ケア会議を開催します。
- ・生活支援や介護予防に関する自主事業を開催します。
- ・毎月、所長、包括、交流、生活と会議を開催します。

平成28年度 地域ケアプラザ収支予算書

施設名: 今井地域ケアプラザ

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	生活支援
			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	14,441	28,713	151					5,789
	介護保険収入				12,000	12,378	94,212	4,566	
	その他						2,068		
	利用者等外給食費 収益						2,040		
	自動販売機販売手 数料						28		
	収入合計(A)	14,441	28,713	151	12,000	12,378	96,280	4,566	5,789
支出	人件費	10,152	25,380			11,811	56,141		5,480
	事務費	650	577			891	6,073		
	事業費	752	1,130	151		71	4,908		309
	管理費	6,474	1,626			712	6,410		
	その他				7,261		2,040		
	利用者等外給食費						2,040		
	介護予防委託費				7,261				
	支出合計(B)	18,028	28,713	151	7,261	13,485	75,572		5,789
	収支 (A) - (B)	-3,587	0	0	4,739	-1,107	20,708	4,566	0

※ 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様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 自主事業収支計画書

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
リビングひよこ組	乳幼児	5,000	0	0	0	5,000	0
	300人						
	0円						
リビングひよこ組 「親子で遊ぼうリズム」	乳幼児	45,000	0	45,000	45,000	0	0
	25人×6回						
	300円						
リビングひよこ組 「ベビーマッサージ」	乳幼児	15,000	0	2,000	15,000	0	0
	10人×2回						
	100円						
のびのびくらぶ	乳幼児	0	0	0	0	0	0
	10人×2回						
	0円						
レコードカフェ	地域	48,000	0	48,000	0	48,000	0
	20人×12回						
	200円						
うたごえサロン「メロディ」	高齢者	168,000	0	144,000	96,000	72,000	0
	60人×12回						
	200円						
水彩スケッチクラブ	地域	52,000	0	36,000	40,000	12,000	0
	15人×12回						
	200円						
ふれあい週間	その他	40,000	0	0	40,000	0	0
	700人						
	0円						
ほどがや語りべ企画	地域	2,000	0	0	2,000	0	0
	30人×2回予定						
	0円						
夏休みの工作教室	子ども	5,000	0	5,000	0	5,000	0
	10人×1回						
	500円						
夏休みの木工教室	子ども	3,000	0	3,000	0	3,000	0
	10人×1回						
	300円						
今井地区センター・今井ケア プラザ合同 今井こども夏まつり	地域	0	0	0	0	0	0
	200人						
	0円						

事業ごとに別紙に記載してください。

平成28年度 自主事業収支計画書

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
子育てママのストレッチ& 筋力アップ講座	乳幼児	35,000	0	30,000	30,000	0	5,000
	15人×4回						
	500円						
ほっとフレンズ 2016夏	障がい者	0	0	0	0	0	0
	20人						
	0円						
リビングひよこ組「人形劇」	乳幼児	20,000	0	0	20,000	0	0
	20人×2回						
	0円						
リビングひよこ組 「クリスマスパーティー」	乳幼児	0	0	0	0	0	0
	20人						
	0円						
今井地区センター・今井地域 ケアプラザまつり	地域	0	0	0	0	0	0
	200人						
	0円						
今井のおやこ教室	障がい者	120,000	0	0	120,000	0	0
	10人×12回						
	0円						
ボランティア懇親会	地域	20,000	0	0	0	20,000	0
	30人						
	0円						
ほっとフレンズ 2017春	障害者	0	0	0	0	0	0
	20人						
	0円						
リビングひよこ組「ハロウィン パーティー」	乳幼児	2,000	0	2,000	0	2,000	0
	20人						
	100円						
広いお部屋でかるがもキッズ さんと遊ぼう	乳幼児	0	0	0	0	0	0
	20人						
	0円						
第2回 地域、カレーで集う	地域	10,000	0	0	0	10,000	0
	250人						
	0円						
認知症サポーター養成講座	地域	0	0	0	0	0	0
	250人						
	0円						

事業ごとに別紙に記載してください。

平成28年度 自主事業収支計画書

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
認知症カフェ	高齢者	6,000	0	0	0	0	6,000
	10人×12回						
	0円						
認知症トーク	地域	0	0	0	0	0	0
	30人						
	0円						
遺言・相続の基礎知識	高齢者	0	0	0	0	0	0
	10人×1回						
	0円						
権利擁護事業	高齢者	12,000	0	0	12,000	0	0
	20人×1回						
	0円						
精神疾患の基本を学ぶ	地域	30,000	0	0	30,000	0	0
	30人						
	0円						
出張介護予防	高齢者	0	0	0	0	0	0
	15人×12回						
	0円						
元気脳づくり みんなで脳トレ 100連発	高齢者	12,000	0	0	12,000	0	0
	20人×12回						
	0円						
社交ダンス・Let'sダンス	地域	3,000	0	0	3,000	0	0
	25人×3回						
	0円						
春のノルデックウォーキング	地域	15,000	0	0	15,000	0	0
	25人×1回						
	0円						
初夏のノルデックウォーキング	地域	30,000	0	0	30,000	0	0
	25人×2回						
	0円						
コグニサイズ	高齢者	15,000	0	0	15,000	0	0
	25人×1回						
	0円						
介護予防教室	高齢者	114,000	0	0	104,000	10,000	0
	25人×10回						
	0円						

事業ごとに別紙に記載してください。

平成28年度 自主事業収支計画書

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
医療講座	高齢者	60,000	0	0	60,000	0	0
	30人×2回						
	0円						
認知症予防講座	高齢者	14,000	0	0	14,000	0	0
	20人×2回						
	0円						
介護予防リーダー・ボランティア育成講座	高齢者	37,000	0	0	37,000	0	0
	25人×3回						
	0円						
ダーツカフェ	地域	25,000	0	7,500	15,000	10,000	0
	15人×5回						
	100円						

事業ごとに別紙に記載してください。

平成28年度 自主事業計画書

横浜市今井地域ケアプラザ

事業名	目的・内容等	実施時期・回数
リビングひよこ組	<p>【目的】未就園児を持つ親子を対象に、気軽に立ち寄って交流を図る場とする。親同士の情報交換をはじめ、ケアプラザや区の情報に接する機会にもなる。</p> <p>【内容】ボラティアルームをプレイルームとして開放し、おもちゃや人形等を用意。ケアプラザや区をはじめ、乳幼児向けの各種情報を提供、子育ての相談窓口としても機能している。「かるがもキッズ」、「ももいろたんぼぼ」といったボランティアグループに運営協力をお願いしている。</p>	毎月第1・4月曜日 (祝祭日を除く)

事業名	目的・内容	実施時期・回数
リビングひよこ組「親子で遊ぼうリトミック」	<p>【目的】未就園児を持つ親子が、音楽を通じて触れ合いを持ち、地域の仲間をつくるきっかけとして実施。子育てのストレス解消にも役立ててもらおう。</p> <p>【内容】講師の指導によって、親子が一緒になってリミック（音楽療法）に取り組む。親子のスキンシップとともに地域の人同士が交流を図る。</p>	4～6月・3回 9～11月・3回

事業名	目的・内容	実施時期・回数
リビングひよこ組「ベビーマッサージ」	<p>【目的】乳幼児の母親に、マッサージを行う手法を学んでもらう。また、親子のスキンシップの機会を増やし、乳幼児の情緒の安定を図る。</p> <p>【内容】マッサージを行うための注意をはじめ、その効果について説明。実技とお母さんへのハンドマッサージを実施。</p>	6月・2回

事業名	目的・内容	実施時期・回数
のびのびくらぶ	<p>【目的】現役お母さんたちの地域活動の場になることと同時に、その担い手を育成する。</p> <p>【内容】現役のお母さん同士が集まり、地域に向けた講座を企画していく。ケアプラザは、予約受付・情報発信・部屋貸しなど後方支援の役割を担う。</p>	年2回

平成28年度 自主事業計画書

横浜市今井地域ケアプラザ

事業名	目的・内容等	実施時期・回数
レコードカフェ	<p>【目的】レコード鑑賞を通じて、地域住民が交流できる場を提供。ケアプラザの新規利用者（特に男性）を開拓。</p> <p>【内容】レコードを用意してコーヒー、紅茶などが飲めるレコードカフェを月に1回開催。当日作業は、運営委員会（地域ボランティアで構成）が担当。</p>	原則毎月第2月曜日 通年・12回

事業名	目的・内容	実施時期・回数
うたごえサロン 「メロディ」	<p>【目的】大声で歌い、健康増進を図る。また、歌の楽しさを感じてもらい、参加者同士の交流の場とする。</p> <p>【内容】アコーディオン奏者の講師に依頼し、昭和の歌や童謡などを参加者全員で歌う。講師に対して、次回開催時のリクエストを行うことも可能。</p>	原則毎月第2金曜日 通年・12回

事業名	目的・内容	実施時期・回数
水彩スケッチクラブ	<p>【目的】地域に幅広い年齢層の方に、ケアプラザを利用してもらう”きっかけ”事業。参加者同士が交流を深めながら、他団体・サークルへの参加を促す。</p> <p>【内容】水彩画に精通した講師にアドバイスをいただきながら、花や果物などを自由に描いてもらう。最後には、参加者がそれぞれの作品を批評しあう。また、作り上げた作品はケアプラザまつりで館内掲示を行う。</p>	原則毎月第2土曜日 通年・12回

事業名	目的・内容	実施時期・回数
ふれあい週間	<p>【目的】ケアプラザに登録して活動している自主活動団体・サークルが、デイサービスで日頃の活動成果を披露してもらおう。また、デイサービスご利用者と交流を図る。</p> <p>【内容】年に3回、デイサービスにおいて自主活動団体・サークルに日頃の成果を披露してもらおう。5月「ふれあい週間」、9月「敬老の日ふれあい週間」、12月「クリスマスふれあい週間」としてご利用者と交流を図る。</p>	通期・21回

平成28年度 自主事業計画書

横浜市今井地域ケアプラザ

事業名	目的・内容等	実施時期・回数
ほどがや語りべ 企画	【目的】「ほどがや語りべ集」の編集に関わった方々と企画から運営を一緒に行い、語りべ集に載っているポイントを中心にウォーキングしながら、まちの魅力を再発見するとともに、地域の方々への交流を図る。仏向地域ケアプラザと共催事業。	年2回予定

事業名	目的・内容	実施時期・回数
夏休みの工作教室	【目的】男性ボランティアの活動の場、及び、地域の男性と小学生の交流の場として設定。 【内容】男性ボランティアグループによる電子オルゴール作りの講座。	7月・1回

事業名	目的・内容	実施時期・回数
夏休みの木工教室	【目的】男性ボランティアの活動の場、及び、地域の男性と小学生の交流の場として設定。 【内容】地域のボランティアグループによる工作教室。	8月・1回

事業名	目的・内容	実施時期・回数
今井地区センター・ケアプラザ合同 今井こども夏まつり	【目的】地域のだれもが利用できることをアピールするために、地区センターと合同でお祭りを開催。同時に登録ボランティアグループの活動の場を設定する。 【内容】ボランティア団体による飲食販売、ケアプラザ利用団体による活動発表。	7月・1回

平成28年度 自主事業計画書

横浜市今井地域ケアプラザ

事業名	目的・内容等	実施時期・回数
子育てママのストレッチ&筋力アップ講座	<p>【目的】 普段の子育てで疲れた筋肉をほぐして気分のリフレッシュを図る。未就園児の親子を対象にした事業を多く実施してきたが、幼稚園児の母親も参加できる事業を企画することで、新規利用者の参加を促す。</p> <p>【内容】 講師の指導の下、ストレッチ体操と簡単な筋アップ運動を実施。</p>	7、8月・4回

事業名	目的・内容	実施時期・回数
ほっとフレンズ 2016夏	<p>【目的】 ① 普段は、学校と家庭の往復になりがちな障がい児に、「新たな出会いの場」「生活経験を拡大できる場」「充実したひと時を過ごせる活動の場」を提供する。② 障がい児を抱えた家族のレスパイトを図る。③ 障がい理解のある地域のボランティア・学生ボランティアの育成を図る。④ 関係諸学校及び団体との協力関係を深め、区内の地域ケアプラザが、障がい児の支援における地域ネットワークの一員となるように継続的に努める。</p> <p>【内容】 区内障がい児者関係機関と連携し、ほっとフレンズ実行委員会により、夏祭りを開催する。</p>	8月・1回

事業名	目的・内容	実施時期・回数
リビングひよこ組「人形劇」	<p>【目的】 乳幼児の親子を対象に人形劇を見てもらい、母親の読み聞かせなどへ興味を持ってもらう。</p> <p>【内容】 ボランティアサークル「はなます」に依頼し、人形劇・手遊び・エプロンシアターなどを行う。</p>	9、3月・2回

事業名	目的・内容	実施時期・回数
リビングひよこ組「クリスマスパーティー」	<p>【目的】 親子でクリスマスを楽しむ交流の場。同時に、地域住民にボランティアとして参加してもらい、異世代交流を図る。</p> <p>【内容】 男性ボランティアにとるサンタが登場し、持寄ったプレゼント交換を行う。最後に、ボランティアによる読み聞かせを行った。</p>	12月・1回

平成28年度 自主事業計画書

横浜市今井地域ケアプラザ

事業名	目的・内容等	実施時期・回数
今井地区センター・今井地域ケアプラザまつり	<p>【目的】地域のだれもが利用できることをアピールするために、地区センターと合同でお祭りを開催。同時に登録ボランティアグループの活躍の場を設定する。</p> <p>【内容】活動団体によるカレーや パン、ゼリー、木工工作の販売。ケアプラザとして、健康チェックのブースを設けて体力測定などを実施。</p>	11月・2回

事業名	目的・内容	実施時期・回数
今井のおやこ教室	<p>【目的】発達障がい児に対する親の関わり方を学んでもらう。身近な地域で支援される仕組みを設定し、地域で見守られて育つことを目的とする。</p> <p>【内容】開催日は、原則毎月第4木曜日、9:30~11:00で実施。講師は、特別支援教育士の有富正子先生。音と音楽で関わり、こころと身体の発達を促す。</p>	通期・12回

事業名	目的・内容	実施時期・回数
ボランティア懇親会	<p>【目的】ケアプラザで活動しているボランティアに感謝の気持ちを伝えるとともに、参加者同士の交流を図る。</p> <p>【内容】参加者による自己紹介と活動発表。ミニコンサートとお茶会を行う。</p>	3月・1回

事業名	目的・内容	実施時期・回数
ほっとフレンズ 2017春	<p>【目的】① 普段は、学校と家庭の往復になりがちな障がい児に、「新たな出会いの場」「生活経験を拡大できる場」「充実したひと時を過ごせる活動の場」を提供する。② 障がい児を抱えた家族のレスパイトを図る。③ 障がい理解のある地域のボランティア・学生ボランティアの育成を図る。④ 関係諸学校及び団体との協力関係を深め、区内の地域ケアプラザが、障がい児の支援における地域ネットワークの一員となるように継続的に努める。</p> <p>【内容】区内障がい児者関係機関と連携し、ほっとフレンズ実行委員会で余暇プログラムを企画し、春祭りを実施する。</p>	3月・1回

平成28年度 自主事業計画書

横浜市今井地域ケアプラザ

事業名	目的・内容等	実施時期・回数
リビングひよこ組 「ハロウィンパーティー」	【目的】 親子でクリスマスを楽しむ交流の場。また、地域住民にボランティアとして参加してもらい、異世代交流を図る。 【内容】 集合写真、親子写真撮影。デイサービス高齢者に仮装を披露し、お菓子をもらい交流。ボランティアによる読み聞かせと、ランチ交流会。	10月・1回

事業名	目的・内容	実施時期・回数
広いお部屋でかるがもキッズさんと遊ぼう	【目的】 雨の多い季節に向けて、室内で体を動かせる遊びを楽しむ。 【内容】 「かるがもキッズ」さんの協力を得て、手遊び、歌あそびのほか、お遊戯やダンスなど、体全体を動かせるレクリエーションを楽しむ。	6月・1回

事業名	目的・内容	実施時期・回数
第2回地域、カレーで集う	【目的】 イベントを開催することで、より多くの地域住民に、ケアプラザ活動団体を知ってもらい、また、新規メンバーの獲得につなげてもらう。 【内容】 ケアプラザ活動団体によるカレーの販売。また、販売と同時に活動内容のPRの場とする。	6月・1回

事業名	目的・内容	実施時期・回数
認知症サポーター養成講座	【目的】 認知症について学び、地域で認知症の理解者を増やす。 【内容】 エリア内の各団体に開催を呼び掛ける。キャラバンメイトと共同で開催をする。	依頼など必要に応じて随時開催

平成28年度 自主事業計画書

横浜市今井地域ケアプラザ

事業名	目的・内容等	実施時期・回数
認知症カフェ	【目的】 認知症の人も、認知症でない人（介護者含む）も双方が交流できる場を設定し社会参加の場にする。 【内容】 お茶やコーヒーを飲みながら交流する時間を設定。	毎月開催

事業名	目的・内容	実施時期・回数
認知症トーク	【目的】 地域住民、NPO、民生委員、NPO、キャラバンメイト、地域の駐在所、福祉事業者などの多職種で認知症について話し合い、認知症について考えるきっかけとする。 【内容】 ①認知症の現状について ②認知症予防 ③介護者の実体験の話 ④ワールドカフェ	3月・1回

事業名	目的・内容	実施時期・回数
遺言・相続の基礎知識（相談会）	【目的】 遺言・相続について学び今後の備えにつなげる。 【内容】 弁護士、司法書士などを招き、遺言・相続に関する相談会を行う。	12月・1回

事業名	目的・内容	実施時期・回数
権利擁護事業	【目的】 成年後見制度についての普及を行う。 【内容】 専任の講師を招き、講演会形式で開催する。	10月・1回

平成28年度 自主事業計画書

横浜市今井地域ケアプラザ

事業名	目的・内容等	実施時期・回数
精神疾患の基本を学ぶ	<p>【目的】 精神疾患について学び、地域での理解を広げる。</p> <p>【内容】 精神科医などの専門医から統合失調症などについて学ぶ。</p>	1月・1回

出張介護予防	<p>【目的】 地域の活動拠点等に出向いて、介護予防の講座をおこなひ、幅広く対象者に介護予防のポイントを知ってもらう。</p> <p>【内容】 地域の集会や老人会等を訪問し、CPを利用しづらい方達と交流する機会を作ることを目的とする。地域の問題やニーズを探る一方、介護予防の体操指導や、保健師による健康情報の提供などを行い介護予防につなげる。</p>	通年・12回
--------	---	--------

元気脳づくり	<p>【目的】 各自の認知症予防と閉じこもり予防が目的。また、地域で活動しているグループに対する情報提供の場。認知症予防のためのメニューを今井ケアプラザや参加者同志で話し合いながら行う。</p> <p>【内容】 認知症予防のためのメニューを今井ケアプラザや参加者同志で話し合い、情報を持ち合いながら行う。</p>	毎月1回
--------	--	------

事業名	目的・内容	実施時期・回数
社交ダンス, Let's ダンス	<p>【目的】 社交ダンスを用いて、ロコモ予防と認知症予防をおこなう。</p> <p>【内容】 ロコモ予防・認知症予防の1つとして、地域住民にを知ってもらひ、介護予防の一つとして活用してもらおう。</p>	4～6月・3回

平成28年度 自主事業計画書

横浜市今井地域ケアプラザ

事業名	目的・内容等	実施時期・回数
春のノルデックウォーキング	【目的】 初心者向けノルデックウォーキング講座を開催し、介護予防の1つとして活用してもらおう。 【内容】 ノルデックウォーキングを体験し健康維持の1つとして、地域住民や地域で活用してもらおう。	4月・1回

事業名	目的・内容	実施時期・回数
初夏のノルデックウォーキング	【目的】 初心者向けノルデックウォーキング講座を開催し、介護予防の1つとして活用してもらおう。 【内容】 ケアプラザから離れたコミュニティハウスで。ノルデックウォーキング講座を体験してもらおうことで、近場での健康維持に活用してもらおう。	6月・2回

事業名	目的・内容	実施時期・回数
コグニサイズ	【目的】 コグニサイズを用いて、認知症予防をおこなう。 【内容】 認知症予防の1つとして、地域住民や地域で活動しているリーダーにコグニサイズを知ってもらい、活用してもらおう。	10月・1回

事業名	目的・内容	実施時期・回数
介護予防教室	【目的】 介護予防のポイントを知ってもらい、健康維持・増進の生活を送ってもらおう。 【内容】 運動、栄養、口腔などに関する講師による講座。	5月～12月・10回

平成28年度 自主事業計画書

横浜市今井地域ケアプラザ

事業名	目的・内容等	実施時期・回数
医療講座	【目的】 健康生活のため、病気に関する知識を知り、今後の生活に役だててもらおう。 【内容】 高齢者特有の疾患や、認知症などに関する講師による講座。	10、12月・2回

事業名	目的・内容	実施時期・回数
認知症予防講座	【目的】 介護予防のポイントを知ってもらい、健康維持・増進の生活を送ってもらおう。 【内容】 シナプソロジーやコグニサイズの講師による講座を行う。	10、2月・2回

事業名	目的・内容	実施時期・回数
介護予防リーダー・ボランティア育成・支援講座	【目的】 介護予防のポイントを知ってもらい、健康維持・増進の生活を送ってもらおう。 【内容】 運動、栄養、口腔などに関する講師による講座。	8、11、3月・年3回

事業名	目的・内容	実施時期・回数
ダーツカフェ	【目的】 認知症予防の1つであるダーツを利用し、認知症予防と閉じこもり予防を行う。 【内容】 ダーツの講師に来てもらい、ダーツのやり方を学ぶ。コーヒーなど飲みながら、コミュニケーションを図る。	7月～3月・5回