

平成20年度下半期 元町地区介護予防調整会議の報告

※介護予防調整会議とは？ 一口メモ(14) 参照

平成20年10月21日(火) 15:00~16:00 元町会館2階

出席者 25名 (うち、東区保健福祉課1名 第2包括1名 東区社協1名)

議題1. 平成20年度上半期介護予防活動状況の報告

2. 平成20年度下半期介護予防活動予定

3. 元町地区の介護予防の取り組みについて

①あらためて「介護予防とは」

②介護予防の取り組みとして何ができるか(グループワーク)

介護予防活動について

- 今年度から出張相談を毎週金曜14~16時元町会館(まちセン)で始めましたが、電話相談が1件(結果:訪問) 職員の健康相談1件。(町内回覧で2回お知らせしたが、周知不足か? ニーズがないか?)
- 上半期で「すこやか倶楽部・転倒予防教室」の1回平均参加者が昨年度を上回っています。民生委員さんの紹介、回覧板の効果がありませんでした。
- 転倒予防教室の国保連から借用した健康測定機器の使用が好評でした。
- 講師を招いた教室、地域関係機関・専門職と連携した教室を開催。
- 高齢者サロン「サロンもとむら」、老人クラブ「めぐみ友愛会」の毎月健康相談を開始しました。
- 元町まちづくり協議会の高齢者及び福祉部会の委員として参加しています。
- コープさっぽろ「ふれあいサロン」と連携協力しています。

介護予防の取り組みを考えましょう

「介護予防」とは、要支援や要介護の状態になることを予防し、いつまでも元気で、自分らしく、いきいきと暮らしていくための手段です。

【4つのグループ発表から】

一人ではなく仲間と一緒に、身体も口も動かす。楽しく行う。

- ★ご近所さんが、見守り・声かけする
- ★家庭が円満であることも大事。家庭内で役割をもつこと。家族の励まし。
- ★虚弱高齢者の日常生活活動の状況を知ること。
- ★日常生活で毎日何かに取り組めること。
- ★老人クラブは仲良しクラブで、転入者など新規で入りづらい印象がある。
- ★すこやか倶楽部を元町会館で実施して欲しい。
- ★参加呼びかけは、回覧記入ではダメ! 声かけが必要。
- ★参加すると楽しいと感じてもらい、最初のきっかけづくりをする。
- ★困っている人に手伝いの声かけを続ける。
- ★介護に拒否のある方には、介護を受ける・介護予防することを伝える。
- ★「いこいの場、たまり場」、歩いていける距離の身近な場所づくり。
- ★足腰の筋力低下、気力低下、物忘れなど、読む・考える・調べる・字を書く事が減っている。歩くこと、頭を使うことが大事。
- ★明るく暮らすこと、笑いがあること。