

令和4年度第1回諫早市介護予防・日常生活支援推進会議意見集約

1. 日時：令和4年7月21日（木） 19:00~20:00
2. 場所：諫早市役所 本館5階 大会議室
3. 協議内容

（1）地域での介護予防活動のマンネリ化について

- ・いきいきサロンの活動がマンネリ化していることについては、世話人の考えであり、来ている人は毎回新鮮に感じていると思う。
- ・毎回同じことをすることを楽しみに参加されているというふうに感じている。
- ・参加者は毎回同じことをしているのを楽しみにしている。教室の参加者もそうだと思う。

（2）地域での介護予防活動の普及啓発について

- ・若い世代で時間があり、協力いただける人にフレイルのことを理解していただき、地域のために活動していただく。協力者にとっても長い目で見ると、自分にとっても地域にとっても利益になることを理解してもらって、若い世代がリーダーになっていく方向はどうか。
- ・男性の方で（介護予防教室等の）グループに入りたがらず支援ができない方もいるので、男性がすでに集まっている集団にアプローチする方法もあるのでは。
- ・リーダーの問題もあり、継続していくのが難しい。屋外で活動している団体に声をかけるなど、元気な人へ普及啓発して、リーダー見つけられないか。
- ・「自分たちが年をとっても通える場所を作っていこう」という（介護予防教室への）誘い方はどうか。10年後動けなくなることを見据えて教室へ引き込むのはどうか。
- ・介護予防教室に参加されてる方こそ、今後、サークルとかサロンとかの立ち上げにおいて大事な方になると思うので、若い方、元気な方に参加していただいて、フレイルの知識をしっかりと身につけていただくことが必要だと思う。

（3）移動支援について

- ・免許返納後は、ボランティアが助けている。若い人（免許返納していない方）が通院や買い物の有償ボランティアを検討してもらいたい。

(4) 語らん場

- ・語らん場については、老人会や民生委員など決まった人がでてくる。メンバーは出てこれる人で、出てこれない人が来れる方法がないか。語らん場開催の工夫として、開催場所を開けた所にする、場所を限定しない、ボランティアの存在が必要。
- ・語らん場も地区に歯科衛生士がいるので、助言している。気持ちを高める。
- ・語らん場はできる人がする、語らん場でいかに活性化させるか、意欲をもってあなたもしてみらんねという流れが大切。
- ・老人クラブの理事に、行事に担当をつけて経験させたら慣れると思う。役目を持たせることも必要ではないか。

(5) 活動支援について

- ・年2～3回活動支援することでさらに楽しさを感じるのでは。
- ・若い参加者もいるので、フレイルの意識をもってもらい、一緒に進めていき、一体感をつくって自分たちでするという意識を持ってもらうよう高めていくことが大切。