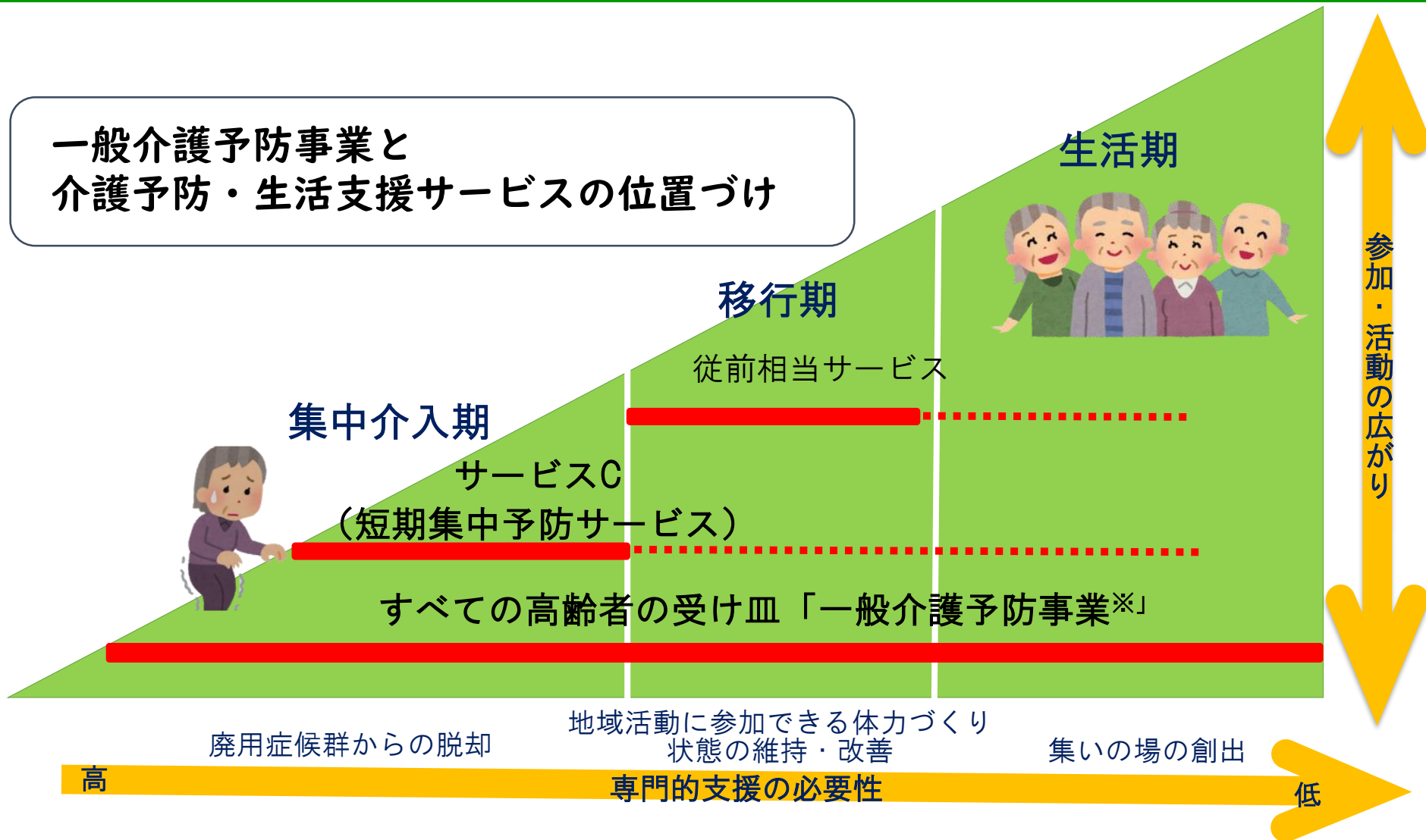


一般介護予防事業と
介護予防・生活支援サービスの位置づけ



※一般介護予防事業の主な事業

- ①介護予防(活動)把握事業 ②介護予防普及啓発・リーダー育成事業 ③地域介護予防活動支援事業 ④一般介護予防事業評価事業 ⑤地域リハビリテーション活動支援事業

介護予防教室・地域活動支援事業

【共通課題の解決に向けた事業展開】

- ① 介護予防を続けられる環境づくり
- ② 集いの場の立ち上げ・継続を支援

フレイル予防教室 20か所

・【4種類のプログラム×12か月間】

若返り体操教室 5か所

・【1種類のプログラム×12か月間】



近くの会場で、顔見知りの仲間と頑張ろう!

徒歩等

仲間も出来た。自分達だけでも続けていけそう!

1年間

専門職

筋トレ
脳トレ
手ばかり栄養
ロトレ
若返り体操



R5は

7か所が自主グループに移行

R4は
8か所

地域介護予防活動支援事業

① 動機づけ面談(市保健師)

・続けて介護予防に取り組むために、目的や効果を参加者と一緒に共有

② 専門職の派遣(必要時:年2~3回)

・歯科衛生士・理学療法士・作業療法士・管理栄養士など
・介護予防プログラムに沿って、90分程度の指導

③ 仲間が続けるためのフォロー

・介護予防サークル配付物品の活用
・市保健師・理学療法士が訪問や電話で活動を支援

④ 相談受付(市保健師)

・困りごとについては随時対応

自主グループ化への支援

- ① 1年を通じて仲間づくりを支援
- ② 参加者の自主性を引き出すための専門職による教室の運営方法の指導(会場準備、受付、準備体操、筋トレなど運動、整理体操、片付け)
- ③ 地域包括支援センターを中心とした活動しやすい環境づくりの調整

配付物品

- ・介護予防DVD
- ・介護予防のすゝめ(カード・拡大シート)

◆自主グループ化への支援に向けて 自主化促進加算（令和4年度～）を算定

- 教室終了後に**30分程度**、地域包括支援センターと自主化に向けた協議を行った場合、委託料に加算されます。

※R6年度は**6月**の教室より加算が算定されます。

介護予防教室開催 フレイル予防教室20会場・若返り体操教室5会場

4月の教室で体力測定、フレイル予防についての話（継続の重要性、仲間づくりの必要性など）、会場ごとのスローガン決定を実施し、参加者の自主化へ意向確認を行った。

自主化促進加算対象教室7会場

教室参加者の様子や自主グループ化への意欲、地域資源などを考慮し、包括・市で協議の上決定

6月の教室～加算算定（2,050円）

毎回の教室終了後30分間を活用し、担当事業所と地域包括支援センター、必要に応じて教室参加者が自主グループ化に向けた情報共有・協議を行う。協議した内容は報告書2枚目（自主化促進加算）に記載し、請求書と共に翌月10日までに提出。

自主グループ化における年間計画

6月～8月

9月～12月

1月～3月

動機づけ・仲間づくり

課題の発見と解決

自信の獲得

<目標>

・参加者がフレイル予防の必要性を理解し、習慣化するとともに、「教室終了後も自分達で活動を続けていく」ことに意欲をもつことができる

<支援の方向性>

・参加者が教室に楽しく参加できる
 ・参加者が介護予防を続けることの大切さを理解できる
 ・参加者が市のプログラムを自分の生活に取り入れて実践することができる
 ・参加者が教室運営の中で役割を担うことができる

引継ぎ
(事業所)

<目標>

・参加者が「地域で活動を続けていきたい」という思いのもと、役割を担って動くことができる

<支援の方向性>

・参加者が自主活動のイメージを具体的に持つことができる
 ・参加者が自分の役割を考えることができる
 ・参加者が課題を解決する方法を考えることができる
 ・地域の中で応援者(自治会長等)を作ることができる

引継ぎ
(事業所)

<目標>

・参加者を中心とした教室運営を行い、自分達で自主グループでの活動開始後の予行練習ができる

<支援の方向性>

・参加者が会場の設営、案内、準備体操、プログラム実施、片付けなどの運営を自分たちでできる
 ・参加者が教室の効果を自覚し、仲間と一緒に続けることに意欲をもつことができる

自主グループの活動開始

30分間の情報共有・協議

事業所、地域包括支援センター、参加者、地域住民
 ⇒必要に応じて参加してもらう

30分間の情報共有・協議