

令和6年度  
諫早市短期集中予防サービス  
(サービス・活動C) 実績報告

# 短期集中予防サービス（サービス・活動C）について

## 目的

生活機能が低下している者に対し、専門職が機能訓練や健康教育等を実施し、自立した生活の確立と自己実現の支援を行う。

- ・ 本人の「したい・出来るようになりたい」を大切にする
- ・ 地域の居場所につなぐ

## 対象

- ・ 基本チェックリストを実施し、生活機能が低下していると判断される者（事業対象者）
- ・ 要支援者（介護サービス未利用者）

## 内容

【期間】 3～6か月の短期間

【プログラム】 運動機能の向上、認知機能低下予防、栄養改善、口腔機能向上

【専門職】 理学療法士・作業療法士・管理栄養士・歯科衛生士

※利用にあたり、地域包括支援センター作成のケアプランが必要

# サービス・活動Cの概要

	訪問型	通所型
対象者	チェックリストに該当した要支援者で介護サービス未利用のもの または、介護予防・生活支援サービス事業対象者 ・体力の回復に向けた支援が必要なケース ・ADL・IADLの改善に向けた支援が必要なケース ※利用にあたり、地域包括支援センター作成のケアプランが必要	
内容	・運動器機能向上 ・認知機能低下予防 ・口腔機能向上 ・栄養改善	・運動器機能向上 ・認知機能低下予防
開催回数	1月あたり1～2回程度 ※計3回 （運動機能向上・認知機能低下予防 の通所型併用の場合 計2回）	1月あたり4～5回程度 3～6か月間の計12～24回
開催時間	1回あたり1時間程度	1回あたり2時間程度
実施責任者	理学療法士・作業療法士・管理栄養士・歯科衛生士 等	
実施担当者	理学療法士・作業療法士・管理栄養士・歯科衛生士 等	

組み合わせることが  
可能

## 利用者数の変化（R4年度～R6年度比較）

	運動機能 向上		認知機能 低下予防		栄養改善	口腔機能 向上	計		
	通所	訪問	通所	訪問	訪問	訪問		通所	訪問
R4	35	11	14	1	1	1	63	49	14
R5	69	17	31	2	0	6	125	100	25
R6	64	33	39	7	3	13	159	103	56

- ◎ 利用者総数は、R6年度はR4年度の2.5倍に増加  
 通所型は、2.1倍 ・ 訪問型では、4倍に増加  
 分野別では、口腔機能向上の利用が伸びている。

# 令和6年度サービス終了後の利用者の声

## 【身体面の変化】

- ・ 階段の昇り降りに自信がついた
- ・ 歩く時のふらつきが減った
- ・ 運動をして筋肉が付いたと思う
- ・ 瓶のふたが開けれるようになった
- ・ ご飯が前より食べられるようになった

## 【生活面の変化】

- ・ 毎日運動する習慣がついた
- ・ 唾液腺マッサージは今後も続けられそう
- ・ 自分の為に散歩を続けることができるようになった

## 【意識の変化】

- ・ 運動と口は関係してる
- ・ どれくらい食べると無理なく体重を増やせるか分かった
- ・ 毎日、規則正しい生活が続け、運動や栄養、交流などを続けて元気に過ごしたい

## 【活動性の変化】

- ・ 買い物やフレイル予防教室に行ったりで外出の機会が増えた
- ・ 旅行で沢山歩いたり、電車に乗って出かけることができた
- ・ 調理をするのがきつく無くなった。自分で調理して食べれるようになった。

# サービス・活動Cの必要性や効果をどのように伝えたらよいか

グループワークでの意見(周知面)	取組の状況
<p>◎工夫点</p> <ul style="list-style-type: none"><li>・ PR動画やチラシ を作成 (利用者の状態、心境の変化を入れる)</li><li>・ 高齢者の集う場に出向いて紹介する</li><li>・ 利用者の口コミ を伝える場 をつくる</li><li>・ 利用者の成功体験、写真 でPRする</li><li>・ サービス・活動Cの体験会 を実施する</li><li>・ 担当の専門職の顔写真付き資料を作成</li><li>・ 事業の効果を分析しPRする</li></ul>	<p>◎ R7年6月号フレイル予防を特集 (フレイルチェック、参加者の写真・声) ➡広報への意見</p> <ul style="list-style-type: none"><li>・ 年齢柄、興味深かった</li><li>・ 勉強になった。祖母に話してみます</li></ul> <p>◎ フレイル予防体操をケーブルTVのCM 枠で放送 (R7.2月諫早市議会中継の休憩時間を利用) ➡若い年代からも「やってみてるよ」との 反応があった。</p> <p>◎ 老人クラブ、サロン活動に卒業生をつなぐ ➡成功体験を語る場となり、新規申込み者に つながっている。</p> <p>◎ 活動Cを動画で撮影し紹介に活用 ➡具体的に様子がわかり、「楽しそう」「これなら できそう」「(男性の参加者を見て)自分も いってみようかな」につながっている。 6</p>