

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	<p>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</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・体力の回復に向けた支援が必要なケース</li> <li>・ADL・IADLの改善に向けた支援が必要なケース</li> </ul> <p>※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</p>	
内容	<ul style="list-style-type: none"> <li>・運動器機能向上</li> <li>・認知機能低下予防</li> <li>・口腔機能向上</li> <li>・栄養改善</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・運動器機能向上</li> <li>・認知機能低下予防</li> </ul> <p>組み合わせることが可能</p>
開催回数	<p>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)</p>	<p>1月あたり4～5回程度 3～6ヶ月間の計12～24回</p>
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	

## 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いる
- ・どれぐらい食べると無理なく体重を増やせるか分かった
- ・毎日、規則正しい生活を続け、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>