

# 活動成果報告書

令和5年度（第27回）「チヨダ地域保健推進賞」

活動テーマ 介護予防サポーター養成事業参加者数UP作戦 ～地域活動と社会参加に着目して～	
グループ名称・氏名(グループの場合は代表者名) 大和市役所 健康福祉部 健康づくり推進課 代表者：大久保 顕廣	
勤務先：大和市役所 所 属：健康福祉部 健康づくり推進課 所在地：〒242-8601 神奈川県大和市鶴間1-31-7 TEL：046-260-5803 FAX：046-260-1156	

## ◇活動方針

大和市は、介護予防と認知症を正しく理解する市民を増やし、サロン等なじみの場を地域に作る等介護予防の推進を図ることを目的に、平成20年度より市と地域包括支援センターが連携し医師、歯科医師をはじめとした多機関多職種と介護予防サポーター養成事業（以下、本事業）を実施している。

開始から16年経ち、本市の高齢者人口は約2万人増加、要介護認定者数も約2倍となった。さらに、新型コロナウイルス感染症の流行により、世界規模の非常事態を引き起こし、活動自粛や地域活動の制限により、身体活動量が減少している高齢者が非常に多いことが報告され、今後も要介護高齢者が増加する可能性が危惧されている。今回は、このような日常生活の変化の中での本事業の取り組みについて報告する。

## ◇活動内容とその成果

### （活動内容）

昨年は、地域包括支援センターと市が共に本事業の課題を整理し、今後の方向性を検討する課題整理調整会議を年11回行った。その結果を踏まえた令和5年度の本事業の内容は、以下の3つである。

- 1 担当者会議：本事業が円滑に実施できるよう地域包括支援センター担当者と、市職員を構成員とし、年12回の話し合いを行う。
- 2 介護予防サポーター講座：医師や歯科医師、歯科衛生士、管理栄養士等の専門職による6日間にわたる介護予防に関する講座を9か所の地域包括支援センターにて実施。受講者は、大和市介護予防サポーターとして登録する。

# 活動成果報告書

3 地域包括支援センター自主事業：地域包括支援センターが介護予防サポーターと共に地域の介護予防に資する活動を実施する。地域によって異なるが、「サロン」や「やまといきいき健康体操」の普及、健康遊具体験会の開催等を行っている（図1参照）。

課題整理調整会議の結果を踏まえ令和5年度より、介護予防サポーター講座のプログラム変更や、介護予防サポーターのフォローアップ（実践講座や交流会）等に取り組んでいる。

介護予防サポーター講座のプログラムの変更に関しては、6日間の講座内容に認知症条例や地域共生社会協議体といった新たな地域情報等を追加した。（表1参照）また、自己紹介やグループワークを多く取り入れる事で、サポーター同士のつながりを築きやすいよう工夫を行った。講座の参加者は、自分自身の為、家族の為等様々なきっかけで参加されているが、地域の課題を自分事として捉えられるよう、より社会参加を意識する内容へ変更した。

（活動成果）

## 1 担当者会議

担当者会議を実施し、介護予防サポーター講座の内容変更や、実践講座・交流会といった今後の取り組みの準備を行った。また、これまでの開催内容を振り返り、講座の際に意識していることやグループワークの際の工夫等を共有することでよりサポーター同士のつながりを築きやすいような講座内容を考えることができた。（図2参照）



図1：自主事業紹介チラシ

	内容	講師
1	心とからだの健康づくり 他	医師・保健師等
2	お口の健口づくり	歯科医師・歯科衛生士
3	健康体操・脳トレで健康づくり	地域包括支援センター職員
4	元気の源は食事から	管理栄養士
5	認知症サポーター養成講座※1	認知症キャラバンメイト
6	地域をみてみよう※2	地域包括支援センター職員

※1 認知症条例や地域共生社会について追加 ※2 協議体について追加

表1：6日間の講座内容



図2：担当者会議での情報共有

# 活動成果報告書

## 2 介護予防サポーター講座

9月から12月にわたり、9か所の地域包括支援センターにて計54回の講座を実施した。現在集計中であるが、参加者延べ人数は前年度より100名以上多くの方に参加いただくことができた。アンケートからは「皆様とお話できて、地域の方とつながりができて楽しかった」「グループワークで他の方のお話が聞けて良かった」と、講義形式に加えグループワークを多く取り入れた結果サポーター同士のつながりをつくることにつながった。

## 3 地域包括支援センター自主事業

地域で活動している介護予防サポーターへインタビューを行い、広報で特集記事を組み周知を行った(図3参照)。これにより、介護予防サポーター講座の受講を考えている方へのPRになっただけでなく、既存の介護予防サポーターや地域包括支援センター担当者のモチベーション向上にもつながったことが担当者会議の振り返りでわかった。

また、介護予防サポーター講座終了後地域包括支援センター担当者からのアプローチにより、新たに2つの自主活動グループが立ち上がり、9地域包括支援センターすべてで自主活動グループができた。介護予防サポーターとして活躍する場が増え、社会参加の機会創出につながった。

介護予防サポーター実践講座(以下、実践講座)に関しては、広報に加えチラシ(図4参照)で個別通知したことにより、予約開始から1週間で定員の100名に達した。定員に達した後も受講希望連絡を40件以上受けている。交流会の準備に関しては、地域包括支援センター担当者が主となって6月の開催に向け準備を進めている。

### ◇今後の計画

今後は、実践講座と交流会を計画している。実践講座は、介護予防サポーターを対象に、今までの講座の復習に加え今年度から追加となった新たな内容(認知症条例や地域共生、協議体等)を学ぶことで、介護予防サポーター活動へつなげる事を目的としている。今年度の受講予約状況からもニーズがあることがわかったため、次年度も継続して行っていく予定である。

また、交流会は介護予防サポーター同士の交流と、地域活動のモチベーションアップを目的とした活動報告会であり、各地域包括支援センターと調整し、令和6年度からの実施に向け準備を行っている。地域活動に興味のあるサポーターの掘り起こしを行い、社会参加に対するハードルを下げ、地域での活動につなげていきたい。



図3：広報の特集記事

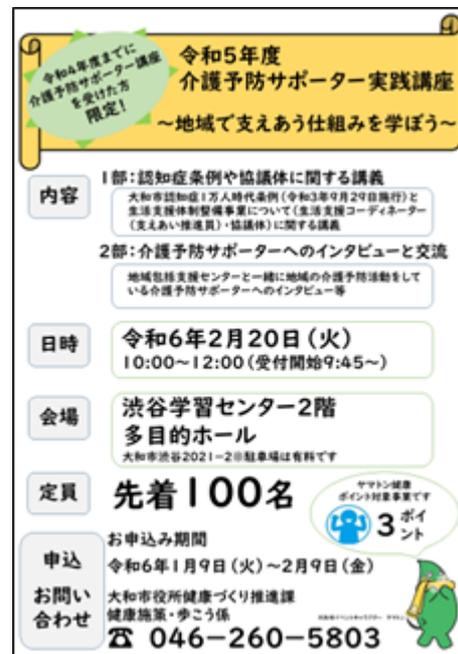


図4：介護予防サポーター実践講座チラシ