

介護予防を推進していくために 介護予防モデル事業を実施します

◆地域全体で支える介護予防

これからの介護予防は、人と人のつながりを通じて、参加者や通いの場が継続的に拡大していくような地域づくりを推進するとともに、地域において自立支援に役立つ取り組みを推進し、生きがい・役割をもって生活できる地域の実現を目指していく必要があります。

「自分でできることは自分でしたい」「ずっと家族と暮らしたい」「住み慣れた地域で生活したい」という思いを実現するためにも、介護予防の取り組みは大切です。

今年度、国の「地域づくりによる介護予防推進支援事業（町村における地域づくりを通じた効果

的・効率的な介護予防の取り組みが推進するよう支援を行なうことを目的とした国と県の事業」を活用して、町地域包括支援センターでは介護予防モデル事業を行います。

また、地域で介護予防を推進していただくリーダー養成として「介護予防サポーター養成講座」も実施しています。

介護予防モデル事業を実施するにあたり、「介護予防サポーター養成講座」参加者が住まれている地区（28行政区）の区長へ、事業実施について意向調査を実施しました。

モデル事業を希望された行政区について町地域包括支援センター

で協議検討の結果、2地区を候補地とし現地視察などを行いました。その結果、介護予防モデル地区には、乙女地区の田原区を選定しました。

◆介護予防モデル事業を実施

介護予防モデル事業は、週に1回2時間程度、約4か月間実施予定です。

介護予防モデル地区説明会を11月17日（火）の午後から田原公民館で実施し、14人の参加がありました。

広域アドバイザーの高知県中芸広域連合保健福祉課の廣末ゆか課長から「介護予防をすすめるために必要な運動方法」のご紹介、都道府県密着アドバイザーの九州看護福祉大学の福本久美子教授から「介護予防を継続して実施していくためのポイント」についてお話していただきました。



▲田原公民館で介護予防モデル事業について説明を受ける田原区民の皆さん

運動は、物を持つ、立つ、歩くなど日常生活で必要とされる動作に必要な筋力を向上させるため、おもりのついたバンドを使用する「いきいき百歳体操」を行います。

また、広域リハビリテーションセンターの理学療法士の講話と体力測定をモデル事業の初日と最終日に行います。

週に1回程度、平成28年2月25日（木）まで実施予定です。

町地域包括支援センターでは、住民が主役として、容易に通える範囲の通いの場で健康づくりや年齢にあった効果的な筋力づくり運動ができるよう支援していきます。

自らの意思で住み慣れた地域で自立した毎日を送ることができると目指して、町地域包括支援センターでは介護予防の取り組みを続けていきます。

あゆみだより 介護の話

このコーナーでは、毎月、町総合保健福祉センター職員である保健師、社会福祉士などが、健康や福祉、介護、健康診査などに関する情報をリレー形式でご紹介します。



今月の「あゆみだより」は
古閑 裕子 保健師

介護予防を推進していくために、介護予防モデル事業を実施します。モデル地区は、住民が主役として活動する先進地として他地区のモデル的役割を担います。高齢者が容易に通える場所で年齢に合った効果的な筋力づくり運動などを行っていきます。

Smile

わが家の“笑顔”をご紹介します



あきと
上田 煌人 くん (1歳)
父・真一 さん 母・菜津美 さん
(岩下二区)
お兄ちゃん、お姉ちゃん
大好き♡



なぎと
内田 凧人 くん (1歳)
父・壮志 さん 母・ふみ さん
(下横田区)
お兄ちゃん、お姉ちゃん
野球がんばれ



まこ
田中 真来 ちゃん (1歳)
父・一也 さん 母・幸恵 さん
(仁田子区)
1歳になりました(σ^^o)
よろしくね!

Child-Care

12月の子育て支援カレンダー

○ 甲佐保育園 096-234-0186

園庭開放(土・日曜日、祝日を除く)

○ 若草保育園 096-234-0013

4日(金) クリスマス飾り作り

18日(金) ミニ発表会見学

園庭開放(土・日曜日、祝日を除く)

○ 竜野保育園 096-234-0519

6日(日) 製作展

16日(水) 誕生会

園庭開放(土・日曜日、祝日を除く)

○ 乙女保育園 096-234-3947

園庭開放(土・日曜日、祝日を除く)

○ 緑川保育所 096-234-0789

園庭開放(土・日曜日、祝日を除く)

○ 地域子育て支援センター (竜野保育園内) 096-234-0305

2日(水) 散歩(園周辺)

4日(金) 新聞紙で遊ぼう

7日(月) 戸外遊び

9日(水) 積み木遊び

11日(金) シール遊び

14日(月) 砂場遊び

16日(水) お誕生会(要予約)

18日(金) リース作り

21日(月) 三輪車で遊ぼう

25日(金) クリスマス会(要予約)

28日(月) 折り紙遊び

育児相談(電話・面接)
月～金曜日 午前9時30分～午後4時

体験保育
月・水・金曜日 午前9時30分～正午

12・1月の保健活動

●会場 町総合保健福祉センター

+ 4か月児健診

12月17日(木) 午前9時

1月21日(木) 午前9時

+ 7か月児健診

12月17日(木) 午前10時20分

1月21日(木) 午前10時

+ 10か月教室

12月4日(金) 午前9時30分

+ 1歳6か月児健診

12月8日(火) 午後1時

+ 2歳児子育て相談

1月22日(金) 午前9時30分

+ 3歳児健診

12月8日(火) 午後1時20分

+ BCG予防接種

1月19日(火) 午後1時30分

●健康や福祉、介護、健康診断などに
関するご相談・お問い合わせ先

・町総合保健福祉センター

・町地域包括支援センター

(町総合保健福祉センター内)

☎096-235-8711

✉klg113@town.kosa.lg.jp

●行事などに関する詳しい内容は、各園に直接お問い合わせください。