

## 取組と目標に対する自己評価シート

タイトル: 介護予防と生きがいづくりで生涯現役のまちづくり

### 目標を設定するに至った現状と課題

本町ではこれまで「セラバンド体操」を中心に、在宅高齢者の介護予防・重度化予防に向けた、介護予防活動を重点的に取り組んできました。ニーズ調査では、セラバンド体操の認知度は半数以上の人が「知っている」と回答しているが、実施率は認知率に比べると低い現状があるため、引き続き、介護予防のポイントである「運動・口腔・栄養」の3点を軸とし、効果的に、効率的に、住民が主体的に、取り組める介護予防活動の支援と支援体制の整備を行う必要があります。

また、重度化予防として支援者向けに体操指導を行ってきたが、正しい指導に繋がらず、効果的な取組が実施できていない現状です。

### 第7期における具体的な取組【P】

#### ★町ぐるみで介護予防

①介護予防手帳を使った「運動・口腔・栄養」の介護予防のポイントの啓発強化

②自主的な介護予防活動の継続に向け、専門職の支援体制を整備し、地域サロン等への訪問、指導、普及啓発の実施

③地域住民になじみのある「セラバンド体操」をツールとした、介護保険サービス事業所での介護予防活動の実施に向けた事業所支援。

### 目標(事業内容、指標等)【D】

①津野町の健康・介護予防の課題、「運動・口腔・栄養」の介護予防活動のポイントを入れた介護予防手帳【津野町版】を作成し、地域サロン等の高齢者の集いの場において普及啓発を目指す。

・介護予防手帳【津野町版】の作成、地域サロン訪問時配布

②地域サロン等の介護予防活動を分析し、その結果に応じた効果的な支援の実施を目指す。

・口腔機能向上事業: 2カ所

・転倒予防教室: 1カ所

・健康教育事業: 32カ所

③町内3カ所の通所系サービス事業所へリハビリ専門職が訪問し、セラバンド体操の指導方法を技術支援することで、地域から繋がりのある介護予防活動の実施を目指す。

・通所系サービス事業所: 3カ所

### 目標の評価方法

#### ●時点

中間見直しあり

実績評価のみ

#### ●評価方法

地域サロンや事業所等への訪問件数

## 前期(中間見直し)【C】

### 実施内容

自己評価結果【 】○、△、×

### 自己評価から考察した課題と対応策【A】

## 後期(実績評価)【C】

### 実施内容

地域サロンの訪問件数 35件、事業所への訪問件数 48件

自己評価結果【○】 ○、△、×

目標件数を達成できた。

### 自己評価から考察した課題と対応策【A】

・令和2年度の介護保険事業計画策定時のニーズ調査より、セラバンド体操が前期高齢者の認知度が低いこと。

⇒介護リスクの高い後期高齢者になる前に、介護予防の目的で運動したり、セラバンド体操を取り入れていくことを啓発する。

・口腔体操に取り組んでいる地域サロンでの口腔体操回数減少と体操技術低下。

⇒歯科衛生士が地域サロンに出向き、口腔機能維持に関する再教育を実施する。