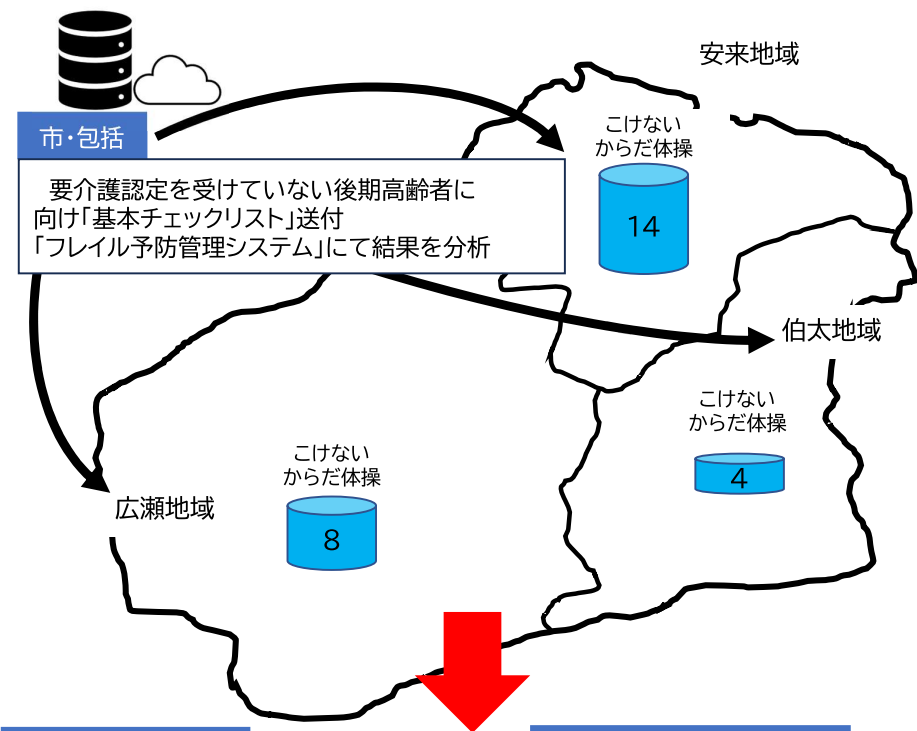


【特集】本年度のフレイル予防の取り組み

■後期高齢者のフレイル状態全数調査

安来市のフレイル状態について、実態を把握するために要介護認定を受けていない市内全ての後期高齢者に「フレイル状態全数調査」を行います。

安来市・安来市地域包括支援センターより「基本チェックリスト」を配布しフレイル状態に陥っている方を早期発見し、状態に応じて必要な事業の情報提供を行います。



個人に対する フレイル予防啓発

基本チェックリストの結果を基に、必要な資源について情報提供をはじめ特定の方への訪問。

- ①通所型サービスC
- ②こけないからだ体操

地域に対する こけないからだ体操提案

地域毎のフレイル状態の傾向を分析。必要地域にこけないからだ体操立ち上げを提案。

■通所型サービスC

専門職の指導のもと運動・栄養・口腔に関するプログラムを3カ月間短期集中的に提供し、利用者がフレイル・要介護状態になることを予防するとともに、自ら継続して介護予防に取り組み、地域で自立した生活が維持できるよう支援する事業です。

現在安来市では2カ所にて活動しています。

実施機関	ヘルスケアセンターアクティブ	安来市地域包括支援センター
会場	安来第一病院 新館	ふれあいプラザ
内容	理学療法士が設定した、個々の体力に応じたプログラム・負荷でのマシントレーニングを実施。 必要に応じて食生活や口腔ケアの個別指導。	理学療法士・言語聴覚士が「こけないからだ体操」を取り入れた運動や口腔・認知機能訓練といった自宅で継続できるプログラムを指導。 栄養・口腔のミニ講話も実施。
送迎	なし	各クールに対応した地域に実施

■こけないからだ体操

住民の皆様の主体的な運営により身近な地域の方と週に一回運動を行う事業です。また、栄養・口腔に関するプログラムも実施しています。

令和6年度6月時点では市内26団体に拡充されており、各団体でフレイル予防の効果が明らかになっています。

実施地区		
① 広瀬町町帳	⑩ 広瀬町本町	⑲ 東加茂第二
② 伯太町日次	⑪ 荒島地区	⑳ 宇賀荘地区
③ 島田地区	⑫ 赤江地区	㉑ 広瀬町布部
④ 広瀬町中の丁	⑬ 十神地区	㉒ 安来町
⑤ 飯梨町	⑭ 広瀬町石原	㉓ 広瀬町菅原
⑥ 南城谷A	⑮ 広瀬町八幡町	㉔ 伯太町安田
⑦ 南城谷B	⑯ 広瀬町比田	㉕ 伯太町須山
⑧ ふれあいプラザ	⑰ 大塚地区	㉖ 飯生町
⑨ 安田中の上	⑱ 社日地区	

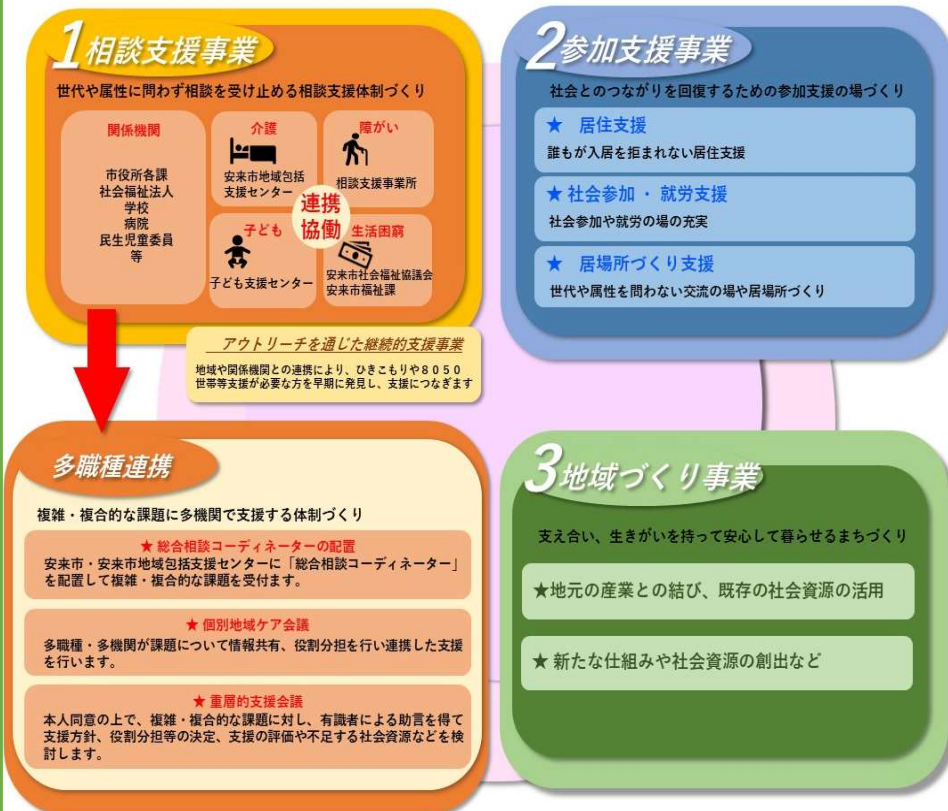
地域共生社会の実現をめざして！

■重層的支援体制整備事業（移行準備事業）を進めています！

安来市社会福祉協議会（安来市地域包括支援センター）では、安来市の一部委託を受けて、重層的支援体制整備事業（移行準備事業）に取り組めます。

重層的支援体制整備事業では、介護、障がい、子育て、生活困窮といった一つの分野では解決することが難しい複雑、複合的な問題に対して、相談事業所や各種支援機関と連携をはかりながら支援を行います。そして、だれもが地域において孤立することなく、支え合い、生きがいを持って安心して暮らせるまちづくりを進めます。

■重層的支援体制整備事業のイメージ



令和6年度 オレンジフェスタを開催します

■令和6年9月21日（土）10時～14時、世界アルツハイマー月間に合わせ、第2回「オレンジフェスタINやすぎ」を開催します。

認知症の普及啓発や当事者自身の発信、活躍できる「場」づくり等を目的とし、以下の様な取り組みを予定しています。

映画「オレンジ・ランプ」定員100名

39歳で若年性アルツハイマー型認知症と診断された男性の実話をもとにした夫婦の物語。

介護予防コーナー

もの忘れ相談プログラム



タッチパネルを用いたもの忘れ簡易スクリーニング検査です

こけないからだ体操



介護相談コーナー

介護についての不安や悩み…お気軽にご相談ください



情報コーナー

安来市内の認知症関連の取り組みや制度等各種チラシ、パンフレットのご紹介。認知症関連図書の展示も行います

出張！オレンジカフェ

お茶を飲みながらゆっくりと過ごしてみませんか？



数量限定販売！

ふれあい工房ふれんど：パン・クッキー
マンマキッチン：マンマカレー（50食）



新任職員のご紹介

越野 裕美（こしの ひろみ） 社会福祉士

松江市から通勤しています。お喋りと音楽が大好きです。

安来市のことを沢山知って、ご縁を大切にしながら、包括職員として精一杯頑張りたいと思います。よろしくお願いいたします。

山川 了史（やまかわ あきお） 健康運動指導士

米子市出身の山川と申します。前職での経験を踏まえ皆様と楽しく体を動かさせたいと思います。

「笑顔でみんなと健康長寿」がモットーです。よろしくお願いいたします。