

## 「地域における公益的な取組」

### 1 施設名

山形敬寿園

### 2 取組の名称

介護予防教室等開催事業

### 3 取組内容について

団塊の世代が75歳以上となる2025年に向け、一人暮らし高齢者・高齢者夫婦のみ世帯、認知症高齢者が増加していくことが予想されます。山形市では第8期高齢者保健福祉計画の基本理念「高齢者が自らの能力を活かしながら住み慣れた地域で支え合い、健やかで生きがいをもって暮せるまちづくり」を推進し地域包括ケアシステムの構築を目指しています。

当施設でも地域包括ケアシステムの役割を担うため、定期的な介護予防教室等の開催を行っています。地域包括支援センター主催で、令和3年度よりフレイル予防教室として「鈴々倶楽部」を発足し実施しているほか、通いの場としていきいき百歳体操を定期開催しています。多くの方に参加いただけるよう工夫しながら今後も続けていく予定です。

他にも、地域の皆様向けに地域交流センターなどを利用し、健康づくりや介護予防の教室や講座を行っています。主催する以外にも他法人の活動に当法人の専門職を講師として派遣する活動も行っております。

今後も地域の皆様の健康づくりや介護予防の活動に積極的に取り組んでまいります。

### 4 取り組みの様子

