

## 「地域における公益的な取組」

### 1 施設名

沼木敬寿園

### 2 取組の名称

地域見守り支援・介護予防教室・活動スペースの提供・いきいき100歳体操（体操後のミニ講座写真添付）

### 3 取組内容について

#### ① 実施に至る経緯

介護予防教室でもある「いきいき100歳体操」を沼木敬寿園地域交流ホールで開催するに至った経過は、地域住民が主体となり、地区や地域包括支援センターより直接相談を受け開催に至りました。

3か月に1回施設で開催している運営推進会議は、地域と施設の関係をつなぎ連携を図る一つの手段でもあり、身近にある課題を共有、連携し解決へ導いていくことが求められており、今後とも地域との交流を図りながら、地域見守り活動を促進する役割を担っています。

#### ② 具体的な内容

平成29年3月より沼木敬寿園地域交流ホールを地域へ開放し、「いきいき100歳体操」を毎週火曜日実施しています。3年目に入りますが、参加者数も多いときは30名近くになり、体操終了後は交流ホールにてお茶会で交流を図り、月1回体操前に施設職員がミニ講座を開き、施設で働く職員（人材）を地域の中で活用いただいています。

地域包括支援センター主催の「認知症カフェ」へ専門職が出向き、直接相談を受けたり、介護の情報に限らず季節に合わせたためになる話を持ち寄り、ミニ講座を開いています。

#### ③ 参加対象者及び参加費用

「いきいき100歳体操」については、参加対象者は地域住民で、会場準備（椅子並び、DVD操作等）も地域住民の方々で行っています。基本参加費用は無料です。

#### ④ 予算や人員体制など

「いきいき100歳体操」終了後、お茶会を開いています。その際の飲み物代とお菓子代がかかる程度であり、住民からの差し入れもたまにあります。会場準備も地域住民の方々が行っており、DVD管理のみ施設で行っています。時々地域包括支援センター職員が見学にきています。

#### ⑤ 取組による変化や効果

地域住民が外へでることで閉じこもり防止や身だしなみに注意するなど、生活にメリハリが付く等、仲間意識が生まれ、人と人とのつながりが深まっています。

また、施設にとっても知名度が高くなり、取り組みに理解していただき、職員とも顔なじみになり頼っていただく存在になっています。

運営推進会議においては参加者が地域の情報を持っている人が集まり、困りごと等の課題に対して一緒に考え、協力体制で連携を図り施設の強みになっています。

#### ⑥ 今後の展望

地域交流ホールを地域住民の方々に今後も活用していただくために、「いきいき100歳体操」や専門職の「ミニ講座を」開催し、地域住民の受け入れを今後も実施していきます。その際は、気持ち良く施設へ足を運んでいただけるよう、挨拶や対応に心掛け、交流を図っていきます。

運営推進会議においては、施設の取り組みなどを今後も分かりやすく説明し、情報提供しながら連携を図っていきます。また、施設が「困りごと相談窓口」であることを今後もPRし、施設が求められているものに沿って、その都度新しいことを地域へ発信していき、「認知症カフェ」へも定期的に参加し情報提供や情報収集し、今後できるだけ利用者と一緒に参加し、一般の方とも交流を図っていきます。

