



## 事業実績書

事業名	居場所くるらの家	
場所	沼津市戸田地域活性化センター「くるら戸田」2階	
期間	平成28年 7月 6日 ~ 平成29年 3月22日	
	日程	実施項目・作業項目
事業内容		<p>(対象者)「居場所くるら戸田」を利用している高齢者、  (場所) 戸田地域活性化センター「くるら戸田」2階  (日時) 月4回(毎週水曜日)  (内容)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>毎回の流れ <ul style="list-style-type: none"> <li>午前 9:30~血圧測定、健康チェック</li> <li>10:00~「いきいき百歳体操」「口腔体操」</li> <li>昼食: 第4水曜日はボランティアがカレー等を調理。他の日は弁当を注文</li> <li>午後 13:00~ゲストの講話(戸田診療所・包括支援センター、保健センター、駐在所等)  ゲストの講話が無い日は雑談や裁縫・ゲーム等</li> <li>15:00~片づけ。反省会及び次回打合せ</li> </ul> </li> <li>年間行事や研修会等への参加については別紙「平成28年度事業実績報告書」を参照</li> </ul>
		 
事業効果	<ul style="list-style-type: none"> <li>高齢者の身近な場所で継続的に実施することで、参加人数も増え高齢者同士の仲間作りの場となった。(参加者からの口コミにより参加人数が平均40~50人と増え、部屋数も二部屋から三部屋に増やし対応)</li> <li>重り調節機能付きリストバンドの活用により運動負荷を増量し記録票を毎回チェック。また、体操アドバイザーの指導により意欲・運動能力共に向上できたと考えられる。</li> </ul> <p>運動能力の他に口腔機能の維持向上を目指して、お口の体操も実施しはじめた。</p> <p>(医療費の減少や介護保険利用者の減少、戸田地区健康課題の高血圧や肥満者の減少等の数値的効果の即効性はずぐにはでないので、継続していくことが大切である)</p>	
今後の活動予定	<ul style="list-style-type: none"> <li>今後も年間行事を実施しながらあらゆる世代の人達と交流し、また地域の資源であるあらゆる職種の方々(医療・保健・介護・福祉等)の賛同を頂きながら、地域の支え合いの体制づくり(地域包括ケアシステム)の構築を目指し、互助の強化をはかっていく。</li> <li>地域リハビリテーション活動支援事業等、住民運営の通いの場へのリハビリテーション専門職等の関与を利用・促進していく。</li> </ul>	
自己評価	<ul style="list-style-type: none"> <li>多くの職種の方々に支えられながら、高齢者が地域社会とつながる社会参加の場所として「居場所くるらの家」が地域の中で重要な位置づけとなり展開ができた。そこから1人1人が健康づくりを意識していくことで、戸田地域全体がいきいきと活性化していけると考える。</li> </ul>	