

事業計画書

事業名	くるら de 喰い亭
場所	沼津市戸田地域活性化センター「くるら戸田」1階
実施予定期間	平成29年 7月 3日 ~ 平成30年 3月26日
日程	実施項目・作業項目
	<p>(対象者) 「居場所くるら戸田」を利用している高齢者 将来的に戸田地域全体の高齢者を対象。サポーターはくるらの家ボランティア</p> <p>(場所) 戸田地域活性化センター「くるら戸田」1階(食堂) 2階(手芸品の作成)</p> <p>(日時) 月2回(第1・3火曜日)</p> <p>(内容)</p> <ol style="list-style-type: none"> 食堂運営の検討:「くるら戸田」1階 <ul style="list-style-type: none"> 「食のマーケティングコンサルタント」中野ヤスコ管理栄養士を招き地元食材を使ったランチを提供できるよう食品衛生の勉強や、メニュー作成・試作等の学習会を開催。(3回位) テーブルやイス、食器、トレイ等の必要物品を揃える準備の検討会 手芸品の作成:「くるら戸田」2階 <ul style="list-style-type: none"> 紙バンド手芸(再生紙から作られた紙バンドで小物入れやバッグを作成) 指導者:飯塚澄枝さんを戸田に招いて学習会を開催(4回位) あまり布を利用して袋物の作成 観光ボランティアによるガイド案内の準備・確認 <ul style="list-style-type: none"> マップ及びパネル解説の確認 ホームページ等による情報発信のシステム作り <ul style="list-style-type: none"> 掲載内容の検討及びプログラマーへの相談 今後の展開 <ul style="list-style-type: none"> 筋力運動を継続し新たに食事作りを始めることにより、高齢者が高齢者を支えていく体制を作っていく。そして地元の人も観光客も和気あいあいとなる居心地のいい居場所を目指し、戸田地域の活性化を図っていきたい。
事業効果	<p>目指すところ</p> <p>「いつまでも住み慣れた戸田で、その人がその人らしく普通に暮らせる地域作りをめざす。」 2025年問題・介護予防の視点から、健康で長生きするための3つの要素「栄養・運動・社会参加」が揃うことで死亡率を半減に抑えることができるコホート研究がある。この3つの要素の実践により身体的効果、認知的効果、心理的効果等健康への効果が期待できる。</p> <p>また、一人一人が地域社会とのつながりを意識し人々の協調行動が活発になることによって、互いへの信頼、協力、交流、支えあいが生まれ、地域力が豊に高まっていくことが期待できる。(自分のことを自分でする<u>自助</u>、ボランティアなどの支援や地域住民の取り組みである<u>互助</u>の果たす役割が期待できる)</p> <p>評価の視点</p> <ul style="list-style-type: none"> 参加者の増員やくるら戸田への利用者の増員 高齢者の活動量の増加、学習する姿勢や意欲の向上等、いきいき度のアップ(アンケートで評価)

<p>公益性</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・健康寿命の延伸（各種健診の受診率アップ、介護保険利用者の減少、医療費の減少） ・戸田地区の健康課題である高血圧者・肥満者の減少（国保データヘルス計画）
<p>発展性</p>	<p>・参加者からの口コミや情報発信のシステムの確立により戸田地域の活性化に発展していくと考えられる。</p>
<p>地域性</p>	<p>沼津市の中心から最も離れた地域である戸田は多様な団体と主体的に連携に努める。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・戸田診療所（医療）、保健センター（保健・予防） 戸田デイサービス・三浦戸田包括支援センター（介護） ・戸田社協・戸田民協（生活支援・福祉サービス） ・その他：戸田塩の会、橘の会
<p>必要性</p>	<p>高齢化率が高い戸田では高齢者が高齢者を支えるシステム作りが必要である。 高齢者の社会参画を推進するためには筋力トレーニングを目的とした百歳体操を今まで実施してきた。 今後高齢者自らが食堂や手芸品の販売、観光ボランティアガイドと連携し運営していくことにより身体的・認知的・心理的な健康効果が期待される。更に戸田地域の活性化をはかり地域力（自助・互助）を高めていく必要がある。 今回、食堂を運営するにあたり単に管理栄養士でなく、中野ヤスコさんを講師に選んだ理由は、食の総合プロデュース業「食の学び舎くるみ」を設立し、地域に根付いた食育活動（こども食堂や介護施設等への支援）や食のメニュー開発や商品開発、店舗運営など食にまつわる多角的な観点で食のサポートをしている実績があり、戸田においても地元食材を上手く利用し、健康的で斬新なメニューの開発やサポート支援をうけたいため、講師として招き学習を進めていきたい。</p>
<p>先導性</p>	<p>健康で長生きするための3つの要素「栄養・運動・社会参加」の内の「栄養」「社会参加」に焦点を当てこの3要素すべてが揃うことで、より健康寿命の延伸が更に期待できる。また、高齢者が高齢者を支えるシステム作りが具体的に実現できる。</p>
<p>継続性</p>	<p>今年度は食堂の運営を実施していくが、助成事業終了後には地元高齢者に弁当サービスを新たに実施し、運動・栄養・社会参加と高齢者一人一人が地域社会とのつながりを意識し人々の協調行動が継続できるシステムの確立に努めていきたい。</p>