

28年度介護予防運動サポーター関連事業報告

1 実施概要

地域における介護予防の推進のために関係課との連携会議を開催し、介護予防運動サポーターの養成及び地域支援を推進した。

高齢者も参加しやすいボールンピック大会を開催し、大会を支援するボランティアも増え盛況で好評だった。

2 成果

①27年度実習経験を積んだ「運動やってみ隊」が、28年度から地域支援の担い手となった。

運動やってみ隊単独:22地域、活動延82人、参加者延数887人

運動指導士及び運動やってみ隊:28地域、活動回数67回、参加延数1573人

②ボールンピック大会は、1チーム10人まで、30チームで競技するボールゲームで、ボール体操養成講座修了生からボランティア支援者が27年度の9名から28年度16名に増加した。

③介護予防運動サポーター養成講座(専門講座)を27年度3種目(市が推奨する家トレ、玄米ニギニギ体操、ボール体操)11回から4種目(ストレッチを新設)18回に充実させ実施した。延参加者数253名。

3 課題

・介護予防運動サポーター養成講座(専門講座)

試みとして、1種目の講座を連続して開催してみたが、午前中の時間設定も影響し、18回全てに参加できない方、申し込みを躊躇される方があった。受講者に、もっと18回で1つの講座という理解を持てるように工夫すべきであった。

4 29年度の取組概要

①介護予防運動サポーター養成講座(専門講座)

・新たに開講式、閉講式をもうけ、1種目を短期間に連続して受講できるように設定し、時間帯も午前から午後としている。受講者に連続した一つの講座と認識させることで意欲の向上や参加しやすさにつながっている。

・フォローアップの講座を実施し、全回修了させることを促し、サポーターとしての意欲の向上を図る。

・運動指導士は、受講後のサポーター活動の実習としての地域活動支援する。

・ボールンピックは地域に浸透してきているため参加希望者が増えてきており、今後の大会のあり方及びサポーター中心の運営を目指して取組んでいる。

・現在、申込は初めての方としているが、体操フォームの再確認等の必要性があり、**フォローする講座**、再受講の必要性がある。

②これまで支援要請の手順が曖昧であった古賀市まちづくり出前講座以外の運動指導士の地域支援(養成講座生、介護予防運動サポーター同行含む)の支援依頼書の作成。

③運動サポーター養成講座を受講している方がいる地域に体操運動を広げるために行政からアプローチを行う予定

日吉(現在自主活動)運動サポーター養成講座受講者1名

古賀西(100円玉の会)運動サポーター養成講座受講者1名

小竹(自主活動不定期)運動サポーター養成講座受講者2名

中央区(サロン活動)運動サポーター養成講座受講者1名

花見東1区、花見東2区、花見南区、久保区(牽引役がいなくならないように見守る)

④運動、体操が入っている地域の実情をみながら、地域リハビリテーションの導入を図る。