

## 令和3年度 地域活動サポートセンターの活動について

活動ポイント	概要
介護予防事業と健康づくり事業 一体化による活性化	令和3年度より、地域活動サポートセンターの高齢者の健康づくりと全世代の健康づくりを担っていた部署が一体となり、連携し健康づくりに取り組むこととなりました。そのことにより、保健師・管理栄養士の専門職との関りが強化され活動の充実が図られていきます。
高齢者外出促進事業を再構築 7月スタート	高齢者の閉じこもり予防や社会参加を促すために実施。 市内で行われるシール配布対象の行政主催イベント・地域イベントに参加してシールをもらい、5枚集めると好きな賞品に応募できます。令和3年度は、従来の対象イベント一覧が掲載された「おでかけハンドブック」ではなく、参加方法・応募券・賞品一覧を掲載した「ルールブック」を作成。これまで課題であった事業の通年開催が今年度以降可能となります。
こがんよか健康ポイント キャンペーン開始	福岡県が配信している「ふくおか健康ポイントアプリ」に今年度より古賀市も参画し、健康情報等を発信しています。古賀市民に「ふくおか健康ポイントアプリ」を利用した、楽しみながらできる継続的な健康づくりを促進するために「こがんよか健康ポイントキャンペーン」を実施。期間中にアプリ内で5000ポイント以上ためると賞品に応募できます。
ボールンピック大会の 地域予選充実	国の定めた介護の日(11月11日) に併せて介護予防意識の向上のために、高齢者の健康づくりや交流に適したボールゲームを開催。 令和2年度に地域の公民館等で行ったことにより参加しやすいという声が多く聞かれたため、本年度も地域の公民館等で予選会を行い、決勝をサンコスモ古賀で行う予定としており、予選会の日程が重なる地域のみリモートで交流を行う予定としています。 また、本事業は「古賀市シニアクラブ連合会」に運営の一部を委託しており、シニアクラブの活性化に繋げています。
シニア元気づくりカード の作成・配布	高齢者の元気づくりに繋がるヒントを掲載したカードを配布することで介護予防活動を啓発し、多くの高齢者にできるだけ長く元気な日常生活を送っていただくことを目的に作成。配布は介護予防イベント及び介護予防週間に合わせて始め、サポーターや福祉会・シニアクラブ連合会等を通し、地域の高齢者に配布します。さらに、メッセージ記入に協力する中学・高校・大学生の学生の家族や知り合いの高齢者にカードの内容を伝えていただけることも期待しています。 また、新型コロナウイルス感染症対策の影響で制限されている高齢者との世代間交流を紙媒体を通して行います。
古賀市ご当地早口言葉カルタ の作成	コロナ禍での口腔機能の低下を予防し、楽しく口腔機能のトレーニングに取り組めるよう「古賀市ご当地早口ことば」を作成。その「古賀市ご当地早口ことば」カルタを作成し、地域の団体等に貸し出しを始めました。
動画配信	YouTube「古賀市家トレチャンネル」ですきま時間でできる筋トレ、脳トレ、ストレッチなどを配信しています。今年度も引き続き動画を配信し、すきま時間での家トレを推進します。

<p>音楽を使ったつどいの場 DVD作成による活性化と交流</p>	<p>地域の公民館等で行われている音楽をととした介護予防や生きがいつくり・地域の交流を行っているグループの「音楽活動」への意欲を高めるために実施。 令和2年度は新型コロナウイルス感染症対策として、各団体が通常の練習場所で演奏している様子を撮影し、DVDにまとめて各団体に配布し大変好評でした。今年度も各地域の演奏の様子を撮影し、DVDを配布する予定です。撮影・編集・DVDのコピーは介護予防デジタルサポーターに協力依頼予定です。</p>
<p>生活支援コーディネーター の充実</p>	<p>令和3年度より、第2層生活支援コーディネーターが、各中学校区1名社会福祉協議会に配置されました。またそのコーディネーターはCSW（コミュニティソーシャルワーカー）も兼務しています。週一回、CSWの所管である福祉相談係も含め、連携会議を開き、地域情報の共有化や社会資源の見える化を図り、地域の支えあいを推進していきます。</p>
<p>地域づくり情報室の活用</p>	<p>地域活動を行う方々が自由に地域の情報を調べ、取組みに活かしていただくことを目的に、地域の健康づくり、つどいの場、生活支援等の地域の情報や家トシの教材を閲覧できる部屋を設置。現在資料集めを行っています。</p>
<p>介護予防デジタルサポーターの 活動支援</p>	<p>今年度より、デジタルの知識を活用し支援を行う介護予防デジタルサポーターが活動開始しました。ゆい内にデジタルサポーターのスペースを設置し、教材作成の場所を常設しています。地域介護予防のためのデジタル教材の作成支援、リモート等の介護予防活動の支援、高齢者のスマホへの理解を促す講座の開催等を行っていただいています。</p>