

地域における福祉の推進 [高年]

元気に長生きをお手伝い、「生き生きサロン」での健康づくり

超高齢化社会を迎え、地域の中で元気に頑張っている高齢者の方がたを対象として、健康・体力づくりのプログラムである「生き生きサロン」を企画・提供している。介護予防の効果だけでなく、「街のつながりのコーナー」として施設の機能の一部を開放することで、ややもすればコミュニケーション不足に陥りがちな高齢者間の交流、施設と高齢者の協力体制の構築につながっている。

福井県

社会福祉法人 **わかたけ共済部**

〒915-0811 福井県越前市本多2-3-19

TEL：0778-25-5252 FAX：0778-25-5250

◇法人設立年

昭和27年

◇法人実施事業

①経営施設（事業）数：26事業

②経営施設・事業の種類：

知的障害者通所授産施設…1、知的障害者福祉工場…1、保育所…2、養護老人ホーム…2、特別養護老人ホーム…2、軽費老人ホーム…1、訪問介護…1、訪問入浴介護…1、通所介護…6、短期入所生活介護…2、認知症対応型共同生活介護…1、小規模多機能型居宅介護…2、居宅介護支援…1、老人介護支援センター…1、地域活動支援センター…1、高齢者向け優良賃貸住宅…1

◇法人の理念・経営方針

戦後の混乱した社会情勢下で、人々は物資不足や飢餓に苦しみ、貧乏の生活を余儀なくされていました。その精神的かつ物質的負担は、現代の生活からは想像できないほど苛烈なものでした。

このような状況において、「わかたけ共済部」は心身の・精神的にサポートを必要とする人々が、独立心を損なうことなく、社会人としての生活を送れるように援助・育成することを目的として、福井県現越前市を中心に福祉事業に一早く着手しました。

「共済」とは、お互いが「共に助け合う」ということ。この根本的思想と、創立時の理念を基本に母体である「わかたけ授産場」を中心に介護老人福祉施設、養護老人ホーム、デイサービス、在宅支援センターなどの老人福祉事業、保育や地域子育て支援などの児童福祉事業や知的障害者の障害福祉事業を行っています。めまぐるしく変化していく社会情勢の中で、これらの福祉事業はその必要性のみならず、基盤の確立・質の向上などが求められるようになっていき、国や県、市町村などの行政レベルでの様々な検討がなされるようになり、福祉に対する個人の意識も次第に高まってきています。

「わかたけ共済部」は、高齢者や児童、あらゆる障害をもつ人々が、できる限り家庭や地域で自立した生活ができるような住みよく明るい町づくりを目指し、常に時代のニーズに応えながら地域社会に密着した活動を展開していきたいと考えています。

◇取り組みを実施している施設の概要

【施設名】

デイサービスセンターわかたけ

【施設種別及び利用定員】

通所介護 35名

◇活動内容

○活動開始年

平成18年9月

○活動の対象者

福井県越前市本多2丁目、3丁目（当該施設周辺）の60歳以上の居住者

→60歳代 3名、70歳代 25名、80歳代 19名の計47名（介護保険認定者も含む）

○活動の頻度・時間

毎月1回 第2日曜日、午前10時～12時（2時間）

◇活動実施の背景、実施にいたった理由

当施設は、平成15年4月に単独型老人デイサービス事業所として、旧市街地に開設した。この地域は、かつては街の中心的な商業地域であり、人通りも多く活気にあふれていた。しかし、社会情勢と生活形態等の変化により、通りに軒を連ねていた商店は郊外の新たな商業区画へ移転したり、あるいは廃業したりする等、以前の街の活気は薄れていった。また、若い人達は郊外の住宅地へ移住し、独居高齢者や老夫婦世帯が多く住む街に変わってきていた。

介護保険制度が始まってから間もないこともあり、地域住民からは老人デイサービスに対してのさまざまな問い合わせが寄せられた。いかにして地域に溶け込めるか、職員にとって常に苦悩の日々であった。このような環境において、元気で何時までも住みなれた地域で生活するために、仲間との語り合いや心身の健康維持を図ることを取り組みの柱とし、地域の老人クラブと施設の職員をはじめ、地元大学の学生にも協力を得て、高齢者の生きがいがいづくりと街の活性化を目的に健康・体力づくりのプログラムである「生き生きサロン」を実施した。

◇実施内容

活動の利用定員は特に設けず、地区の対象者の範囲内で施設まで来られる方とし、活動の時間帯は毎月第2日曜日（施設の定休日）の午前10時から12時までの間で実施した。2名以上の施設職員（うち1名は看護職員か介護職員）と地元老人クラブの役員、大学生2～3名、そして健康運動指導士の資格を有する外部の専門家にも指導者として入っていただいた。

内容は、健康体操等を通じて体力の向上を図ることとし、職員は実施前に自動血圧計等によりバイタルを計測し、老人クラブの役員がそれを利用者個人ごとのファイルに記録する。活動の前後には、毎回記述式のアンケートを併せて実施した。アンケートの内容は、事前が1か月間の全般的な健康状態についての12の設問と表情スケール（今の気分につい

て)、事後は活動後の痛みや痺れについてと表情スケールとした。

◇活動効果（利用者や職員、地域などの反応、影響）

登録者数は現在約50名で、毎回の参加者数は20～25名程度である。活動に参加している地域の方は、体操等続けることで、今まで整骨院や病院へ通院が欠かせなかった方も、「通院の必要がなくなってきた。」「転んでも大した怪我にならなかった。」等の効果を口にされるようになった。平成19年度には活動内容に社交ダンスを取り入れ、その成果を福井県の介護予防専門能力向上支援事業として発表した。これら発表にかかわるデータの検証・分析に当たっては、大学生に協力を求め、一緒に資料等を作成しまとめ上げていった。

以前は地域に入り込めていなかった職員も、地域の方と接することによって、地域のことを知ることができ、地域住民と気軽に話し合えるように変わってきている。また地域の方も、夜間帯に施設に電気が灯っていると「まだ、帰らないの」と気さくに声をかけてくれたり、冬場の除雪についても黙って手伝ってくださっている。また防災等の面についても、地域の訓練への参加や施設の緊急連絡網にも連絡先として名を連ねてくださる等、少しずつ施設が地域の中に溶け込むことを認めていただいているように感じ、活動の効果はさまざまな面で生じてきている。

◇今後の展開

この「生き生きサロン」の集まりが定着してきた今、デイサービス利用者に対するボランティアの育成や、サロン利用者が今まで培った知識や技術などを披露する機会の提供を進めていきたい。また、話し合いや活動が共有できる場として、施設の機能を提供していきたい。

今後は、地域の中の頼られる施設として、街の活性化等に何らかの手伝いができないかが課題である。



◇主な経費や財源及び人員等

※年間あたり

主な経費	経費概算額	主な財源	財源概算額
用紙代（チラシ、アンケート）	18,000円	施設負担	216,000円
外部講師代	108,000円		
人件費	90,000円		
<合計>	216,000円	<合計>	216,000円

- ・取り組みにかかわった職員数 5名
（職種等：管理者、生活相談員、看護職、介護職、機能訓練指導員）