

## 地域における福祉の推進 [高年]

# 地域における介護予防の推進を目指して

「介護が必要になったらどうしよう」、「介護を必要としないようにするためには何ができるか」という地域住民の声を踏まえ、当施設では介護予防に関する知識を地域に伝えることに取り組んでいる。誰もが安心して生活できる地域作りに貢献できるよう、認知症予防教室、いきがいデイサービス、運動教室、認知症の理解と予防をテーマとした講演会等、多岐にわたる取り組みをしている。

長野県

社会福祉法人

サン・ビジョン

〒399-0425 長野県上伊那郡辰野町樋口454-1  
TEL：0266-44-1321 FAX：0266-44-1388

### ◇法人設立年

平成9年

### ◇法人実施事業

- ①経営施設（事業）数：53事業
- ②経営施設・事業の種類：  
特別養護老人ホーム…7、介護老人保健施設…3、ケアハウス…2、訪問介護…1、通所介護…8、通所リハビリテーション…2、短期入所生活介護…5、短期入所療養介護…1、特定施設入居者生活介護…1、福祉用具貸与・販売…1、認知症対応型共同生活介護…8、小規模多機能型居宅介護…3、居宅介護支援…4、地域包括支援センター…2、在宅介護支援センター…1、生活支援ハウス…2、住宅型有料老人ホーム…1、高齢者向け有料賃貸住宅…1

### ◇法人の理念・経営方針

#### <理念>

1. 利用者様がもてる力を発揮して、自信と幸福を感じられる生活を支援します。
2. 利用者様の自己決定を尊重し、一人一人のライフスタイルを支援します。
3. 職員が働く場に喜びと誇りをもち、自ら改革する力をもてるように育成します。
4. 法律その他基準に従って、常に組織・運営を見直します。
5. 地域とともに少子高齢化社会を考え、安心な街づくりに貢献します。
6. 地域社会の変化と改革の先駆者となります。

### ◇取り組みを実施している施設の概要

【施設名】 グレイスフル辰野・第2グレイスフル辰野

【施設種別及び利用定員】

- ・グレイスフル辰野 認知症対応型共同生活介護 9名、通所介護 35名
- ・第2グレイスフル辰野 認知症対応型共同生活介護 18名、特定施設入居者生活介護 24名、小規模多機能型居宅介護 25名、居宅介護支援

### ◇活動内容

- 活動開始年
  - ・認知症予防教室：平成14年
  - ・通所型介護予防事業（いきがいデイ）平成15年
  - ・通所型介護予防事業（運動教室）：平成19年
  - ・地区介護予防事業：平成22年
- 活動の対象者
  - ・認知症予防教室：辰野町に住む住民で介護予防に興味がある方
  - ・通所型介護予防事業（いきがいデイ）：辰野町に住む住民で65歳以上の方
  - ・通所型介護予防事業（運動教室）：辰野町の住民で特定高齢者の認定を受けた方
  - ・地区介護予防事業：辰野町に住む住民で介護予防に興味がある方
- 活動の頻度・時間（平成22年度現在）
  - ・認知症予防教室：年2回、1回あたり1時間30分
  - ・通所型介護予防事業（いきがいデイ）：月1～2回、1回あたり2～5時間
  - ・通所型介護予防事業（運動教室）：年1回、1回あたり2時間
  - ・地区介護予防事業：年17回、1回あたり1時間

## ◇活動実施の背景、実施にいたった理由

長野県辰野町は、「人も町も自然も輝く、光と緑と蛍の町」と町民憲章にあるように、豊かな自然に恵まれた地域である。昨今、都市部に移住する者の増加や、死亡率の低下、少子化等の要因が関わり、高齢化率は29%に達している。

当法人は、平成12年にグレイスフル辰野を開所した。町内で唯一の認知症対応型共同生活介護を行う事業所として、認知症ケアに対する高い評価を受け、認知症予防教室を開催した。通所介護についても、平成15年、16年と2段階で定員数を増やすなど、多くの高齢者が利用を希望する事業所として評価を受け、高齢化の進む北大出地区でいきがいデイを開始した。平成18年には第2グレイスフル辰野を開所し、事業運営数の拡大とともにいきがいデイの受け持ち地区も増やした。運動教室、認知症の理解と予防をテーマとした講演等、新たな取り組みも開始することとなった。

## ◇実施内容

### ①認知症予防教室

「認知症の行動障害とその対応方法」、「家庭でできるリハビリ体操」、「手先を使って脳に刺激を与えよう」の3回の開催を1コースとしている。楽しみながら予防に取り組むことができている。

### ②通所型介護予防事業（いきがいデイ）

地区社協の委員、民生委員・児童委員と協力し、参加者が自分で健康チェック、体操、創作・趣味活動、交流活動が行えるように支援する。地域とのつながりを再確認すること、更に深めることを大切にしている。

### ③通所型介護予防事業（運動教室）

リハビリスタッフと協力し、12回の開催を1コースとしている。参加者が自分で身近なものを使って体操や運動が行えることや、体力測定の評価が行えるように支援している。

### ④地区介護予防事業（認知症の理解と予防をテーマとした講演）

認知症の定義、認知症の症状について知識を得られる場に

するとともに、今すぐできる予防の知恵について紹介し、自分にできる取り組みは何かを考える機会とする。

### ◇活動効果（利用者や職員、地域などの反応、影響）

身内に介護を必要とする者がいなければ、介護について関心を持つことがなかった地域住民が事業に参加することで、今の自分にできることをやってみようという気持ちが持てるようになっていく。参加者は女性の方が多く、参加後には自分の家族やご近所、友人等と介護予防について話をする機会を設けている。その影響もあってか、介護予防の重要性が地域住民に広まってきており、各事業の参加者数が年々増加して、地域住民同士のつながりも深まっていると感じている。

また、介護保険制度に基づいた事業運営をしている当施設がかかわれたことにより、「障害があっても自分の気持ちを尊重したケアが受けられるということを知り、施設に対するイメージが変わった。」「何かあれば相談に行ける場所があるということに安心を感じる事ができた。」という声も聞かれ、この取り組みの成果が大きいと感じている。

### ◇今後の展開

今後、ますます高齢化が進んでいく状況の中、介護が必要な高齢者も急速に増えることが見込まれており、「介護が必要になったらどうしよう」という想いは、誰もが共通に抱く不安となる。介護保険制度の理念である「自立支援」や「尊厳保持」の観点も踏まえ、住み慣れた地域での安心した生活を継続的に支えていくことができるよう、関係機関との連携を図りつつ、今後も事業を継続できるようにしていきたい。また、今後については、男性の参加者を増やしていくことも意識し、男性でも参加しやすい時間、取り組みやすい内容を考える必要性を感じている。



### ◇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
認知症予防教室経費	116,000円	辰野町より委託費：認知症予防教室	157,500円
いきがいデイ資料費・材料費等	768,000円	辰野町より委託費：いきがいデイ	672,000円
いきがいデイ昼食費用	396,000円	いきがいデイ参加費	396,000円
運動教室資料費・材料費等	208,500円	辰野町より委託費：運動教室	300,000円
地区介護予防事業資料費・材料費等	122,000円	辰野町より委託費：認知症の理解と予防をテーマとした講演	85,000円
<合計>	1,610,500円	<合計>	1,610,500円

- ・取り組みにかかわった職員数 12名  
(職種等：介護福祉士、社会福祉士、理学療法士、介護支援専門員等)