

福祉の充実



ふじみ体操学校

●いつまでも、いきいきと暮らせる町を目指して ～趣味・社会活動は「健康長寿」に効果あり～

【介護予防活動・いきがいデイサービスの推進】

住み慣れたこの町で、安心して暮らし、自分らしい生活を継続できるよう介護予防に関する取り組みを行っています。

『主な取り組み』

○元気な高齢者のための教室

いつまでも元気で暮らすために、元気なうちから運動、脳トレの習慣をつけるための教室です。

①ふじみ体操学校（2期制）②ひらめき学校（2期制）③栄養改善教室 ④男の料理教室
平成25年度は新規参加者46名、継続参加者109名の合計137名が参加しました。

※継続して参加される方が多いです。

○健康に少し不安が出てきた方のための教室

「足腰に不安がある」「外出の機会がなく家に居ることが多くなった」といった方たちの元気づくりの教室です。

①ズクださざあ（運動その他）②脳と体の健康教室 ③お達者クラブ（運動）④健口クラブ

平成25年度	継 続	新 規	合 計
参 加 者	41	35	76
改 善	0	7	7
悪 化	7	3	10
維 持	33	25	58
その他の	1	0	1

※新規参加者は教室終了後、改善される方がいます。

※教室参加によって、現状を維持されている方が多いです。



▲ひらめき学校



▲脳と体の健康教室



▲ズクださざあ



▲手芸：楽しくお話しながら作品を作ります



▲ウォーキング：ポールを利用し全身運動

○外出の機会が少ない方の生きがいづくり～おたっしゃ生きがいデイサービス～

複合福祉施設清泉荘『デイサービスセンターかがやき』の取り組み。

【理念】 生きがいを持って、現役としていつまでも活躍してもらうための手掛けかりを提供していく。
本人の持っている力・可能性を最大限活用します。

【特徴】 利用者個人の自己選択・自己決定。

手芸、ウォーキングマシーン、園芸、パン作り、俳句、カラオケ、輪投げ、ルーレットなど、自分で選べるメニューが100種類以上あります。日常生活力を維持するため、施設内通貨ズーラを導入しています。

※自ら様々な取り組みをすると、決められたズーラを獲得することができ、獲得したズーラを使って、サービスや、メニューを利用するすることができます。

「かがやき」の成果(介護予防・重度化予防型)

要介護度の変化(H24年5月～H25年5月)

改善 19.6% 変化なし 60.8% 悪化 19.6%

諏訪広域全体(H23)

改善 3.4% 変化なし 71.1% 悪化 25.5%

●地域社会でともに支え・支えられ安心して暮らせる町を目指して

誰にでも居場所と出番のある町、安心して暮らせる町づくりには、地域住民の支え合いが大切となっています。

○地域安心ネットワーク体制づくり事業

住民同士が日常の地域情報を共有し、あらゆる地域課題と向き合い互いに支え合い、非常時にも強いまちを目指し、取り組みを行っています。

【主な取り組み】

支え合いマップづくり

地域住民同士が寄り合い、住民参加の支え合いマップづくりに取り組んでいます。

今後もさらに「支え合いの意識向上」と「絆の地域づくり」を進めます。

