

## 2. 令和3年度 地域包括支援センター活動実績

### (1) 相談・支援件数及び内容

#### ① 形態別相談、支援件数

(件・人・%)

相談形態		地域包括支援センター分		指定介護予防支援事業所分		総計
訪問		1,465		8,171		9,636
来所		329		210		539
電話		2,065		5,210		7,275
合計		3,859		13,591		17,450
うち、時間外対応		16		48		64
実人数	令和2年度	1,416	うち新規 316	表1 介護報酬請求件数	6,814	
	令和3年度	1,375	うち新規 391		7,461	
	前年度比	97.1	123.7		109.5	

表1、月別介護報酬請求件数(件/詳細)

月	令和2年度	(うち委託)	令和3年度	(うち委託)
4月	532	14	609	27
5月	539	14	609	26
6月	563	14	612	28
7月	571	13	613	32
8月	571	11	613	35
9月	579	12	614	40
10月	576	12	617	39
11月	572	11	625	40
12月	577	23	647	39
1月	562	23	635	33
2月	577	25	620	36
3月	595	25	647	34
合計	6,814	197	7,461	409

表2、ケアマネジャー1人当たりの担当件数の比較(ケアマネジャー令和3年4月までは13人,5月から14人)

	件数	月平均件数	ケアマネ1人当たり 担当件数
令和2年度	6,814	568	43.7
令和3年度	7,461	622	44.7
対前年同時期	109.5 %	54増	1.0増

②相談・支援内容(地域包括支援センター分)

項目	件数
介護保険	1,966
ふれあいの家	7
軽度生活援助事業	2
配食サービス	25
パワーリハビリ	2
施設・病院関係等	589
福祉用具	199
住宅改修	96
精神・認知症	207
家族問題	39
経済問題	19
安否確認・状態観察等	228
その他	20
合計	3,399

(2)運動器機能向上事業

年	月	日	教室名	目的	会場	講師	人数	内容
3	4	5	いきいき百歳体操フォロー「余子公民館」	住民主体で行う体操が安全で効果的に行え、また、参加者の活動意欲を高める。	余子公民館		13	●いきいき百歳体操実施中に ・注意事項 ・運動のポイントの説明 ●感染対策の確認と参加者へ説明し意識付けを行う
3	4	6	いきいき百歳体操フォロー「渡公民館」	住民主体で行う体操が安全で効果的に行え、また、参加者の活動意欲を高める。	渡公民館		12	●いきいき百歳体操実施中に ・注意事項 ・運動のポイントの説明 ●感染対策の確認と参加者へ説明し意識付けを行う
3	4	6	いきいき百歳体操フォロー「外江公民館」	住民主体で行う体操が安全で効果的に行え、また、参加者の活動意欲を高める。	外江公民館		5	●いきいき百歳体操実施中に ・注意事項 ・運動のポイントの説明 ●感染対策の確認と参加者へ説明し意識付けを行う
3	4	7	いきいき百歳体操フォロー「上道公民館」	住民主体で行う体操が安全で効果的に行え、また、参加者の活動意欲を高める。	上道公民館		15	●いきいき百歳体操実施中に ・注意事項 ・運動のポイントの説明 ●感染対策の確認と参加者へ説明し意識付けを行う
3	4	8	いきいき百歳体操フォロー「外江公民館」	住民主体で行う体操が安全で効果的に行え、また、参加者の活動意欲を高める。	外江公民館		6	●いきいき百歳体操実施中に ・注意事項 ・運動のポイントの説明 ●感染対策の確認と参加者へ説明し意識付けを行う
3	4	8	いきいき百歳体操フォロー「中浜公民館」	住民主体で行う体操が安全で効果的に行え、また、参加者の活動意欲を高める。	中浜公民館		7	●いきいき百歳体操実施中に ・注意事項 ・運動のポイントの説明 ●感染対策の確認と参加者へ説明し意識付けを行う
3	4	9	いきいき百歳体操フォロー「誠道公民館」	住民主体で行う体操が安全で効果的に行え、また、参加者の活動意欲を高める。	誠道公民館		15	●いきいき百歳体操実施中に ・注意事項 ・運動のポイントの説明 ●感染対策の確認と参加者へ説明し意識付けを行う
3	4	12	いきいき百歳体操フォロー「上道公民館」	住民主体で行う体操が安全で効果的に行え、また、参加者の活動意欲を高める。	上道公民館		17	●いきいき百歳体操実施中に ・注意事項 ・運動のポイントの説明 ●感染対策の確認と参加者へ説明し意識付けを行う
3	4	13	いきいき百歳体操フォロー「老人福祉センター」	住民主体で行う体操が安全で効果的に行え、また、参加者の活動意欲を高める。	老人福祉センター		10	●いきいき百歳体操実施中に ・注意事項 ・運動のポイントの説明 ●感染対策の確認と参加者へ説明し意識付けを行う
3	4	27	いきいき百歳体操フォロー「高松ふれあいの家」	住民主体で行う体操が安全で効果的に行え、また、参加者の活動意欲を高める。	高松町会館		16	●いきいき百歳体操実施中に ・注意事項 ・運動のポイントの説明 ●感染対策の確認と参加者へ説明し意識付けを行う

(2)運動器機能向上事業

3	6	7	いきいき百歳体操フォロー「10×10体操の会」	住民主体で行う体操が安全で効果的に行え、また、参加者の活動意欲を高める。	境公民館		15	<ul style="list-style-type: none"> <li>●いきいき百歳体操実施中に               <ul style="list-style-type: none"> <li>・注意事項</li> <li>・運動のポイントの説明</li> </ul> </li> <li>●感染対策の確認と参加者へ説明し意識付けを行う</li> </ul>
3	6	30	いきいき百歳体操フォロー講座	市内のいきいき百歳体操の取り組みの実情を知り、介護予防の取り組み意欲を高める。 いきいき百歳体操の正しい方法を理解し、いきいき百歳体操の導入方法が理解できる。 健康であるために、地域でいきいき百歳体操に取り組む人を増やす。	保健相談センター	介護老人保健施設はまかぜ 理学療法士 中村 真氏	23	<ul style="list-style-type: none"> <li>●講話「いきいき百歳体操の取り組み」 包括保健師</li> <li>●実技「いきいき百歳体操」 講師               <ul style="list-style-type: none"> <li>・運動の効果的な方法と効果</li> <li>・注意事項</li> </ul> </li> </ul>
4	2	7	いきいき百歳体操フォロー「上道公民館」	感染症対策を講じながら住民主体で行う体操が安全で効果的に行え、また、参加者の活動意欲を高める。	上道公民館		13	<ul style="list-style-type: none"> <li>●百歳体操実施、適宜助言</li> <li>●感染症対策について参加者と共有し環境整備</li> <li>●感染症対策の再確認 (マスク:不織布・隙間なく 間隔:2M以上 換気:2方向 手洗い励行、体調不良時参加控える)</li> </ul>
4	2	7	いきいき百歳体操フォロー「浜の里いきいき百歳体操」	感染症対策を講じながら住民主体で行う体操が安全で効果的に行え、また、参加者の活動意欲を高める。	老人福祉センター		5	<ul style="list-style-type: none"> <li>●百歳体操、タオル体操適宜助言</li> <li>●感染症対策について参加者と共有し環境整備</li> <li>●感染症対策の再確認 (マスク:不織布・隙間なく 間隔:2M以上 換気:2方向 手洗い励行、体調不良時参加控える)</li> </ul>
4	2	7	いきいき百歳体操フォロー「誠道公民館」	感染症対策を講じながら住民主体で行う体操が安全で効果的に行え、また、参加者の活動意欲を高める。	誠道公民館		12	<ul style="list-style-type: none"> <li>●百歳体操、タオル体操適宜助言</li> <li>●感染症対策について参加者と共有し環境整備</li> <li>●感染症対策の再確認 (マスク:不織布・隙間なく 間隔:2M以上 換気:3方向 手洗い励行、体調不良時参加控える)</li> </ul>
4	2	8	いきいき百歳体操フォロー「外江公民館」	感染症対策を講じながら住民主体で行う体操が安全で効果的に行え、また、参加者の活動意欲を高める。	外江公民館		3	<ul style="list-style-type: none"> <li>●百歳体操、タオル体操適宜助言</li> <li>●感染症対策について参加者と共有し環境整備</li> <li>●感染症対策の再確認 (マスク:不織布・隙間なく 間隔:2M以上 換気:4方向 手洗い励行、体調不良時参加控える)</li> </ul>

実施回数	16
参加延べ人数	187

## (3)認知症予防事業

年	月	日	教室名	目的	会場	人数	内容
3	4	15	認知症 本人ミーティング	ミーティングに参加し参加者の思いや最近の活動状況等を知る。	わだや小路	3	テーマに沿っての意見交換 テーマ「認知症とともに生きる希望宣言」を振り返る
3	4	27	認知症予防サークル 代表者会	今年度の活動についての検討を行い、サークル活動の充実へ繋げる。	保健相談センター	15	・コロナ禍での活動についての共有 ・今年度の活動について ①認知症予防サークル学習交流会・認知症になっても安心して暮らせるまちづくり市民大会 ②各公民館で行う認知症サポーター養成講座への参加について
3	4	28	認知症予防自主 サークル支援 「認知症を学ぶ会」	認知症サポーター養成講座の準備を円滑に進めるとともに、参加者の活動意欲を高めることに繋げる。	誠道公民館	8	・認知症サポーター養成講座の中での事例提示について ・配役決めと練習 ・「活動PRで伝えたい事」話し合い
3	5	26	認知症サポーター 養成講座(誠道公民館)	認知症についての正しい知識の習得と理解を図る。 対応の仕方や住みやすいまちについて考えることができる。	誠道公民館	13	・認知症サポーター養成講座について ・認知症基礎知識について ・グループワーク(ゴミ出し事例) ・認知症本人からのメッセージ視聴 ・認知症サポーターの役割 ・境港市での取り組み
3	5	28	高齢者疑似体験 (上道小学校)	高齢者の身体的特徴と気持ちを理解する。	上道小学校	37	・学習のねらい、注意事項 ・高齢者体験(動き:代表者体験 児童は観察) ・グループワーク(どんなお手伝いができるか) ・発表 まとめ
3	5	12	認知症予防自主 サークル支援 「認知症を学ぶ会」	認知症サポーター養成講座の準備を円滑に進めるとともに、参加者の活動意欲を高めることに繋げる。	誠道公民館	8	・認知症サポーター養成講座事例提示紙芝居の練習
3	5	12	上道小学校認知症 サポーター養成講座 打ち合わせ	4年生生徒が高齢者や認知症についての学習を効果的かつ円滑に実施できるようにする。	上道小学校	2	・今年度の学習内容についての検討 ・学習日程の検討
3	5	13	境小学校認知症 サポーター養成講座 打ち合わせ	4年生生徒が高齢者や認知症についての学習を効果的かつ円滑に実施できるようにする。	境小学校	2	・今年度の学習内容についての検討 ・学習日程の検討
3	5	18	渡小学校認知症 サポーター養成講座 打ち合わせ	4年生生徒が高齢者や認知症についての学習を効果的かつ円滑に実施できるようにする。	渡小学校	1	・今年度の学習内容についての検討 ・学習日程の検討
3	5	31	余子小学校認知症 サポーター養成講座 打ち合わせ	4年生生徒が高齢者や認知症についての学習を効果的かつ円滑に実施できるようにする。	余子小学校	2	・今年度の学習内容についての検討 ・学習日程の検討
3	6	1	中浜小学校認知症 サポーター養成講座 打ち合わせ	4年生生徒が高齢者や認知症についての学習を効果的かつ円滑に実施できるようにする。	中浜小学校	2	・今年度の学習内容についての検討 ・学習日程の検討
3	5	26	外江小学校認知症 サポーター養成講座 打ち合わせ	4年生生徒が高齢者や認知症についての学習を効果的かつ円滑に実施できるようにする。	外江小学校	3	・今年度の学習内容についての検討 ・学習日程の検討

## (3)認知症予防事業

年	月	日	教室名	目的	会場	人数	内容
3	6	8	認知症予防自主 サークル支援 「なごみ会」	認知症サポーター養成講座 の準備を円滑に進めるととも に、参加者の活動意欲を高 めることに繋げる。	上道公民館	6	・認知症サポーター養成講座の中での事例 提示について ・配役決めと練習 ・「活動PRで伝えたい事」話し合い
3	6	10	認知症サポーター 養成講座1回目 (境小学校)	認知症についての正しい知 識の習得。	境小学校	56	・認知症の病気について ・症状について ・症状を減らすためには
3	6	11	認知症サポーター 養成講座1回目 (上道小学校)	認知症についての正しい知 識の習得。	上道小学校	39	・認知症の病気について ・症状について ・症状を減らすためには
3	6	11	認知症予防自主 サークル支援 「健康ひまわり会」	認知症サポーター養成講座 の準備を円滑に進めるととも に、参加者の活動意欲を高 めることに繋げる。	余子公民館	9	・認知症サポーター養成講座の中での事例 提示について ・配役決めと練習 ・「活動PRで伝えたいこと」話し合い
3	6	16	認知症 本人ミーティング	ミーティングに参加し参加者 の思いや最近の活動状況等 を知る。	わだや小路	2	テーマ「本人ミーティング」のあり方について 意見交換
3	6	24	認知症サポーター 養成講座 2回目 (上道小学校)	認知症サポーター(応援者) として自分たちにできること を考える。 相手を思いやる気持ちを養 う。	上道小学校 ミーティ ング ルーム	39	・前回の学習の振り返り ・事前学習を踏まえて、児童からの発表 ・自分たちに出来ること ・場面整理とおばあさんの気持ち ⇒3つのない ・自分たちに出来ること ⇒接し方の7つのポイント ・認知症サポーター養成講座について ・役割・サポーターカード配布
3	6	25	認知症サポーター 養成講座 2回目 (境小学校)	認知症サポーター(応援者) として自分たちにできること を考える。 相手を思いやる気持ちを養 う。	境小学校	56	・前回の学習の振り返り ・事前学習を踏まえて、児童からの発表 ・どのような不安があるのかや認知症の 人の気持ち⇒3つのない ・自分たちに出来ること⇒接し方の7つの ポイント ・認知症サポーター養成講座について ・役割・サポーターカード配布
3	7	9	認知症予防自主 サークル支援 「健康ひまわり会」	認知症サポーター養成講座 の準備を円滑に進めるととも に、参加者の活動意欲を高 めることに繋げる。	余子公民館	9	・認知症サポーター養成講座事例提示紙芝 居の練習
3	7	13	認知症予防自主 サークル支援 「なごみ会」	認知症サポーター養成講座 の準備を円滑に進めるととも に、参加者の活動意欲を高 めることに繋げる。	上道公民館	5	・認知症サポーター養成講座事例提示紙芝 居の練習 ・活動紹介内容の相談
3	7	14	えがおの会勉強会 (サークルからの依頼)	認知症予防サークルの活動 の必要性を再認識し、具体 策の習得と取り組み意欲を 高める。	外江町会館	9	ミニ講話 ・10年間の振り返りと認知症の活動方針 ・認知症の症状と安心できる環境について ・認知症予防について ・フレイル予防対策 ・コグニサイズ ・住み慣れた町で暮らし続ける(介護サービ ス、施設の概要について) ・感染予防対策

## (3)認知症予防事業

年	月	日	教室名	目的	会場	人数	内容
3	7	16	認知症サポーター養成講座(上道公民館)	認知症についての正しい知識の習得と理解を図る。対応の仕方や住みやすいまちについて考えることができる。	上道公民館	15	・認知症サポーター養成講座について ・認知症基礎知識について ・グループワーク(ゴミ出し事例) ・認知症本人からのメッセージ視聴 ・認知症サポーターの役割 ・境港市での取り組み
3	9	16	認知症サポーター養成講座1回目(中浜小学校)	認知症についての正しい知識の習得。	中浜小学校	62	・認知症の病気について ・症状について ・症状を減らすためには
3	9	24	高齢者疑似体験(余子小学校)	高齢者の身体的特徴と気持ちを理解する。	余子小学校	41	・学習のねらい、注意事項 ・高齢者体験(動き:先生が体験 児童は観察) ・発表 まとめ
3	9	27	高齢者疑似体験(外江小学校)	高齢者の身体的特徴と気持ちを理解する。	外江小学校	38	・学習のねらい、注意事項 ・高齢者体験①(指先の使いづらさ・見えづらさ・動きにくさを全員が交代で体験) ・振り返り(高齢者の身体的な特徴や気持ちで気づいたことの共有) ・高齢者疑似体験②(代表1名が疑似体験セット装着し体の動きづらさを体験)・まとめ
3	10	8	認知症サポーター養成講座2回目(中浜小学校)	認知症サポーター(応援者)として自分たちにできることを考える。相手を思いやる気持ちを養う。	中浜小学校	62	・前回の学習の復習 ・グループワーク発表 ・まとめ
3	10	12	認知症サポーター養成講座1回目(渡小学校)	認知症についての正しい知識の習得。	渡小学校	46	・認知症の病気について ・症状について ・症状を減らすためには
3	10	13	認知症本人ミーティング	ミーティングに参加し参加者の思いや最近の活動状況等を知る。	幸朋苑(web)	9	・鳥取県版本人ガイド作成の進捗状況 ・くつシールの現状について ・災害について 等、意見交換
3	10	15	認知症サポーター養成講座1回目(外江小学校)	認知症についての正しい知識の習得。	外江小学校	41	・認知症の病気について ・症状について ・症状を減らすためには
3	10	19	認知症サポーター養成講座2回目(渡小学校)	認知症サポーター(応援者)として自分たちにできることを考える。	渡小学校	46	・前回の学習の復習 ・グループワーク発表 ・まとめ
3	10	27	認知症サポーター養成講座(余子公民館)	認知症についての正しい知識の習得と理解を図る。対応の仕方や住みやすいまちについて考えることができる。	余子公民館	11	・認知症サポーター養成講座について ・認知症基礎知識について ・グループワーク(ゴミ出し事例) ・認知症本人からのメッセージ視聴 ・認知症サポーターの役割
3	11	10	認知症サポーター養成講座1回目(余子小学校)	認知症についての正しい知識の習得。	余子小学校	43	・認知症の病気について ・症状について ・症状を減らすためには
3	11	16	認知症サポーター養成講座2回目(余子小学校)	認知症サポーター(応援者)として自分たちにできることを考える。	余子小学校	43	・前回の学習の復習 ・グループワーク発表 ・まとめ

(3)認知症予防事業

年	月	日	教室名	目的	会場	人数	内容
3	11	25	認知症サポーター養成講座 (渡公民館)	認知症についての正しい知識の習得と理解を図る。 対応の仕方や住みやすいまちについて考えることができる。	渡公民館	20	・認知症サポーター養成講座について ・認知症基礎知識について ・グループワーク(ゴミ出し事例) ・認知症本人からのメッセージ視聴 ・認知症サポーターの役割 ・境港市での取り組み
3	12	8	認知症 本人ミーティング	ミーティングに参加し参加者の思いや最近の活動状況等を知る。	保健相談センター 研修室 (web)	12	・鳥取市の認知症希望大使である藤田和子氏が司会進行。 ・初参加の方があったため本人ミーティングとは何かの説明と参加者の自己紹介。 ・今回の本人ミーティングではテーマは決めずフリートーク。
3	12	9	認知症サポーター養成講座2回目 (外江小学校)	認知症サポーター(応援者)として自分たちにできることを考える。	外江小学校	43	・学習のめあての確認 ・ゲストティーチャー紹介 ・グループ発表 ・ふりかえりタイム(地域の方から) ・包括からのアドバイス ・児童挨拶 ・まとめ
4	1	14	認知症サポーター養成講座 (しゅーびー孫の手)	認知症についての正しい知識の習得と理解を図る。 対応の仕方や住みやすいまちについて考えることができる。	しゅーびー孫の手	3	・認知症サポーター養成講座について ・認知症基礎知識について ・対応について (DVD(訪問集金事例)視聴し意見交換) ・包括支援センター・認知症初期集中支援チーム紹介 ・認知症本人からのメッセージ ・認知症サポーターの役割
4	1	26	認知症予防自主 サークル支援「ゲゲゲの会・たっしやでい会」	認知症サポーター養成講座の準備を円滑に進めるとともに、参加者の活動意欲を高めることに繋げる。	境公民館	8	・認知症サポーター養成講座流れの確認 ・認知症サポーター養成講座事例提示紙芝居の練習
4	3	28	認知症サポーター養成講座 (おれんじカフェさかいみなど)	認知症についての正しい知識の習得と理解を図る。 対応の仕方や住みやすいまちについて考えることができる。	老人福祉センター	17	・日本の現状(国の施策等) ・認知症について(原因となる疾患、脳の働き、症状について) ・早期診断、早期治療、早期相談の必要性 ・認知症の方本人、介護家族の気持ちについて ・認知症本人からのメッセージ、若年認知症について、認知症とともに生きる希望宣言 ・対応ポイント ・境港市の取り組み ・認知症サポーターの役割

実施回数	40
参加延べ人数	886

〇コロナ禍のため、「第14回認知症予防サークル学習交流会」「第14回認知症になっても安心して暮らせる町づくり市民大会」は中止した。

## (4) 元気シニア増やそう(フレイル予防)事業

年	月	日	教室名	目的	会場	講師名	総数	内容
3	4	19	第1回フレイルサポーター連絡会1~4期生	今年度のフレイルチェックに向けてフレイルサポーターの準備を行う。	保健相談センター		32	・前回振り返り ・今日の流れ ・共有・練習事項 ①用紙 ②体組成計算 ③地区役割り ④測定練習
3	4	30	フレイルチェック「フレイルサポーターでリピーター」	フレイルチェックを通じて自分のフレイルの危険度を知り、フレイル予防の取り組み意欲を高める。フレイルサポーターとして、実施方法を再確認し、フレイルチェックの自信を高める。	保健相談センター	フレイルトレーナー3人 フレイルサポーター	6	・フレイルチェック ・オリエンテーション ・ミニ講話 ・フレイルチェック ・結果説明 頑張ったこと、健康長寿の3つの柱 前回との比較、今回の結果振り返り 次回までの目標設定、具体策
3	5	19	フレイルチェック「新規：余子公民館」	フレイルチェックを通じて自分のフレイルの危険度を知り、フレイル予防の取り組み意欲を高める。	余子公民館	フレイルトレーナー3人 フレイルサポーター6人	8	・フレイルチェック ・オリエンテーション ・ミニ講話 ・フレイルチェック 体組成は1名ずつ実施 ・結果説明 健康長寿の3つの柱
3	5	24	フレイルチェック「新規：上道公民館」	フレイルチェックを通じて自分のフレイルの危険度を知り、フレイル予防の取り組み意欲を高める。	上道公民館	フレイルトレーナー3人 フレイルサポーター8人	8	・フレイルチェック ・オリエンテーション ・ミニ講話 ・フレイルチェック ・結果説明 健康長寿の3つの柱
3	5	27	フレイルチェック「リピーター」	フレイルチェックを通じて自分のフレイルの危険度を知り、フレイル予防の取り組み意欲を高める。	保健相談センター	フレイルトレーナー3人 フレイルサポーター7人	10	・フレイルチェック ・オリエンテーション ・ミニ講話 ・フレイルチェック ・結果説明 ・前回以降に組み込んだこと ・今後改善に向けて取り組みたいこと
3	6	4	フレイルチェック「新規：渡公民館」	フレイルチェックを通じて自分のフレイルの危険度を知り、フレイル予防の取り組み意欲を高める。	渡公民館	フレイルトレーナー3人 フレイルサポーター7人	8	・フレイルチェック ・オリエンテーション ・ミニ講話 ・フレイルチェック ・結果説明 健康長寿の3つの柱
3	6	16	ふれあいの家「中野町」	健康寿命延伸に向けたフレイル予防の必要性を理解する。また、具体的な取り組み内容を理解し、取り組み意欲を高める。	中野町会館	保健師3人 認知症地域支援推進員1人 フレイルサポーター2人	14	・講話「感染予防とフレイルについて」 ・実技「イレブンチェック」 ※フレイルサポーターと共に実施 ・講話「フレイル予防」 ・実技「口腔体操」「運動」
3	6	17	ふれあいの家「境東」	健康寿命延伸に向けたフレイル予防の必要性を理解する。また、具体的な取り組み内容を理解し、取り組み意欲を高める。	なぎさ会館	保健師1人 認知症地域支援推進員1人 フレイルサポーター2人	11	・百歳体操フォロー（必要時助言） ・講話「感染予防とフレイルについて」 ・実技「イレブンチェック」 ※フレイルサポーターと共に実施 ・講話「フレイル予防」 ・実技「口腔体操」「運動」
3	6	18	ふれあいの家「上道7区」	健康寿命延伸に向けたフレイル予防の必要性を理解する。また、具体的な取り組み内容を理解し、取り組み意欲を高める。	上道7区集会所	保健師1人 認知症地域支援推進員1人 フレイルサポーター2人	7	・講話「感染予防とフレイルについて」 ・実技「イレブンチェック」 ※フレイルサポーターと共に実施 ・講話「フレイル予防」 ・実技「口腔体操」「運動」
3	6	22	ふれあいの家「境中」	健康寿命延伸に向けたフレイル予防の必要性を理解する。また、具体的な取り組み内容を理解し、取り組み意欲を高める。	境公民館	保健師1人 認知症地域支援推進員1人	12	・講話「感染予防とフレイルについて」 ・実技「イレブンチェック」 ※フレイルサポーターと共に実施 ・講話「フレイル予防」 ・実技「口腔体操」「運動」
3	6	21	フレイルチェック「新規：境公民館」	フレイルチェックを通じて自分のフレイルの危険度を知り、フレイル予防の取り組み意欲を高める。	境公民館	フレイルトレーナー3人 フレイルサポーター7人	11	・フレイルチェック ・オリエンテーション ・ミニ講話 ・フレイルチェック ・結果説明 健康長寿の3つの柱

## (4) 元気シニア増やそう(フレイル予防)事業

年	月	日	教室名	目的	会場	講師名	総数	内容
3	6	23	フレイルチェック 「新規: 中浜公民館」	フレイルチェックを通じて自分のフレイルの危険度を知り、フレイル予防の取り組み意欲を高める。	中浜公民館	フレイルトレーナー3人 フレイルサポーター7人	8	・フレイルチェック ・オリエンテーション ・ミニ講話 ・フレイルチェック ・結果説明 健康長寿の3つの柱
3	6	25	ふれあいの家 「清水町」	健康寿命延伸に向けたフレイル予防の必要性を理解する。また、具体的な取り組み内容を理解し、取り組み意欲を高める。	清水町会館	保健師1人 認知症地域支援推進員1人 フレイルサポーター2人	9	・講話「感染予防とフレイルについて」 ・実技「イレブンチェック」 ※フレイルサポーターと共に実施 ・講話「フレイル予防」 ・実技「口腔体操」「運動」
3	6	29	ふれあいの家 「外江町」	健康寿命延伸に向けたフレイル予防の必要性を理解する。また、具体的な取り組み内容を理解し、取り組み意欲を高める。	外江町会館	保健師1人 認知症地域支援推進員1人 フレイルサポーター2人	10	・講話「感染予防とフレイルについて」 ・実技「イレブンチェック」 ※フレイルサポーターと共に実施 ・講話「フレイル予防」 ・実技「口腔体操」「運動」
3	7	2	フレイルチェック 「新規: 誠道公民館」	フレイルチェックを通じて自分のフレイルの危険度を知り、フレイル予防の取り組み意欲を高める。	誠道公民館	フレイルトレーナー3人 フレイルサポーター7人	9	・フレイルチェック ・オリエンテーション ・ミニ講話 ・フレイルチェック ・結果説明 健康長寿の3つの柱
3	7	8	ふれあいの家 「竹内町」	健康寿命延伸に向けたフレイル予防の必要性を理解する。また、具体的な取り組み内容を理解し、取り組み意欲を高める。	竹内町会館	保健師1人 認知症地域支援推進員1人 フレイルサポーター1人	16	・講話「感染予防とフレイルについて」 ・実技「イレブンチェック」 ※フレイルサポーターと共に実施 ・講話「フレイル予防」 ・実技「口腔体操」「運動」
3	7	13	フレイルチェック 「新規: 外江公民館」	フレイルチェックを通じて自分のフレイルの危険度を知り、フレイル予防の取り組み意欲を高める。	外江町会館	フレイルトレーナー3人 フレイルサポーター7人	7	・フレイルチェック ・オリエンテーション ・ミニ講話 ・フレイルチェック ・結果説明 健康長寿の3つの柱
3	7	14	ふれあいの家 「小篠津町」	健康寿命延伸に向けたフレイル予防の必要性を理解する。また、具体的な取り組み内容を理解し、取り組み意欲を高める。	小篠津町会館	保健師1人 認知症地域支援推進員1人 フレイルサポーター2人	20	・講話「感染予防とフレイルについて」 ・実技「イレブンチェック」 ※フレイルサポーターと共に実施 ・講話「フレイル予防」 ・実技「口腔体操」「運動」
3	7	15	ふれあいの家 「芝町」	健康寿命延伸に向けたフレイル予防の必要性を理解する。また、具体的な取り組み内容を理解し、取り組み意欲を高める。	清水町会館	保健師1人 フレイルサポーター2人	4	・講話「感染予防とフレイルについて」 ・実技「イレブンチェック」 ※フレイルサポーターと共に実施 ・講話「フレイル予防」 ・実技「口腔体操」「運動」
3	7	20	ふれあいの家 「高松町」	健康寿命延伸に向けたフレイル予防の必要性を理解する。また、具体的な取り組み内容を理解し、取り組み意欲を高める。	清水町会館	保健師1人 認知症地域支援推進員1人	22	・講話「感染予防とフレイルについて」 ・実技「イレブンチェック」 ※フレイルサポーターと共に実施 ・講話「フレイル予防」 ・実技「口腔体操」「運動」
3	7	27	第2回フレイルサポーター連絡会 1～4期生	上半期のフレイル予防活動を振り返り、下半期の活動方法を検討する。	保健相談センター講堂		21	・フレイルチェック上半期の振り返り ・実施方法の再確認 ・指輪っかテスト、滑舌発声練習、イレブンチェック ・今後の計画
3	7	10	ふれあいの家 「境西」	健康寿命延伸に向けたフレイル予防の必要性を理解する。また、具体的な取り組み内容を理解し、取り組み意欲を高める。	しおさい会館	保健師2人	11	・講話「感染予防とフレイルについて」 ・実技「イレブンチェック」 ※フレイルサポーターと共に実施 ・講話「フレイル予防」 ・実技「口腔体操」「運動」
3	9	15	ふれあいの家 「三軒屋」	健康寿命延伸に向けたフレイル予防の必要性を理解する。また、具体的な取り組み内容を理解し、取り組み意欲を高める。	三軒屋町会館	保健師1人 認知症地域支援推進員1人 フレイルサポーター1人	25	・講話「感染予防とフレイルについて」 ・実技「イレブンチェック」 ※フレイルサポーターと共に実施 ・講話「フレイル予防」 ・実技「口腔体操」「運動」

## (4) 元気シニア増やそう(フレイル予防)事業

年	月	日	教室名	目的	会場	講師名	総数	内容
3	9	17	ふれあいの家 「上道町会館」	健康寿命延伸に向けたフレイル予防の必要性を理解する。また、具体的な取り組み内容を理解し、取り組み意欲を高める。	上道町会館	保健師1人 認知症地域支援推進員1人 フレイルサポーター2人	25	・講話「感染予防とフレイルについて」 ・実技「イレブンチェック」 ※フレイルサポーターと共に実施 ・講話「フレイル予防」 ・実技「口腔体操」「運動」
3	9	21	ふれあいの家 「渡8区」	健康寿命延伸に向けたフレイル予防の必要性を理解する。また、具体的な取り組み内容を理解し、取り組み意欲を高める。	渡8区会館	保健師1人 認知症地域支援推進員1人 フレイルサポーター1人	10	・講話「感染予防とフレイルについて」 ・実技「イレブンチェック」 ※フレイルサポーターと共に実施 ・講話「フレイル予防」 ・実技「口腔体操」「運動」
3	9	22	ふれあいの家 「誠道町」	健康寿命延伸に向けたフレイル予防の必要性を理解する。また、具体的な取り組み内容を理解し、取り組み意欲を高める。	ふるさと塾	保健師1人 認知症地域支援推進員1人 フレイルサポーター1人	8	・講話「感染予防とフレイルについて」 ・実技「イレブンチェック」 ※フレイルサポーターと共に実施 ・講話「フレイル予防」 ・実技「口腔体操」「運動」
3	9	28	ふれあいの家「渡 11・18区」	健康寿命延伸に向けたフレイル予防の必要性を理解する。また、具体的な取り組み内容を理解し、取り組み意欲を高める。	渡11区会館	保健師1人 認知症地域支援推進員1人 フレイルサポーター1人	9	・講話「感染予防とフレイルについて」 ・実技「イレブンチェック」 ※フレイルサポーターと共に実施 ・講話「フレイル予防」 ・実技「口腔体操」「運動」
3	9	30	ふれあいの家 「財ノ木町」	健康寿命延伸に向けたフレイル予防の必要性を理解する。また、具体的な取り組み内容を理解し、取り組み意欲を高める。	財ノ木町会館	保健師1人 認知症地域支援推進員1人 フレイルサポーター2人	10	・講話「感染予防とフレイルについて」 ・実技「イレブンチェック」 ※フレイルサポーターと共に実施 ・講話「フレイル予防」 ・実技「口腔体操」「運動」
3	10	1	ふれあいの家 「渡3区」	健康寿命延伸に向けたフレイル予防の必要性を理解する。また、具体的な取り組み内容を理解し、取り組み意欲を高める。	渡3区会館	保健師1人 認知症地域支援推進員1人 フレイルサポーター1人	10	・講話「感染予防とフレイルについて」 ・実技「イレブンチェック」 ※フレイルサポーターと共に実施 ・講話「フレイル予防」 ・実技「口腔体操」「運動」
3	10	4	ふれあいの家 「西灘会館」	健康寿命延伸に向けたフレイル予防の必要性を理解する。また、具体的な取り組み内容を理解し、取り組み意欲を高める。	西灘会館	保健師1人 認知症地域支援推進員1人 フレイルサポーター2人	10	・講話「感染予防とフレイルについて」 ・実技「イレブンチェック」 ※フレイルサポーターと共に実施 ・講話「フレイル予防」 ・実技「口腔体操」「運動」
3	10	5	ふれあいの家 「美保町」	健康寿命延伸に向けたフレイル予防の必要性を理解する。また、具体的な取り組み内容を理解し、取り組み意欲を高める。	美保町会館	保健師1人 認知症地域支援推進員1人 フレイルサポーター2人	11	・講話「感染予防とフレイルについて」 ・実技「イレブンチェック」 ※フレイルサポーターと共に実施 ・講話「フレイル予防」 ・実技「口腔体操」「運動」
3	10	6	ふれあいの家 「渡2区」	健康寿命延伸に向けたフレイル予防の必要性を理解する。また、具体的な取り組み内容を理解し、取り組み意欲を高める。	渡2区会館	保健師1人 認知症地域支援推進員1人 フレイルサポーター2人	10	・講話「感染予防とフレイルについて」 ・実技「イレブンチェック」 ※フレイルサポーターと共に実施 ・講話「フレイル予防」 ・実技「口腔体操」「運動」
3	10	20	ふれあいの家 「上道8区」	健康寿命延伸に向けたフレイル予防の必要性を理解する。また、具体的な取り組み内容を理解し、取り組み意欲を高める。	なぎさ会館	保健師1人 認知症地域支援推進員1人 フレイルサポーター3人	11	・講話「感染予防とフレイルについて」 ・実技「イレブンチェック」 ※フレイルサポーターと共に実施 ・講話「フレイル予防」 ・実技「口腔体操」「運動」
3	10	22	ふれあいの家 「渡10区」	健康寿命延伸に向けたフレイル予防の必要性を理解する。また、具体的な取り組み内容を理解し、取り組み意欲を高める。	森岡町会館	保健師1人 フレイルサポーター2人	9	・講話「感染予防とフレイルについて」 ・実技「イレブンチェック」 ※フレイルサポーターと共に実施 ・講話「フレイル予防」 ・実技「口腔体操」「運動」

## (4) 元気シニア増やそう(フレイル予防)事業

年	月	日	教室名	目的	会場	講師名	総数	内容
3	10	25	ふれあいの家 「麦垣町」	健康寿命延伸に向けたフレイル予防の必要性を理解する。また、具体的な取り組み内容を理解し、取り組み意欲を高める。	麦垣ふれあい会館	保健師1人 認知症地域支援推進員1人 フレイルサポーター1人	15	・講話「感染予防とフレイルについて」 ・実技「イレブンチェック」 ※フレイルサポーターと共に実施 ・講話「フレイル予防」 ・実技「口腔体操」「運動」
3	10	26	ふれあいの家 「福定町」	健康寿命延伸に向けたフレイル予防の必要性を理解する。また、具体的な取り組み内容を理解し、取り組み意欲を高める。	福定町会館	保健師1人 認知症地域支援推進員1人 フレイルサポーター2人	19	・講話「感染予防とフレイルについて」 ・実技「イレブンチェック」 ※フレイルサポーターと共に実施 ・講話「フレイル予防」 ・実技「口腔体操」「運動」
3	10	26	第3回フレイルサポーター4期生連絡会	5期生フレイルサポーター養成講座に向けサポーターとしての役割を明確にし、介入方法のイメージを高める。	老人福祉センター		8	・フレイルサポーター養成講座について ・目的 ・4期生の役割・介入方法 ・養成講座のデモンストレーション ・実技練習
3	11	11	ふれあいの家 「新屋町」	健康寿命延伸に向けたフレイル予防の必要性を理解する。また、具体的な取り組み内容を理解し、取り組み意欲を高める。	新屋町会館	保健師1人 認知症地域支援推進員1人 フレイルサポーター1人	11	・講話「感染予防とフレイルについて」 ・実技「イレブンチェック」 ※フレイルサポーターと共に実施 ・講話「フレイル予防」 ・実技「口腔体操」「運動」
3	11	12	ふれあいの家 「渡7区」	健康寿命延伸に向けたフレイル予防の必要性を理解する。また、具体的な取り組み内容を理解し、取り組み意欲を高める。	渡7区会館	保健師1人 認知症地域支援推進員1人 フレイルサポーター1人	11	・講話「感染予防とフレイルについて」 ・実技「イレブンチェック」 ※フレイルサポーターと共に実施 ・講話「フレイル予防」 ・実技「口腔体操」「運動」
3	11	15	ふれあいの家 「渡4区」	健康寿命延伸に向けたフレイル予防の必要性を理解する。また、具体的な取り組み内容を理解し、取り組み意欲を高める。	渡4区会館	保健師1人 認知症地域支援推進員1人 フレイルサポーター2人	12	・講話「感染予防とフレイルについて」 ・実技「イレブンチェック」 ※フレイルサポーターと共に実施 ・講話「フレイル予防」 ・実技「口腔体操」「運動」
3	11	17	ふれあいの家 「渡9区」	健康寿命延伸に向けたフレイル予防の必要性を理解する。また、具体的な取り組み内容を理解し、取り組み意欲を高める。	東森岡町会館	保健師1人 認知症地域支援推進員1人 フレイルサポーター1人	11	・講話「感染予防とフレイルについて」 ・実技「イレブンチェック」 ※フレイルサポーターと共に実施 ・講話「フレイル予防」 ・実技「口腔体操」「運動」
3	11	18	ふれあいの家 「幸神町」	健康寿命延伸に向けたフレイル予防の必要性を理解する。また、具体的な取り組み内容を理解し、取り組み意欲を高める。	幸神町文化会館	保健師1人 認知症地域支援推進員1人 フレイルサポーター2人	13	・講話「感染予防とフレイルについて」 ・実技「イレブンチェック」 ※フレイルサポーターと共に実施 ・講話「フレイル予防」 ・実技「口腔体操」「運動」
3	11	8	5期生フレイルサポーター養成講座 1日目(5期生のフレイルチェックを兼ねる)	①フレイルサポーターに必要な知識を深め、フレイルチェックの取り組み方法を習得する。 2,3,4期生(4期生が主)が①を達成するために説明やアドバイスをを行うことでサポーター養成講座の仕組みづくりの担い手となる。	保健相談センター	フレイルトレーナー3人 フレイルサポーター4期生8人	10	・オリエンテーション ・講話「フレイルについて」 ・フレイルチェックの実技研修 ・イレブンチェック(机上での説明練習) ・深堀チェック(机上での説明練習,測定方法の練習) ・講話「予防の具体策,まとめ」 ・今後の流れ・名札、ポロシャツ配布
3	11	9	5期生フレイルサポーター養成講座 2日目	5期生が、フレイルサポーターに必要な知識を深め、フレイルチェックの取り組み方法を習得する。	保健相談センター	フレイルトレーナー3人(見守りフレイルサポーター4人)	10	・被験者に対してフレイルチェック実施 ・準備 ・オリエンテーション ・ミニ講話 ・イレブンチェック ・深堀チェック ・結果説明 ※4期生は見守る
3	11	9	フレイルチェック「新規」(5期生被験者)	フレイルチェックを通じて自分のフレイルの危険度を知り、フレイル予防の取り組み意欲を高める。	保健相談センター	フレイルトレーナー3人 5期生フレイルサポーター10人(見守りフレイルサポーター5人)	10	・フレイルチェック ・オリエンテーション ・フレイルチェック ・ミニ講話 ・結果説明 健康長寿の3つの柱

## (4) 元気シニア増やそう(フレイル予防)事業

年	月	日	教室名	目的	会場	講師名	総数	内容
3	11	22	第4回フレイルサポーター5期生連絡会	5期生がフレイルサポーターのフレイルチェック技術を確認しあい、フレイルチェックの実施に向けたイメージを高める。	保健相談センター 健康相談室		9	・前回講習の振り返り ・11/29実施に向けた確認事項 ・フレイルチェック練習 ・デモンストレーション ・次回打ち合わせ
3	11	29	フレイルチェック「新規」(5期生がサポーターとして実施)	フレイルチェックを通じて自分のフレイルの危険度を知り、フレイル予防の取り組み意欲を高める。	保健相談センター	フレイルトレーナー3人 フレイルサポーター8人	9	・フレイルチェック ・オリエンテーション ・ミニ講話 ・フレイルチェック ・結果説明 健康長寿の3つの柱
3	12	2	ふれあいの家「渡5区」	健康寿命延伸に向けたフレイル予防の必要性を理解する。また、具体的な取り組み内容を理解し、取り組み意欲を高める。	渡5区会館	保健師1人 認知症地域支援推進員1人 フレイルサポーター2人	13	・講話「感染予防とフレイルについて」 ・実技「イレブンチェック」 ※フレイルサポーターと共に実施 ・講話「フレイル予防」 ・実技「口腔体操」「運動」
3	12	6	第5回 フレイルサポーター連絡会 1～5期生	今年度後半のフレイルチェックに向け、新サポーターを含めた手順を検討する。フレイル予防動画の周知を行い、活用を促す。	保健相談センター講堂		40	・5期生の紹介 ・連絡網の確認 ・地区ごとにフレイルチェック役割決め ・フレイル予防動画の視聴
3	12	8	フレイルチェック「新規・リピーター:余子公民館」	フレイルチェックを通じて自分のフレイルの危険度を知り、フレイル予防の取り組み意欲を高める。	余子公民館	フレイルトレーナー3人 フレイルサポーター6人	7	・フレイルチェック ・オリエンテーション ・ミニ講話 ・フレイルチェック ・結果説明 健康長寿の3つの柱
3	12	10	フレイルチェック「新規・リピーター:上道公民館」	フレイルチェックを通じて自分のフレイルの危険度を知り、フレイル予防の取り組み意欲を高める。	上道公民館	フレイルトレーナー3人 フレイルサポーター7人	9	・フレイルチェック ・オリエンテーション ・ミニ講話 ・フレイルチェック ・結果説明 健康長寿の3つの柱
3	12	17	フレイルチェック「新規・リピーター:外江公民館」	フレイルチェックを通じて自分のフレイルの危険度を知り、フレイル予防の取り組み意欲を高める。	外江ふれあい会館	フレイルトレーナー3人 フレイルサポーター7人	7	・フレイルチェック ・オリエンテーション ・ミニ講話 ・フレイルチェック ・結果説明 健康長寿の3つの柱
3	1	11	ふれあいの家「渡1区」	健康寿命延伸に向けたフレイル予防の必要性を理解する。また、具体的な取り組み内容を理解し、取り組み意欲を高める。	渡1区会館	保健師1人 認知症地域支援推進員1人 フレイルサポーター1人	13	・講話「感染予防とフレイルについて」 ・実技「イレブンチェック」 ※フレイルサポーターと共に実施 ・講話「フレイル予防」 ・実技「口腔体操」「運動」
4	1	12	フレイルチェック「新規・リピーター:中浜公民館」	フレイルチェックを通じて自分のフレイルの危険度を知り、フレイル予防の取り組み意欲を高める。	中浜公民館	フレイルトレーナー3人 フレイルサポーター6人	5	・フレイルチェック ・オリエンテーション ・ミニ講話 ・フレイルチェック ・結果説明 健康長寿の3つの柱
4	3	15	全国フレイルチェックの集いweb開催～フレイルサポーター主体の地域フレイル予防活動～	全国のフレイル予防活動の現状を把握し、フレイルサポーター活動の取り組み意欲を高める。	第一会議室		11	ZOOM開催 第1部:柏スタディから全国フレイルチェック活動へ:10年を振り返って 第2部:フレイルチェック活動:各地の取り組み・全国参加自治体リレー 第3部:フレイルサポーターの活躍とさらなる広がり 総括、集合写真撮影

(4) 元気シニア増やそう(フレイル予防)事業

年	月	日	教室名	目的	会場	講師名	総数	内容
4	3	29	フレイル予防講演会	フレイル予防についての知識を深め、介護予防の取り組み意欲を高める。	境夢みなどターミナル	東京大学高齢社会総合研究機構機構長 飯島 勝矢教授	113	①市長挨拶 ②講演 「老いることの意味を問い直す ～フレイルに立ち向かう～」 ③質疑応答
4	3	22	ふれあいの家「夕日ヶ丘1丁目」	健康寿命延伸に向けたフレイル予防の必要性を理解する。また、具体的な取り組み内容を理解し、取り組み意欲を高める。	夕日ヶ丘1丁目集会所	保健師1人 認知症地域支援推進員1人	16	・講話「感染予防とフレイルについて」 ・実技「イレブンチェック」 ※フレイルサポーターと共に実施 ・講話「フレイル予防」 ・実技「口腔体操」「運動」

実施回数	57
参加延べ人数	794

- ①フレイル予防講演会1回開催  
 ②フレイルサポーター養成講座1回  
 ③フレイルサポーター連絡会5回  
 ④フレイルチェック16回
- 参加者113人  
 サポーター10人誕生  
 延べ参加者110人  
 延べ132人

(5) みんなで一緒にフレイル予防大作戦事業

年	月	日	教室名	目的	会場	総数	内容
3	9	6	フレイル予防実践動画撮影	住民が地域でフレイル予防に取り組むためのDVDを作製し、今以上に自主活動が活性化できるよう環境を整える。また、健康寿命延伸に向けた取り組みが継続していく意識付けを行う。	境夢みなどターミナル	32	モデル、解説は各種専門職、フレイルサポーターにより実施する。 ・フレイルサポーターへの説明(感染対策・実施内容) ・脳トレ・口腔体操・タオル体操 ・百歳体操・オープニング・エンディング・指輪っか
3	12	20	みんなで一緒にフレイル予防大作戦! DVD視聴会①	フレイル予防動画を市民に周知し、より一層フレイル予防の取り組み意欲を高める。	保健相談センター	40	・DVD作製の経緯説明 ・市長挨拶・視聴 DVDに合わせて体操実施 ・操作の説明、視聴の感想
3	12	20	みんなで一緒にフレイル予防大作戦! DVD視聴会②	フレイル予防動画を市民に周知し、より一層フレイル予防の取り組み意欲を高める。	保健相談センター	23	・DVD作製の経緯説明、視聴 DVDに合わせて体操の実施 ・操作の説明、視聴の感想
3	12	21	みんなで一緒にフレイル予防大作戦! DVD視聴会③	フレイル予防動画を市民に周知し、より一層フレイル予防の取り組み意欲を高める。	保健相談センター	32	・DVD作製の経緯説明、視聴 DVDに合わせて体操の実施 ・操作の説明、視聴の感想
3	12	24	フレイル予防DVDフォロー「芝町長寿友の会」	フレイル予防動画の使用方法を習得し、自分たちでフレイル予防に取り組むことができる。	芝町会館	12	・DVDの収録内容と使用方法 ・参加者によるDVD操作確認とフレイル予防の実施

実施回数	5
参加延べ人数	139

(6) 口腔機能・低栄養改善事業

年	月	日	教室名	目的	会場	講師	総数	内容
3	11	4	健口づくり講演会	口腔機能の改善についての知識を深め、高齢者の健康増進を図りフレイル予防につなげる。	保健相談センター	鳥取県西部歯科医師会 歯科医師 家原 猛 山陰言語聴覚士協会 言語聴覚士 持井 香織	28	・歯科医師によるオーラルフレイルについての講話 ・言語聴覚士による口腔体操の講話と実技 ・口腔機能健診(歯科医師2人・言語聴覚士3人、歯科衛生士2人) ※高齢者健康機能向上支援モデル事業

○低栄養予防講演会はコロナ禍のため中止とした。

実施回数	1
参加延べ人数	28

(7) 健康教育

年	月	日	教室名	目的	会場	総数	内容
3	5	28	境地区民生児童委員協議会認知症サポーター研修会	境地区民協が認知症や認知症サポーターとしての役割など再確認ができる	境公民館	18	●境民協が独自で認知症についての勉強会を企画。 ・令和元年度に受講した認知症サポーター養成講座のパンフレットを読み合わせ、認知症について再確認。 ・相談体験談についてロールプレイ後グループワーク、①民生委員の対応で良かったこと、②こうすればよかったのでは ・まとめと地域包括支援センター紹介
3	7	3	渡地区民生児童委員協議会研修会	フレイルやその予防について知るきっかけづくりとする。また、高齢者の方とかかわるうえでの情報としていく。	渡公民館	12	●フレイル予防についてのミニ講話とイレブンチェックの実施。
3	11	17	小篠津町福祉の集い	自分の健康は自分で守ることの必要性がわかる	小篠津町会館	36	●テーマ:自分の健康は自分で守ろう 健康推進課保健師、看護学生、包括保健師 1. 検診受けて健康に ~正しい血圧測定の方法を知ろう~ 学生から正しい血圧の測り方説明とデモスト、参加者に血圧測定を行う 2. フレイルについて講話とイレブンチェックの実施、タオル体操を実施

実施回数	3
参加延べ人数	66

(8) 家族介護教室

○コロナ禍のため中止とした。

## (9) 地域包括ケア推進事業

年	月	日	教室名	目的	会場	総数	内容
3	6	2	第1回地域ケア個別会議	<ul style="list-style-type: none"> <li>・高齢者の自立支援及びQOLの向上に資するケアマネジメントの実現とそれに基づくサービスの提供。</li> <li>・事例に対して、多職種による多角的なアセスメントを行い、そこから見えてくる地域課題を地域づくりや政策形成に結びつける。</li> <li>・会議の中で具体策を継続的に検討することで、地域のネットワークを構築する。</li> </ul>	保健相談センター講堂	14	1. 前回の事例のモニタリング 2. 事例検討 ①事例1(地域包括支援センター) ②事例2(地域包括支援センター) ③事例3(地域包括支援センター)
3	9	1	第2回地域ケア個別会議	<ul style="list-style-type: none"> <li>・高齢者の自立支援及びQOLの向上に資するケアマネジメントの実現とそれに基づくサービスの提供。</li> <li>・事例に対して、多職種による多角的なアセスメントを行い、そこから見えてくる地域課題を地域づくりや政策形成に結びつける。</li> <li>・会議の中で具体策を継続的に検討することで、地域のネットワークを構築する。</li> </ul>	保健相談センター講堂	14	1. 前回の事例のモニタリング 2. 事例検討 ①事例1(地域包括支援センター) ②事例2(地域包括支援センター) ③事例3(境港市在宅介護支援センター済生会居宅介護支援事業所)
3	9	28	第1回市内ケア事例検討会	①関係機関から講師を招き、ケアマネジメントを行う上で様々な制度や知識を得る事で介護支援専門員の質の向上を目指す。 ②事例検討会に参加する介護支援専門員や多職種等とのネットワークの構築を図る。 ③介護支援専門員が抱える困難事例を振り返ることによって、課題の整理を行い、支援の方向性を明確にする。 ④事例検討会の中で地域課題、行政課題は地域ケア推進会議へつなげる。	保健相談センター講堂	18	講師:境港市社会福祉協議会 社会福祉士 加藤 弘晃氏 ①権利擁護について講義。 ①事例提供者による事例紹介 ②グループワーク ③まとめ
3	12	1	第3回地域ケア個別会議	<ul style="list-style-type: none"> <li>・高齢者の自立支援及びQOLの向上に資するケアマネジメントの実現とそれに基づくサービスの提供。</li> <li>・事例に対して、多職種による多角的なアセスメントを行い、そこから見えてくる地域課題を地域づくりや政策形成に結びつける。</li> <li>・会議の中で具体策を継続的に検討することで、地域のネットワークを構築する。</li> </ul>	保健相談センター講堂	16	1. 前回の事例のモニタリング 2. 事例検討 ①事例1(地域包括支援センター) ②事例2(ケアプラン孫の手) ③事例3(ケアプランセンターさかい幸朋苑)
4	2	3	第1回フレイル予防コア会議	令和3年度のフレイル事業の結果を共有し、当市の課題と傾向を明らかにする。 ハイリスク者の支援体制について継続できる支援体制に向けた検討を行う。	第一会議室	11	1. 報告事項 ①フレイル予防実績 ②昨年度フォロー講座参加者の経緯 ③昨年度フォロー講座の意見集約 2. 協議事項 ①境港市の傾向と課題 ②ハイリスク者のフォロー講座の課題と効果 ③今後のハイリスク者のフォロー体制
4	2	16	第4回地域ケア個別会議	<ul style="list-style-type: none"> <li>・高齢者の自立支援及びQOLの向上に資するケアマネジメントの実現とそれに基づくサービスの提供。</li> <li>・事例に対して、多職種による多角的なアセスメントを行い、そこから見えてくる地域課題を地域づくりや政策形成に結びつける。</li> <li>・会議の中で具体策を継続的に検討することで、地域のネットワークを構築する。</li> </ul>	保健相談センター講堂	16	1. 前回の事例のモニタリング 2. 事例検討 ①事例1(居宅支援事業所花の里) ②事例2(地域包括支援センター) ③事例3(えにしケアプランサービス)

(9) 地域包括ケア推進事業

年	月	日	教室名	目的	会場	総数	内容
4	3	16	第2回市内ケア事例検討会	<p>①主任介護支援専門員が中心となり、介護支援専門員が抱える困難事例や事例の振り返り、事例を通して共有したいこと等グループワークを通して、的確な取り組み方法を学び、ケアマネジメント力を向上させる。</p> <p>②事例検討会に参加する介護支援専門員や多職種等とのネットワークの構築を図る。</p> <p>③事例検討会の中で地域課題、行政課題がある場合は地域ケア推進会議等へつなげていく。</p>	保健相談センター講堂	16	<p>①事例提供者による事例紹介</p> <p>②グループワーク</p> <p>③まとめ</p>

実施回数	7
参加延べ人数	105

○多職種連携研修会はコロナ禍のため中止とした。

(10)認知症初期集中支援推進事業

① 認知症初期集中支援チーム員会議

目的: 認知症の人の意志が尊重され、できる限り住み慣れた地域で、自分らしく暮らし続けるために、認知症の人やその家族に早期に関わる「認知症初期集中支援チーム」を配置し、早期診断・早期対応に向けた支援を検討、実施する。

方法: 医療、サービスにつながらず、今後の対応方針の協議が必要な人、またつながっているが対応に苦慮している人について、専門医を含めた専門職で情報をアセスメントし、対応方法の検討を行う。また、具体的に対応をしていき、1か月、3か月、6か月後にモニタリングを行い、継続支援及び終結と、支援方針を決めていく。

日にち			検討件数( )内はモニタリング件数	日にち			検討件数( )内はモニタリング件数	会議参加者及び開催時間
3	4	22	1(2)	3	10	21	1(0)	済生会境港総合病院脳神経内科 医師 (専門医)栗木悦子先生 地域包括支援センター専門職(社 会福祉士、主任ケアマネ、保健師、 ケアマネ、認知症地域支援推進員) ※対象によっては居宅のケアマネ
3	5	13	0(2)	3	11	25	2(1)	
3	6	17	2(1)	3	12	23	0(2)	
3	7	15	0(3)	4	1	20	栗木先生リモートで参加 1(0)	
3	8	26	2(0)	4	3	10	1(1)	開催時間:14時から16時
3	9	30	0(3)					

実施回数	11回
検討件数	13件 (3)

まとめ

- ・サービス導入となり終結した人(入院も含む) 8件(2)
- ・サービス導入にならず終結した人 3件(1)(うち1件は包括が継続支援中)
- ・サービス導入にならず継続中の人 1件
- ・居宅介護支援事業所のケアマネジャーからの人 1件

※( )内は前年度からの継続件数

②認知症地域支援推進員による相談

目的: 認知症の早期対応に向けたケースの把握を行い、必要な対応に結びつける。

年	月	日	教室名	会場	人数	年	月	日	教室名	会場	人数
3	6	16	ふれあいの家「中野町」	中野町会館	1	3	10	1	ふれあいの家「渡3区」	渡3区会館	1
3	6	17	ふれあいの家「境東」	なぎさ会館	0	3	10	4	ふれあいの家「西灘会館」	西灘会館	2
3	6	18	ふれあいの家「上道7区」	上道7区集会所	0	3	10	20	ふれあいの家「上道8区」	なぎさ会館	0
3	6	22	ふれあいの家「境中」	境公民館	0	3	10	25	ふれあいの家「麦垣町」	麦垣ふれあい会館	0
3	6	29	ふれあいの家「外江町」	外江ふれあい会館	0	3	10	26	ふれあいの家「福定町」	福定町会館	0
3	7	8	ふれあいの家「竹内町」	竹内町会館	0	3	11	11	ふれあいの家「新屋町」	新屋町会館	0
3	7	14	ふれあいの家「小篠津町」	小篠津町会館	0	3	11	12	ふれあいの家「渡7区」	渡7区会館	1
3	7	20	ふれあいの家「高松町」	高松町会館	0	3	11	15	ふれあいの家「渡4区」	渡4区会館	0
3	9	15	ふれあいの家「三軒屋」	三軒屋町会館	0	3	11	17	ふれあいの家「渡9区」	渡9区会館	0
3	9	21	ふれあいの家「渡8区」	渡8区会館	0	3	11	18	ふれあいの家「幸神町」	幸神町会館	0
3	9	22	ふれあいの家「誠道町」	ふるさと塾	0	3	12	2	ふれあいの家「渡5区」	渡5区会館	0
3	9	17	ふれあいの家「上道町会館」	上道町会館	0	4	1	11	ふれあいの家「渡1区」	渡1区会館	0
3	9	28	ふれあいの家「渡11・18区」	渡11区会館	0	4	3	21	ふれあいの家「夕日ヶ丘1丁目」	夕日ヶ丘1丁目集会所	0
3	9	30	ふれあいの家「財ノ木町」	財ノ木町会館	0						

回数	27回
延べ人数	5人

③おれんじカフェさかいみなど

・家族のつどい

目的：介護家族や過去の経験者が集まり、日頃の様子を話し気持ちを共有する。またアドバイスや情報をもらう。  
認知症の人や家族の精神的な負担、介護負担の軽減を図るとともに、認知症の正しい知識を得る  
家族支援の場とする。

・おれんじカフェさかいみなど

目的：誰でも参加でき、交流を通し色々な情報交換や共有ができ、また気軽に何でも相談することができる場。  
その中で、認知症の理解を促進するとともに、交流や情報交換ができ、楽しく集える場とする。

・場所：老人福祉センター 時間：家族のつどい 10時から12時 おれんじカフェさかいみなど 10時から11時30分  
(※「家族のつどい」認知症の人と家族の会より毎回アドバイザーとして吉野氏参加あり)

年	月	日	教室名	内容	講師名	人数
3	4	12	おれんじカフェ「家族のつどい」	認知症を介護する家族のつどい		11
3	4	26	おれんじカフェ「さかいみなど」	介護と健康づくりについて		13
3	5	10	おれんじカフェ「家族のつどい」	認知症を介護する家族のつどい		9
3	5	24	おれんじカフェ「さかいみなど」	もしもの時のあんしん手帳について		15
3	6	14	おれんじカフェ「家族のつどい」	認知症を介護する家族のつどい		10
3	6	28	おれんじカフェ「さかいみなど」	音読会		21
3	8	16	おれんじカフェ「家族のつどい」	認知症を介護する家族のつどい		9
3	9	13	おれんじカフェ「家族のつどい」	認知症を介護する家族のつどい		10
3	9	27	おれんじカフェ「さかいみなど」	新型コロナウイルス対策、感染症予防		15
3	10	11	おれんじカフェ「家族のつどい」	認知症を介護する家族のつどい		9
3	10	25	おれんじカフェ「さかいみなど」	人権学習講座 「人と人とのつながり」～新型コロナウイルス 感染防止のための新生活様式の中で～	人権政策室 安達 義昭氏	16
3	11	8	おれんじカフェ「家族のつどい」	認知症を介護する家族のつどい		9
3	11	22	おれんじカフェ「さかいみなど」	フレイル予防について		14
3	12	13	おれんじカフェ「家族のつどい」	認知症を介護する家族のつどい		9
3	12	20	おれんじカフェ「さかいみなど」	「アロマを使った癒しの体験」～アロマ発砲入 浴剤を作ろう～		11
4	1	17	おれんじカフェ「家族のつどい」	認知症を介護する家族のつどい		12
4	3	14	おれんじカフェ「家族のつどい」	認知症の方を介護する家族のつどい		9
4	3	28	おれんじカフェ「さかいみなど」	認知症サポーター養成講座		17

	家族のつどい	おれんじカフェさかいみなど	合計
実施回数	10	8	18
参加 延べ人数	97	122	219

○コロナ禍のため、家族のつどいを2回、おれんじカフェさかいみなどを4回中止とした。

(11) 安否確認訪問

目的:1人暮らし高齢者に対し、地域包括支援センターが訪問を行い、高齢者の安否を確認し生活相談などを行う。

対象者:以下の①~④のすべてに該当する人、または⑤に該当する人で本人の希望がある人

- ①75歳以上の1人暮らし
- ②介護サービスや配食など安否確認ができるサービスを利用していない人
- ③親族や近隣者等の訪問や電話などが月1回以上無い人
- ④地域活動や仕事等をしておらず、月1回以上他者との関りが無い人
- ⑤その他民生委員や関係機関が必要と認める人

月	訪問件数
4月	7
5月	7
6月	7
7月	6
8月	6
9月	6
10月	6
11月	6
12月	6
1月	6
2月	5
3月	6
合計 (訪問延べ件数)	74