

(5)口腔機能向上・栄養改善事業

◎ フレイル予防「口腔機能」

【目的】

オーラルフレイルについて理解し、予防のための方法を習得する。

【内容】

- ・講話「フレイル予防で健口長寿」
- ・実技「口腔体操」
- ・講話「私のオーラルフレイル」
- ・実技「ブラッシング指導」

日にち			教室名	会場	講師	人数
6	4	25	フレイル予防「口腔機能」	保健相談センター	鳥取県歯科衛生士会 高場由紀美	42
6	12	17	フレイル予防「口腔機能」		鳥取県歯科衛生士会 高場由紀美	37

実施回数	2 回
参加延べ人数	79 人

◎ フレイル予防「栄養」

【目的】

フレイル予防において、低栄養改善についての知識を深め具体的な方法を習得する。

【内容】

- ・講演会 手軽で簡単！おいしく食べよう～タンパク質の上手な取り方～
- ・フレイル予防の食事 「バランス」「タンパク質」
- ・SATシステムでの説明
- ・調理のデモンストレーション

日にち			教室名	会場	講師	人数
6	8	27	フレイル予防「栄養」	保健相談センター	鳥取県栄養士会 阿部暁子	46
7	2	5	フレイル予防「栄養」		鳥取県栄養士会 阿部暁子	38

実施回数	2 回
参加延べ人数	84 人

(6)健康教育

◎ 公民館まつりにて啓発活動

【目的】

フレイル予防の普及を図り、今後のフレイル予防活動の参加呼びかけを行う。

【内容】

公民館祭で「ミニフレイルチェック」コーナーを開設し、各コーナーで来場者に声かけする。

- ・講話「フレイル」とは？ ・計測「椅子片足立ち上がり」「握力」「滑舌」など
- ・結果説明 ・事業PR（包括）

※誠道、中浜公民館はフレイルサポーター作成のフレイルチェックPR ・パネル展示

- ・フレイル予防啓発チラシ配布。また、中浜ではエコノミー症候群対策運動&フレイル予防ミニ講話を包括作業療法士が、またミニ講話をサポーターも加わり実施。

日にち			教室名	会場	人数
6	10	6	上道公民館祭「ミニフレイルチェック」	上道公民館	51
6	10	26	境公民館祭「ミニフレイルチェック」	境公民館	46
6	10	27	中浜公民館祭「フレイル予防ミニ講話」	中浜公民館	18
6	10	27	中浜公民館祭 エコノミー症候群対策運動&フレイル予防ミニ講話	中浜公民館	22
6	10	26	渡公民館祭「ミニフレイルチェック」	境公民館	38
6	10	27	誠道公民館祭「フレイル予防啓発チラシ配布」	誠道公民館	30
6	10	27	外江公民館祭「ミニフレイルチェック」	外江公民館	26
6	10	27	余子公民館祭「ミニフレイルチェック」	余子小学校	39

実施回数	8 回
参加延べ人数	270 人
1 回あたり平均人数	34 人

◎ ねんりんピックにてフレイル予防について啓発

【目的】

フレイル予防の普及を図り、今後のフレイル予防活動の参加呼びかけを行う。

【内容】

ねんりんピックにて「ミニフレイルチェック・簡易体力テスト」コーナーを開設

<ミニフレイルチェック体験>

・講話「フレイル」とは？ ・計測「椅子片足立ち上がり」「握力」「滑舌」「手足筋肉量」

<簡易体力テスト>

・「タッチアップ&ゴーテスト」「30秒椅子立ち上がりテスト」

<まとめ>

・結果説明 事業PR

日にち			教室名	会場	人数
6	10	20	ねんりんピック「ミニフレイルチェック・簡易体力テスト」1日目	境港市民体育館	106
6	10	21	ねんりんピック「ミニフレイルチェック・簡易体力テスト」2日目	境港市民体育館	90

実施回数	2 回
参加延べ人数	196 人

◎ その他の内容

日にち			教室名	目的	会場	人数	内容
6	5	30	境港商工会議所 フレイル予防研修会 ～みんな一緒にフレイル予防大作戦！～	企業の方々に若いうちからフレイルについて正しく理解し「自分の健康は自分で守る」考えの定着と、高齢者が元気である地域を作っていくことの重要性を周知していく。	境港商工会議所3階大ホール	26	①講演会 フレイル対策による地域活性化（足立融氏） ②境港市フレイル予防の取り組み紹介（包括保健師） ③簡単にできるフレイルイレブンチェック体験（サポーター、保健師）・事業PR
6	7	6	サロンのんびり夕日ヶ丘	健康寿命延伸に向けた介護予防の取り組み意欲を高める。 栄養改善と健康寿命延伸の関係を理解し、取り組み意欲を高める。	夕日ヶ丘2丁目集会所	12	・ミニ講話：フレイルについてや具体策、栄養・口腔体操・運動・社会参加 ・実技「イレブンチェック」 ・市の現状 ・まとめ ・事業PR

日にち			教室名	目的	会場	人数	内容
6	10	10	上道地区民生児童委員協議会 介護保険制度についての勉強会	地域包括支援センターの役割と介護保険利用までの流れを知る。	上 道 公民館	8	・地域包括支援センターの役割や体制についての説明 ・介護保険サービス申請時からサービス利用の流れ ・介護予防支援事業所、居宅介護支援事業所について ・包括へ民生委員さんからの相談事例について紹介する
7	3	13	令和6年度薬剤師会認知症対応力向上研修会	研修会の目的である「認知症の本人や家族を支援するために基本知識と対応力を習得し、医療介護連携の重要性を再認識する」のため、4市の取り組みを薬剤師へ情報提供し、内容を知ることによって、連携をよりスムーズにしていく。	西 部 薬剤師 会 館 (その他は ZOOM)	118	薬剤師会から県内4市へ依頼される。ZOOMにて、県内薬剤師が受講。 4市の長寿社会課より、認知症の取り組みをPPにて紹介する ①鳥取市：永松美起氏 ②倉吉市：大久保美智子氏 ③米子市：長門航志氏 ④境港市：竹内 各20分ずつ情報提供をする。

実施回数	4 回
参加延べ人数	164 人
1回あたり平均人数	41 人

(7)家族介護教室

日にち			教室名	目的	会場	講師	人数	内容
6	5	29	いきいき介護講座「薬のおはなし」	薬や薬局についての知識の習得をし、介護など生活をする上で必要な情報を得る。	保健相談センター	(一社)鳥取県薬剤師会西部支部理事 上原 隆氏	46	・講話「薬のはなし」 ・薬剤師のお仕事 ・薬との付き合い方 ・病院の薬からサプリメントまで ・薬局の将来像 ・質疑応答 ・事業PR
6	12	16	「市販品をアレンジ・介護食づくり」	要介護者の健康に関する食・栄養の知識技術の習得を図る。	保健相談センター	介護老人福祉施設はまかぜ 管理栄養士 足立 由里佳氏	19	・講話「介護食は食べる力に合わせた食事」 ・レシピ紹介 ・調理実習 ・実食、質疑応答、意見交換 ・片付け ・アンケート

実施回数	2 回
参加延べ人数	65 人

(8)地域包括ケア推進事業

◎ 地域ケア個別会議

【目的】

- ・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提供する。
- ・多職種による多角的なアセスメントによる地域課題を地域づくりや政策形成に結びつける。
- ・具体策を継続的に検討することによる地域のネットワークを構築する。

【内容】

- ・前回の事例のモニタリング
- ・事例検討
- ・まとめ

日にち			教室名	会場	人数
6	6	26	第1回地域ケア個別会議	第1会議室	15
6	9	25	第2回地域ケア個別会議	保健相談センター研修室	15
7	1	22	第3回地域ケア個別会議	第1会議室	15

◎ フレイル予防コア会議

【目的】

- ・フレイルチェックで抽出されたハイリスク者に必要な支援方法の検討及び支援体制づくり。
- ・フレイルチェックで抽出されたハイリスク者の傾向をに基づく今後必要な資源や施策の検討。

【内容】

- ・フレイル予防事業実績の報告
- ・ハイリスク者の結果とフォロー状況の報告
- ・フレイル予防の支援体制
- ・サポーター活動報告

日にち			会場	人数
7	2	27	第1会議室	5

◎ 事例検討会

【目的】

- ・介護支援専門員が抱える困難事例や事例を通じて浮かび上がった疑問や問題点などを振り返り、共有して、お互いのスキルを向上させる。
- ・事例検討会に参加する介護支援専門員や多職種等のネットワークの構築を図る。

【内容】

- ・事例発表後、グループワークを行う。
 （第1回テーマ）小規模多機能型居宅介護のケアマネジャーの役割について
 （第2回テーマ）本人を支援するキーパーソン不在の中、どこまで本人の意思を尊重して支援を行うか

日にち			教室名	会場	人数
6	8	28	第1回事例検討会	保健相談センター	29
7	2	19	第2回事例検討会	保健相談センター	30

◎ 多職種連携研修会

【目的】

- ・健康寿命の延伸・幸福長寿の実現のため「フレイル」をいかに喰いとめるかが重要。医療・介護の専門職及び行政、住民が、地域包括ケアシステムの中で、フレイルの概念や取り組みをより広く周知・啓発をする。
- ・「気づき、自分事化」できる個人への意識変容の促進、家族や職場、専門職、住民の活動が活発に行われるまちづくりについての意見交換。
- ・多職種間での関係づくり、今後の連携。
- ・市の取り組みについての周知。

【内容】

- ・オンデマンドバス事業説明
- ・ミニ講話「地域包括ケアシステムにおけるまちづくり」
鳥取県地域歯科医療連携室室長 足立融歯科医師
- ・フレイルチェック、グループワーク

日にち			会場	人数
6	11	29	みなとテラス	96

実施回数	7 回
参加延べ人数	205 人
1回あたり平均人数	29 人

(9) 認知症初期集中支援推進事業

◎ 認知症初期集中支援チーム員会議

目的：認知症の人の意見が尊重され、できる限り住み慣れた地域の良い環境で暮らし続ける為に、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
6	4	18	2 (2)	6	10	31	0 (4)	
6	5	16	0 (3)	6	12	26	2 (0)	
6	7	25	1 (1)	7	1	23	0 (2)	
6	8	22	1 (2)	7	3	13	1 (1)	
6	9	19	2 (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

実施回数	9回
検討件数	9件 モニタリング 延べ15件 (次年度から継続の3件含む)

まとめ

- ・ サービス導入となり終結した人(入院も含む) 6件(1件)
 - ・ サービス導入にならず終結した人 4件(2件)
 - ・ サービス導入にならず次年度へ継続中の人 0件
 - ・ 居宅介護支援事業所のケアマネジャーから 2件
- ※()内は前年度からの継続件数

◎ 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。

日にち			教室名	会場	人数	日にち			教室名	会場	人数
6	4	17	ふれあいの家「中野町」	中野町会館	1	6	7	18	ふれあいの家「幸神町」	幸神町会館	0
6	5	16	ふれあいの家「境東地区」	なぎさ会館	1	6	8	2	ふれあいの家「誠道」	誠道集会所	1
6	5	17	ふれあいの家「上道町会館」	上道公民館	2	6	8	29	ふれあいの家「芝町」	芝町会館	0
6	5	24	ふれあいの家「渡10区」	渡10区会館	0	6	9	13	ふれあいの家「渡7区」	渡7区会館	0
6	6	11	ふれあいの家「渡6区」	渡6区会館	0	6	10	2	ふれあいの家「渡2区」	渡2区会館	0
6	6	19	ふれあいの家「境中地区」	境公民館	0	6	11	5	ふれあいの家「美保町」	美保町会館	0
6	6	26	ふれあいの家「上道8区」	なぎさ会館	0	6	11	18	ふれあいの家「新屋町」	新屋町会館	0
6	6	28	ふれあいの家「清水町」	清水町会館	0	7	1	21	ふれあいの家「渡8区」	渡8区会館	0

実施回数	16回
検討件数	5人

◎ おれんじカフェ

①家族のつどい ※家族のつどいには「認知症の人と家族の会」よりアドバイザーとして参加あり

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等、家族支援の場とする。

②おれんじカフェさかいみなど

目的：誰でも参加でき、認知症や健康づくりなど情報交換を行う場。認知症の本人が参加することで、地域とつながることができ、地域住民は認知症の人と交流し、認知症を正しく知っていく場とする。

・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

日にち			教室名	内容及び講師	人数
6	4	8	家族のつどい	認知症の人を介護する家族のつどい 講師：認知症と家族の会 吉野 靖子氏	8
6	4	22	おれんじカフェ さかいみなど	テーマ「地域包括支援センターの新メンバーの紹介&脳トレと軽体操」 ・リハビリ職員の紹介、脳トレと軽体操を実施	21
6	5	13	家族のつどい	認知症の人を介護する家族のつどい 講師：認知症と家族の会 吉野 靖子氏	8
6	5	27	おれんじカフェ さかいみなど	テーマ「認知症サポーター養成講座」	16
6	6	24	家族のつどい	認知症の人を介護する家族のつどい 講師：認知症と家族の会 吉野 靖子氏	11
6	6	24	おれんじカフェ さかいみなど	テーマ「臨床美術で楽しみながら作品づくり」 ・扇子作りのプログラム実施、作品鑑賞実施（臨床美術士 井澤ゆうか氏）	20
6	7	8	家族のつどい	認知症の人を介護する家族のつどい 講師：認知症と家族の会 吉野 靖子氏	11
6	7	22	おれんじカフェ さかいみなど	テーマ「自転車の交通ルール等」について 境港警察署担当者より自転車や歩行者の交通ルールについて講話	17
6	8	19	家族のつどい	認知症の人を介護する家族のつどい 講師：認知症と家族の会 吉野 靖子氏	7
6	8	26	おれんじカフェ さかいみなど	テーマ「自宅で健康プログラム」 ・健康増進のための情報提供、運動や知的・創作活動などを体験	22
6	9	9	家族のつどい	認知症の人を介護する家族のつどい 講師：認知症と家族の会 吉野 靖子氏	8

日にち			教室名	内容及び講師	人数
6	9	30	おれんじカフェ さかいみなど	世界アルツハイマー月間の取り組みの紹介等 ・ミニ講話「認知症に備える」、アルツハイマー月間作品展の紹介	17
6	10	21	家族のつどい	認知症の人を介護する家族のつどい 認知症と家族の会 吉野 靖子氏	8
6	10	28	おれんじカフェ さかいみなど	テーマ「もしもの時のあんしん手帳」について ・手帳を見ながら概要や記入項目について説明	19
6	11	11	家族のつどい	認知症の人を介護する家族のつどい 講師：認知症と家族の会 吉野 靖子氏	8
6	11	25	おれんじカフェ さかいみなど	フレイル予防「栄養」について ・栄養士の講話、SATシステムを使用した食事の個別相談	23
6	12	9	家族のつどい	認知症の人を介護する家族のつどい 講師：認知症と家族の会 吉野 靖子氏	8
6	12	19	男性介護者の つどい	・男性介護者ネットワーク鳥取県副代表である吉野立氏からの依頼による「男性介護者のつどい」	11
6	12	23	おれんじカフェ さかいみなど	テーマ「消費者トラブルについて」 ・消費生活専門相談員小原美穂子氏による講話、脳トレの実施	23
7	1	20	家族のつどい	認知症の人を介護する家族のつどい 講師：認知症と家族の会 吉野 靖子氏	9
7	1	27	おれんじカフェ さかいみなど	テーマ「音楽を楽しむ」 ・民謡ラボAmetsuchi「天地」協力のもと音楽を聴き、一緒に歌う。	24
7	2	10	家族のつどい	認知症の人を介護する家族のつどい 講師：認知症と家族の会 吉野 靖子氏	8
7	3	10	家族のつどい	認知症の人を介護する家族のつどい 講師：認知症と家族の会 吉野 靖子氏	13
7	3	24	おれんじカフェ さかいみなど	「みなとーる（予約型乗合バス）説明＆登録会」 ・乗り方や登録方法の説明、希望者は一緒に登録作業を行う	30

	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	13 回	11 回	24 回
参加延べ人数	118人(うち新規11人)	232人(うち新規21人)	350人

(10) 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	6
5月	6
6月	6
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	5
合計(訪問延べ件数)	70