高齢者の総合相談窓口です

地域包括支援センターだより

（ちいきほうかつしえん）

白糠町役場　保健福祉部　介護福祉課　介護支援係　　第６５号

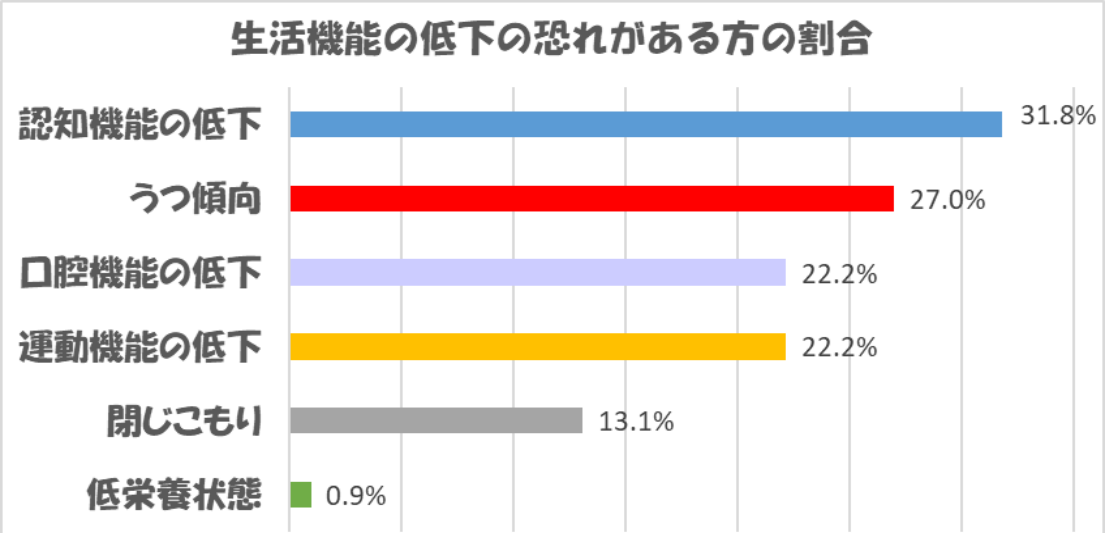
（白糠町地域包括支援センター）☎２－２１７１ 内線５２７・５２８　（令和６年８月発行）

アンケートの集計結果について

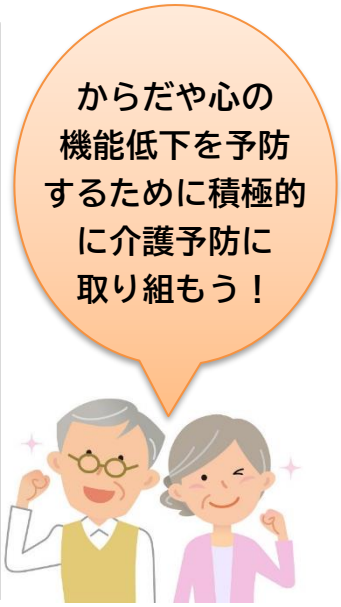
４月下旬に実施した「日常生活の機能に係る調査」について、1524 人に送付し 957 人にご返送（63%）いただきました。ご協力ありがとうございました！

アンケートでは、運動・栄養・口腔・閉じこもり・認知症・うつなどに関する質問（チェックリスト）をしました。その結果から、生活機能の低下の恐れがある方を早期に把握し、様々な介護予防事業に繋げられるよう取り組んでいます。今回は、アンケートの集計結果について一部をお知らせします！

☆チェックリスト該当者



※重複して該当されている方もいらっしゃいます。



集計結果では、白糠町全体で１番高かったのが認知機能の低下でした。次いで２番目にうつ傾向、３番目に同率で口腔機能・運動機能の低下となりました。昨年は、うつ傾向（44.4%）が１番高かったですが、今年度は大幅に減少したことがわかります。また、それ以外の項目に関しては例年ほぼ横ばいとなっています。

年齢を重ねるにつれて様々な機能が低下するのは自然なことですが、できるだけ予防し、維持することが重要です。今回の結果からもわかる通り、機能低下を感じる人の割合は大きく増加しておらず、みなさまの日々の取り組みの成果だと考えられます！

また、より健康な生活を目指すために、白糠町では様々な介護予防事業を企画・運営しております。今後、上記チェックリストの該当者には、介護予防教室のお誘いをさせて頂く場合がありますので、よろしくお願いいたします！

次号以降、アンケート結果からわかる白糠町の高齢者の疾病の傾向について掲載予定です。

元気はつらつ教室を実施しました！

５月 23 日（木）から６月 27 日（木）まで週１回（全６回）の介護予防教室を西庶路コミュニティセンターで開催しました！認知症をテーマとし、保健師による講話や㈱オカモトのインストラクターによる楽しい運動や脳トレ、レクリエーションなどを行い、参加者の方からは「勉強になった」「楽しかった！」という感想を頂きました。

認知症は**誰でもなりうる身近な病気**です。できるだけ長く住み慣れた環境で生活し続けるためには、町ぐるみで認知症の人やその家族を支えることが大切です。多くの人に認知症のことについて知っていただくために、これからも様々な取り組みを行っていきますので、みなさまのご協力をお願いいたします！

生活・介護支援サポーター養成講座を開催しました！

白糠町では、軽運動や交流を目的とした地域の活動を支援するボランティア（生活・介護支援サポーター）を養成しており、今年度は６月 19 日（水）から７月 10 日（水）まで、全４回の養成講座を開催しました。

新規で受講された方が８名で、そのうち４名は生活・介護支援サポーターとして登録していただくことができました。また、すでに活動されている生活・介護支援サポーターの方にとってはさらなる学習の機会となりました。

講座では、講師の先生を３名招き、高齢者の身体機能や認知症、コミュニケーションのコツなど、講話だけでなく実技やロールプレイを取り入れながら、楽しく学びを深めました。

今後は生活・介護支援サポーターの皆さんの活動風景についても、お伝えしたいと思います！