

社会福祉法人
桂

シニア運動サポーターと協働した 事業運営の取り組み

～地域高齢者の互助力を引き出し歩んでゆく～

社会福祉法人 桂
ケアハウス カリタスみわ
理学療法士 小田将弘
生活相談員 濱野義紀



社会福祉法人
桂

設立22周年




当法人 関連施設

MAP

カリタスみわ

介護予防・生活支援センター
〒454-0274 静岡県静岡市清水区大井町
☎ (054) 207-4477
Fax (054) 207-2834

訪問介護老人ホーム
カリタス
〒454-0274 静岡県静岡市清水区大井町
☎ (054) 292-2892
Fax (054) 292-2893

介護サービス
カリタス
〒454-0274 静岡県静岡市清水区大井町
☎ (054) 204-3050
Fax (054) 204-3051

～施設紹介～

**ケアハウス
カリタス みわ**

- ◆ 自立型30床
- ◆ 介護型50床(特定施設)
- ◆ 通所介護45名定員
- ◆ **地域支援事業**

運動器機能向上事業(H20～)
地域への主張講座(H28.6～)
認知症カフェ(H28.9～)
運動型通所サービス(H29.9～)



やさしい気持ちで
あなたらしく暮らせるように




取り組んだ課題・はじめに

【参考】介護予防・日常生活支援総合事業(新しい総合事業)の構成

静岡市H29.4～

介護予防・生活支援サービス事業
(第1号通所事業)

運動を中心とした短時間の『運動型通所サービス』が制度化

介護予防事業の推進

出所: 厚生労働省 介護予防・日常生活支援総合事業ガイドライン(概要)

地域包括ケアシステムの姿

医療 介護

地域包括ケアセンター
ケアマネジメント

住まい

生活支援・介護予防

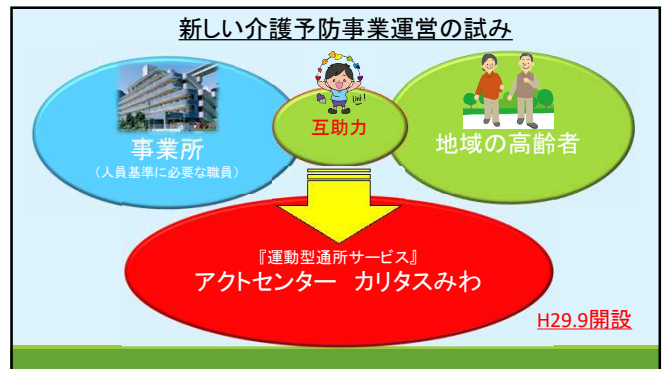
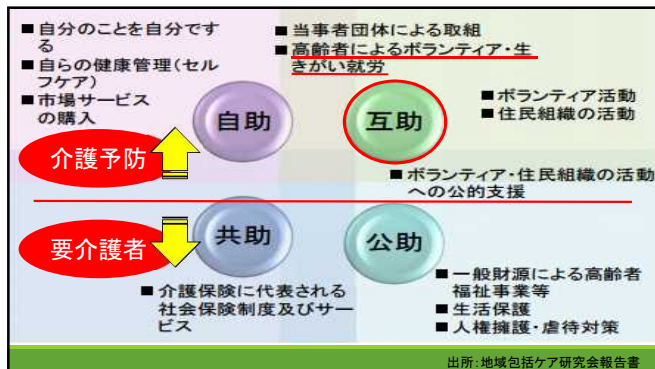
※ 地域包括ケアシステムは、おおむね30分以内に必要なサービスが提供される日常生活圏(具体的には中学校区)を単位として認定

出所: 地域包括ケア研究会報告書

地域包括ケアシステムにおいて

- 地域の多様な支える力
- 支える力を集結

➡ 支えあいの体制づくり



【アクトセンターカリタスみわ】

【アクトセンターカリタスみわ】

【アクトセンターカリタスみわ】

アクトセンターの事業説明

カリタスみわ

運動サポーター募集

シニア運動サポーターの募集





アクトセンター 概要

<<開催日>>
 ◆ 火曜日 (H29.9オープン)
 水曜日 (H30.4～増回)
 <<提供時間>>
 ◆ 10:30～12:30
 <<対象者>>
 ◆ 要支援1・2
 ◆ 事業対象者
 (チェックリストで判定)
 <<定員>>
 ◆ 10名

人員基準に必要な職員
 管理者1名(兼任可)
 介護職1名(15人に対して)
 機能訓練指導員(1名以上)

シニア運動サポーター

<<提供メニュー>>

前半

- ◆ 全体での体操
 - ・口腔体操
 - ・道具を使った体操
 - ・指体操
 - ・デュアルタスク(二重課題)

後半

- ◆ 運動機器(選択性)
 - ・有酸素マシン
 - ・油圧式マシン
 - ・バランス運動マシン
 - ・リラクゼーション機器

運動型通所サービス(アクト)

1. 1.1.1. 運動型通所サービスの概要
 1. 1.1.2. 運動型通所サービスの目的
 1. 1.1.3. 運動型通所サービスの対象者
 1. 1.1.4. 運動型通所サービスの提供時間
 1. 1.1.5. 運動型通所サービスの提供場所
 1. 1.1.6. 運動型通所サービスの提供内容
 1. 1.1.7. 運動型通所サービスの提供体制
 1. 1.1.8. 運動型通所サービスの評価

運動サポーターマニュアル

血圧測定
 コミュニケーション
 椅子の移動
 セット
 重りのセット

運動機器

配置図
 記録用紙

運動機器の準備・片付け
 運動時間のセット・記録

シニア運動サポーター登録者数

開設当初
 4名(卒業生2名 募集2名)

現在
 13名(卒業生5名 募集8名)
 H30.6時点

サポーター活動実態調査

1、性別・年齢(10名中)

性別は全て**女性**

→ 高齢者を直接支援する活動は**女性**の方が関心が高い傾向が

平均年齢は**71.2歳**

→ **前期高齢者**の社会活動への参加を推進
(前期高齢者:65歳~74歳)

2、活動をして良かったこと 複数回答可の選択式

- ・日々の生活に張り合いが
出来た(10名)
- ・自身の健康にも繋がって
いる(10名)
- ・仲間や友人が出来た(10名)
- ・元気をもらえた(9名)
- ・楽しみが増えた(8名)
- ・人の役に立つ実感が得ら
れた(8名)
- ・地域貢献ができた(6名)

活動インタビュー

活動の評価と考察

社会活動

自尊心 社会との繋がりが

充実感×幸福感

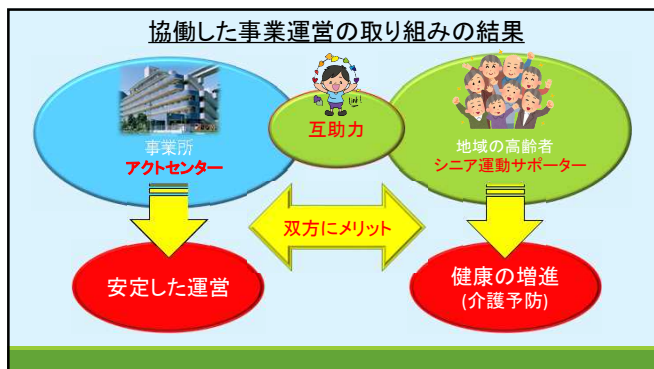
健康寿命の延伸
73.9歳(H25.静岡県男女)

自分自身のこれからの生き方にプラスになっています

皆さんとお話し出来る
ことが嬉しい
です

利用者様
の笑顔で
自分も
元気を
頂いて
います

毎週楽しく、
自身の健康
作りにも役立
っています



サポーター活動アンケート

活動中に困ったこと
改善して欲しい点

- ・サポーターの人数がもう
少し増えたらいいです
- ・人との接し方が難しい
- ・利用者の方の顔と名前が
なかなか覚えられない

→ サポーター≠職員

↓

サポーターのサポート

