

1-1

介護予防事業への取り組み

地域の中における施設の役割を実践する

地域活動

介護予防

特別養護老人ホーム ゆたか苑

管理栄養士 寺崎 紀子

生活相談員 大下由勝

東京都豊島区長崎3-26-4

機能訓練指導員 申性卓 PT 西澤徳子

TEL 03-3959-2129

E-mail: yutaka-c@douen.jp

FAX 03-3959-2149

URL: <http://members.tripod.co.jp/yutakaen/>

今回の発表の施設
またはサービスの
概要

社会福祉法人立で平成8年4月、隣接する長崎公園とともにゆたか苑は開設されました。50床の特養で現在4床のショートステイを併設しています。その他居宅介護支援事業では2名のケアマネージャーが地域で元気に活躍しています。

〈取り組んだ課題〉

平成18年度から新たにスタートした介護予防事業について、ゆたか苑では豊島区より委託を受け「介護予防まるごと講座」を実施している。

○高齢化の進行とともに、要介護者を増やさない、要介護状態にならないようにする

○地域の方との交流

○地域の中での施設の役割を果たす

〈具体的な取り組み〉

○実施期間 H.18年6月～8月 H.19年6月～7月

○実施回数 毎週金曜 14:00～15:30

18年度→全8回 19年度→全6回

○対象者 18年度→特定高齢 19年度→一般高齢者

○参加人数 18年度→7名 19年度→5名

○実施方法 講義と実習(体操等)

○実施内容 ・リハビリ講座(担当講師 PT)

身体機能測定、筋力強化、バランス体操

・口腔ケア講座(担当講師 歯科衛生士)

口中環境観察、口腔機能トレーニング、

咀嚼嚥下についてレクチャー

・栄養講座(担当講師 管理栄養士)

食事バランスについて、塩分水分について、

嚥下について

○実施費用 豊島区委託費

〈活動の成果と評価〉

○全体的な成果と評価

各講座共通の成果として…

事後アンケートより参加者全員がこの講座に参加して良かったとの回答があった。

今までの生活でも気をつけていたが今回新たに気づいた事があった。

今後の生活への意識付けができた。

○各講座担当講師からの成果と評価

・リハビリ

短期間、単発的かつサンプル数も少ないことから、明確な事象は得ずかった。筋力向上よりバランス能力の改善が先であることが見てとれた。

・口腔ケア

口腔衛生の面については、食物残渣の結果に改善が見られた。口腔機能向上については、「納豆をひきわりから通常の物に替えてみた」との声が聞かれるなどその概念を認識してもらったきっかけとなったようである。

・栄養

参加者の健康への意識が高く、講義では質問なども出て活発な取り組みができた。内容については今の食生活と照らし合わせてみることで確認でき、今後の意識向上につながった。さらに、実践的に調理講習などできると生活に生かしやすくなったと感じた。

〈今後の課題〉

○区報にお知らせを掲載したが参加者を募るのが難しい

○単発的な講義なので成果が見えずらく、いかに家に帰って継続してやっていただけるか

○今後も継続して参加者と交流を図っていけるか