

取組と目標に対する自己評価シート（フェイスシート）

タイトル	健康づくりと介護予防		
------	------------	--	--

現状と課題			
令和２年度に実施した「介護予防・日常生活圏域ニーズ調査」では、「現在治療中の病気又は後遺症のある病気」として「高血圧」が 50.0%と最も多く、次いで「糖尿病」が 16.7%となっています。これらのような慢性疾患が併存したり、重症化したりすると運動機能の低下につながり、ひいては要介護状態につながるおそれがあります。 健康事業に対する関心を高め、現在抱えている疾病等の重症化を防ぐために健康的な生活習慣を促し、加えて介護予防や重度化防止に取り組む意欲を引き出すことが必要です。			
第 8 期における具体的な取組			
・ 健康教室、健康教育、健康相談 ・ 介護予防普及啓発事業 - 地域まるごと元気アッププログラム（まる元） - 介護予防講演会の開催 - 体力測定会の開催 ・ 地域介護予防活動支援事業 - 地域サロン（ゆる元体操）			
目標（事業内容、指標等）			
	R 3 年	R 4 年	R 5 年
健康教室開催数	50 回	50 回	50 回
健康相談開催数	30 回	30 回	30 回
まる元運動教室延べ参加者数	2,500 人	2,600 人	2,700 人
地域サロン（ゆる元体操）延べ参加者数	3,000 人	3,100 人	3,200 人
目標の評価方法			
● 時点 ☐ 中間見直しあり ☒ 実績評価のみ ● 評価の方法 ・ 健康教室・健康相談は開催回数を計上する。 ・ まる元運動教室は参加者数を計上する。 ・ ゆる元体操は、ゆる元体操指導者が地域サロンで指導した延べ人数を計上する。			

取組と目標に対する自己評価シート

年度	令和 4 年度
----	---------

前期（中間見直し）

実施内容
自己評価結果
課題と対応策

後期（実績評価）

実施内容
・健康教室開催数 33 回、健康相談開催数 31 回 ・まる元運動教室実施（令和 4 年 4 月 1 日～令和 5 年 3 月 31 日）計 96 回 延参加者数 1,716 人 ・住民の指導者によるゆる元体操の実施 活動回数 218 回、指導した延件数 2,792 人
自己評価結果【○】
・健康教室・健康相談は、昨年度よりも倍増。特に健康相談は目標値に達した。 ・まる元運動教室は、運動中心の 3 クラスと閉じこもりや認知症予防の 1 クラスの計 4 クラスを開催。新型コロナウイルス感染症対策を施しながら計画どおり実施でき、延べ参加者数も増加した。 ・住民が指導者となるゆる元体操は、コロナの影響で開催を自粛するサロンと「ウィズコロナ」のもと積極的に開催するサロンがあるなど、各サロンによってばらつきはあったが、回数・延べ件数ともに昨年度よりも大幅に増加した。回数 80 回→218 回 延べ参加者数 1,309 人→2,792 人。
課題と対応策
【評価時点での課題】 ・まる元運動教室は参加者が高齢化して退会者が増えており、全クラス定員を満たしていない。 ・コロナの影響でゆる元体操を指導する機会が一時的に減少したことにより、指導者自身のモチベーション維持が難しく、指導者の固定化にもつながっている。 【課題に対する改善策】 ・まる元運動教室の周知と、地域へ出向く出張教室の開催。 ・ゆる元体操指導者のモチベーションや技術向上のためのフォローアップ講座を継続。