

らくらく貯筋教室

運動

食

団地

特定健診

健康づくり

認知症予防

介護予防

サポーター

その他

事業の概要

生活機能評価(基本チェックリスト)により抽出された特定高齢者や、生活機能、運動機能の低下が予測される介護二次予防事業の対象者に対し、運動器機能の向上、閉じこもり防止を図り、日常生活機能の向上、自立を促すことで、要支援・要介護状態に陥ることを防ぐ(遅らせる)。

事業内容

- らくらく貯筋教室(H18～)
事前アセスメント(基本情報等)により、介護予防ケアプランを作成する。
血圧測定・健康チェック、実技指導、血圧測定を実施
理学療法士来所日に体力測定を実施
実施回数の半数以上の参加者には修了証を出す。

事業効果

- 平成12年度以降上昇してきた総介護給付費の伸び率を抑制することができた。
- 事業の実施前後の主観的健康観、基本チェックリストの点数の変化は約7割が維持、改善している。

その他