

平成26年度事業概要

わし宮団地わくわく事業

1 参加者（実人数 558人）

わし宮団地住民
（概ね40歳以上）
体とココロの健康サポート事業
（主に65歳以上）
花と健康の団地づくり事業
団地はつらつ運動教室事業
高齢者家庭訪問事業

2 事業内容

様々な事業による「場」を提供することにより、閉じこもりを予防し、地域住民の交流を深め、高齢者等の生きがいの創出を図る。

- ①体とココロの健康サポート事業
ルディックウォーキング等による継続的運動指導
 - ②団地はつらつ運動教室
運動教室（筋トレ、ストレッチ、認知症予防体操等）
 - ③高齢者家庭訪問
健康チェック、運動指導、高血圧予防指導等
 - ④花と健康の団地づくり事業
花の栽培を通じて交流や運動機能の維持向上
- その他 デイサービス、サロンを実施

3 効果検証

- ①活動能力指標
下肢筋力、歩行因子、ライフコーダによる活動量等
- ②健康指標評価
SF-8、EQ-5D、転倒自己効力感等
- ③国保医療費
毎月の医療費の推移
- ④介護給付費
毎月の介護給付費等の推移

4 主なスケジュール（各事業通年実施）

- ・活動能力検査、健康指標評価（6, 8, 10, 11月）
- ・分析、データ間の関連性検証
- ・各事業の開始
 - ①体とココロの健康サポート事業（4月）
 - ②団地はつらつ運動教室事業（6月）
 - ③高齢者家庭訪問事業（6月）
 - ④花と健康の団地づくり事業（4月）

