

1
経緯の
振り返り

コロナ禍
1年目
(2020年)

- ・ 緊急事態宣言で活動休止。
どうすれば事業を再開できるか、実施方法の工夫を検討。
- ・ youtubeやチラシを作成しセルフケア支援を行う。
- ・ 通いの場を屋外実施へ転換するところも。

コロナ禍
2年目
(2021年)

- ・ 事業の休止・再開を繰り返し、姿を見せなくなった市民の状況確認。
- ・ 短期集中予防サービスを卒業後、地域活動に参加していない市民が30%あり。地域包括支援センターやリハビリ専門職と連携しフォローの体制をより強固にする。
- ・ 体力測定の結果より、全ての項目の平均値が低下しており、アンケートより交友目的の外出の減少、主観的健康観が低い方が増加し高齢者の体力低下が顕在化。

コロナ禍
3年目
(2022年)

- ・ 前年度の調査を経て、各事業で対応策を検討。

外出支援

啓発

継続支援

場の創出

上記4つに焦点をあて、フレイル予防に取り組む。

2
今年度
追加
対応策



2-1の対応策

※○の数字は対応策の数

	TFPP	うんどう 教室	地域 介護 予防 教室	ボランティア ポイント	近所 de 元気 アップ トレーニング	元気塾	認知機能が 低下しても 通える場	その他
外出 支援	○1		○1	○1	○1	○1		
啓発	○3	○1	○2		○1		○1	○1
継続 支援			○1		○1	○1	○1	
場の 創出			○1		○1		○1	

3

<各詳細>

外出
支援

「外出を再開しよう」を介護予防事業全体で推進する5項目

TFPP	・サ高住やシルバーピアなど、実施場所の工夫
地域介護予防教室	・地域イベントのチラシ作成、配布
ボランティアポイント	・受け入れ施設の増加を検討
近所de元気アップトレーニング	・体力測定やTFPPの実施を検討
元気塾	・より通いやすい方法の検討

3

<各詳細>

啓発

「外出を再開しよう」を介護予防事業全体で周知・啓発する9項目

TFPP	・動機付け支援の媒体作成 ・まるっと協議体や2層との連携 ・ビヨンド60の再周知
うんどう教室	・体力測定の結果を踏まえた外出機会の創出の重要性を周知（イベントを集約したチラシを作成）
地域介護予防教室	・たま広報にフレイル予防のコラムの掲載 ・体力測定の結果を踏まえた外出機会の創出の重要性を周知（イベントを集約したチラシを作成）
近所de元気アップトレーニング	・動機付けプレゼンの充実
認知機能が低下しても通える場	・認知機能低下に寄り添う通いの場のプレゼンを通して、啓発を実施
その他	・高齢者のICT活用について検討

今後も活動を継続可能にするための支援4項目

3
 <各詳細>
 継続
 支援

地域介護予防教室	・職員やリハ職が教室を訪問し介護予防リーダーの相談に応じる等
近所de元気アップトレーニング	・2層と連携し活動を再開した団体へリハビリ専門職を派遣
元気塾	・卒業後の状況確認を定期的に行う仕組みを構築
認知機能が低下しても通える場	・現在行っている継続支援の中で、本格実施に向け、支援の内容や頻度の検証を行う

コロナ禍で活動の縮小・転換を行い減少した地域資源を補うために、
 通いの場の創出に向けた活動3項目

4
 <各詳細>
 場の
 創出

地域介護予防教室	・新規教室立ち上げを目指し場所や担い手の確保を進める
近所de元気アップトレーニング	・新規立ち上げ増加に向けて、2層と連携し場所や担い手の確保を進める
認知機能が低下しても通える場	・全市展開を目指しあらゆる機会での啓発を行う