



地域リハビリテーション活動支援事業



こんな悩みをお持ちの方は
ぜひご活用下さい！

以前より体
が動かしに
くなくなった

近頃、気力
がなくなっ
てきた

この頃食事が
おいしく感じ
ない...

食が細くな
ってきた



元気な暮らしを取り戻すために
専門職がご自宅に訪問



例えば...

管理栄養士

理学療法士



バランスの取れた
お食事ができていますね！
少しタンパク質を増やすと
さらに良いですね。

自分では
しっかり食べてる
つもりだけど。

昔に比べると
運動する量が
減ってるなあ。

ご家族も一緒に
お話を聞けます！

社会参加の機会を
増やしても良いかも
しれないですね。

【アドバイスの例】

- ・食事の取り方の工夫
- ・買い物、調理方法や惣菜・食材選びのコツ



【アドバイスの例】

- ・元気に暮らすための体力アップのコツ
- ・疲れにくい歩き方や体の動かし方



訪問する専門職・・・管理栄養士、理学療法士、歯科衛生士、言語聴覚士、作業療法士

問い合わせ

●お住いの「高齢者あんしん相談センター」

●担当のケアマネージャー



令和6年度

活動報告



ケアマネ学習会交流会

令和6年度は災害に関する学習会や個別の
事例の検討会を4回開催しました。
今後も地域の高齢者の生活や介護の課題
について、学んでいきたいと思います。

認知症サポーター養成講座 ステップアップ講座

誰でも気軽に認知症について学べる
サポーター養成講座、継続して学べる
ステップアップ講座を開催しました。



「精神疾患のある方を地域でどう支
えるか」をテーマに病院相談員、ケア
マネージャー、包括職員で情報共有、
交流をしました。

精神保健学習会

介護予防教室

ヨガをベースとしたストレッチやリズム体
操をします。毎月第1月曜日に開催してい
ます。年1回体力測定会も実施しています。



地域ケア会議

令和6年度は個別のケース、ケースから出た地域課題の検
討、本人参加の自立支援会議など計12回開催しました。医療
や介護の専門職、民生委員、市役所の方に出席を頂き「歩き
やすいまち・歩きたいまち」、「8050問題」、「家族支援につ
いて」等の地域課題について検討、助言を頂きました。
地域の課題や今後の地域づくりについて、地域住民の方々と
共に考える取り組みを地域ケア会議では行っています。



子安市民センター祭

「歩きやすいまち・歩きたいまち」をテーマ
に「誰でも座れるイスステッカー」の展示や
お気軽測定会などを行い183名の方が参
加しました。



「もの忘れが増えた親に、きつい言い
方をしてしまう…」など日頃の思いを
語り合い、お茶を飲みながら一息つく
時間となりました。

家族介護者のつどい

スマートフォン使い方講座

「孫とラインができるようになった」
など、嬉しい声が聞かれました。

