

市民提案型協働事業実施計画書

協働事業名	吹き矢で介護予防
事業目的	<p>1 解決する地域課題の内容</p> <p>介護予防とは「運動・口腔・栄養」が大切で、和光市では多くの介護予防事業が行なわれ、成果もあげている。しかし、体操や運動に抵抗を感じている高齢者も多い。健康寿命をのばすために、口腔内のケアや健康的な食生活が必要であるが、きちんと行える高齢者は少ない。</p> <p>2 課題解決に対する市民ニーズ（課題として提起する根拠等）</p> <p>運動や体操など行うことに、おっくうになる高齢者に対し、自分にもできることをみつけ、継続してできるように支援する。参加することにより、健康に対する意識づけを行う。吹き矢をすることで、口腔ケアや腹筋等筋力向上し、遊びながら、体力向上や意欲向上につなげる。</p> <p>3 その他</p> <p>歯科衛生士と管理栄養士が協働して事業を行ない、地域活動の場を広める。</p>
問題解決の手法	<p>1 問題解決の方策</p> <p>吹き矢を取り入れた介護予防教室の開催 和光市内の施設3カ所で、2回ずつ開催。</p> <p>2 問題解決の独自性及び先駆性</p> <p>吹き矢を行いながら、口や呼吸の大切や食事の大切さを講義するので、遊ぶ気分で行いながら、介護予防につながる。</p> <p>3 想定される問題及び対策</p> <p>参加したい人に募集案内が伝わるかどうか。参加者の応募方法の検討。</p> <p>4 その他</p>
役割分担	<p>1 提案団体が果たす役割</p> <p>健康で生活していくために、介護予防（運動・口腔・栄養）が必要であることの周知</p> <p>2 市に期待する役割</p> <p>広報や自治会等へ募集案内、開催場所の確保、参加者の紹介</p>

協働の必要性	<p>1 協働の必要性</p> <p>口腔と栄養の大切さを同時に広めることができ、健康を気づかう和光市民が増える</p> <p>2 協働による相乗効果</p> <p>歯科衛生士と管理栄養士と和光市長寿あんしん課が協働し、介護予防を効果的に広めることができる</p>
個別事業の内容 (事業ごとに記入)	<p>1 事業名 吹き矢で介護予防</p> <p>目的： 介護予防の周知</p> <p>成果： 参加者の口腔機能向上、栄養改善</p> <p>内容： 吹き矢しながら、口腔講座と栄養講座</p> <p>実施日程： 平成25年4月～平成26年3月</p> <p>参加予定者： 1回講座 20名</p> <p>実施場所： 高齢者施設福祉交流室3ヵ所（各2回開催）</p> <p>予算額： 6回講座 372,750円</p>
事業の実施体制	<p>1 人的体制</p> <p>管理栄養士4名（うち健康運動指導士2名）</p> <p>2 提案する協働事業の特長（知識、経験、実績等）</p> <p>歯科衛生士により口腔ケアのについて、管理栄養士が栄養や調理について、専門的な内容を分りやすく説明ができる</p>
年間スケジュール	<p>（四半期ごとに取り組む内容を記載してください。）</p> <p>第1四半期：講義内容等の打ち合わせ</p> <p>第2四半期：講義資料作成、募集・受付</p> <p>第3四半期：事業開始</p> <p>第4四半期：事業評価</p>
協働の成果	<p>1 団体：事業実績の増加、口腔・栄養の必要性の周知</p> <p>2 行政：健康な市民の増加</p> <p>3 地域：地域交流の場の増加</p>
成果指標	<p>高齢者施設福祉交流室3ヵ所で行なうが、1ヶ所で2回開催し、1回目と2回目の機能向上を比較する。また、1回目に自宅でできる宿題を渡し、2回目終了後も、継続できるような宿題を渡す。</p>
事業と関連する団体の 特徴及び活動実績	<p>1 提案する協働事業に関連する知識、技術等（団体の特長）</p> <p>平成18年より、介護予防教室を行っており、管理栄養士と健康運動指導士が栄養や食生活、運動や生活習慣について集団や個別で指導をし、和光市の介護予防に貢献してき</p>

	<p>た。</p> <p>2 提案する協働事業に関連する活動実績</p> <p>介護予防教室：H 2 2 年 5 事業 延べ1226名</p> <p>H 2 3 年 6 事業 延べ974名</p>
他団体とのネットワーク（協力、共催等）	（社）埼玉県歯科衛生士 朝霞支部より2名講師。吹き矢1セット貸し出し。
事業の実施年度以降のスケジュール	参加者、施設とも相談し、自主サークルにつなげていく

※ A 4 サイズ 5 ページ以内で、できるだけわかりやすく、具体的に記載してください。

