

鹿沼市

## 【事業の名称・プログラム区分】

事業の名称：出前講座

プログラム区分：一般高齢者施策（普及啓発事業）

## 1 本事業の特徴

### 【事業概要】

「かぬままちづくり出前講座」は、市民が主催する学習会や勉強会等に、要望に応じて、市職員が出向いて担当する業務の説明や講演をするもので、「市民とともにつくる市政、市民と行政の共同作業としてのまちづくり」を進めていくきっかけづくりとして平成 12 年度からスタートしました。鹿沼市地域包括支援センターでは、平成 19 年度は出前講座のメニューに介護予防についてのメニューとして「介護予防について 寝たきりにならない秘訣教えます」「介護予防について お口から始まる介護予防」「高齢者の転倒予防」の 3 講座を、虐待防止・早期発見・権利擁護のメニューとして「高齢者の権利擁護について」「認知症サポーター養成講座」の 2 講座を提出しています。

### 【特徴的部分】

講義だけでなく、下肢筋力向上のための運動や口腔機能向上のためのトレーニングといった実践も含めた講座を行っている。

## 2 自治体の概要

### 【人口、高齢化率、特定高齢者数】

人口：104,050 人（平成 19 年 3 月末）

高齢化率：21.6%

特定高齢者数：1,265 人：（平成 19 年 12 月末）

### 【圏域数、地域包括支援センター数】

圏域数：4 圏域

地域包括支援センター数：1 箇所（直営）

※平成 20 年 4 月以降、5 箇所（直営 1、委託 4）となる予定

## 3 事業の体制づくり

### 【直営（担当課）or 委託（委託先事業者）】

直営により実施。（担当課：高齢福祉課）

### 【事業従事者】

社会福祉士・保健師・看護師・歯科衛生士・健康運動実践指導者・キャラバンメイ  
ト・家族会の会員など

### 【会場】

個人宅、自治会館、学校など（市内に限る）

【対象者の選定方法】

10人以上の仲間が集まり、学習しようと企画し、出前講座のメニューから申込みがあった場合、代表者と連絡を取りながら、講座の内容等を調整する。また、地域包括支援センターから周知をしていきたいと思う団体や企業、地区の組織などに働きかけ講座の開催を依頼することもある。

【事業の周知方法】

広報誌、ホームページなどで周知

【送迎の有無】

なし

【費用】

なし

【ボランティアとの連携】

なし

## 4 事業の実施状況

【実施期間、回数、1回当たりの時間】

実施期間：通年

回数：依頼により実施。介護予防に関する3講座については、平成19年度中、1月末までに17回行ないました。受講者は438名でした。

1回あたりの時間：1時間30分程度

【参加者数】

延438名

〈内訳〉

対象団体	回数	参加者数
自主的な集まり(近隣者など)	5回	126名
地区コミュニティ主催の高齢者教室	6回	165名
地区老人会等	2回	55名
ほっとサロン	1回	45名
自治会主催の高齢者の集まり	1回	30名
介護予防支援事業所	2回	17名

【プログラム内容】

1) 介護予防について 寝たきりにならない秘訣教えます

鹿沼市の高齢者の現状、介護予防の重要性等を話した上で、身近に出来る介護

予防の取り組みとして、運動や口腔機能向上のトレーニングなどの実践を紹介する。

2) 介護予防について お口から始まる介護予防

歯科衛生士による口腔機能向上の重要性の講義と向上のためのトレーニングの実践を行い、自宅でも行えるようにする。

3) 高齢者の転倒予防

健康運動実践指導者による講義と下肢筋力向上のための運動の実践

## 5 事業の評価・課題

### 【事業の効果】

生涯学習の一環として実施しているため、普段かかわりのない年代層や組織、企業などから依頼を受けることも多い。また、受講者は自分たちでメニューを決めて受講するため意識が高いことから、幅広い年代や団体の方々に介護予防に関する知識の普及啓発を図ることができた。

### 【利用者の声】

実践を取り入れての講座なので、参加者からは「唾液がジワーッとでるのが実感できた」「からだを動かしたことで循環がよくなり、手足がいつも冷たかったのがよくなった」等の声が上がっている。

### 【課題】

専門職の確保が今後の課題である。

問合せ先	鹿沼市保健福祉部高齢福祉課 ☎0289-63-2175 FAX0289-63-2284
------	--