

9.介護予防実態調査分析支援事業

平成21年10月実施

- 無作為に選定し、介護予防の対象者
- 橋本市においては、平成18年度から介護予防教室が実施できていない地域を選定

全小字数 84地区 未実施 35地区

内9地区を選定し介護予防教室を開催

10. 介護予防教室開催の具体例

開催地域の選定

- 未実施地域からの選定
9地区を対象に

関係者との打ち合わせ

- 区・自治会長、民生・児童委員
老人クラブ等
年度内に3回以上の教室
開催を検討

介護予防教室の 参加募集(回覧)

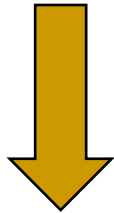
- 地域在住の対象者
すべてに案内
回覧板、口コミ等

11. 介護予防教室の内容

第1回

介護予防問診と体力測定

- ・市の事業紹介
- ・筋力、記憶力トレーニング等



第2回

定期的な運動を

- ・筋力、脳活性化トレーニング等

不参加者の確認
情報収集、フォロー

第3回

認知症を理解しよう

- ・脳トレーニング等



第4回

口の中の健康管理

- ・歯磨き指導等

