

瀬戸市施策の現状報告

1 介護・フレイル予防事業



事業名	大人の充活！ワンコイントレーニング
事業内容	全6回（1回500円）の「運動機能の向上」「栄養改善」「認知機能の低下予防」に向けたプログラムを市内各地で開催。
目的	教室に参加することでフレイルを予防し、要介護状態の発生を抑制し、日常生活の維持・改善を図ることを目的としている。
対象者	65歳以上の高齢者 ※ 教室内容のレベルに合った身体及び精神状態であること。
実施団体	（令和3年度上半期）シンコースポーツ中部株式会社、NPO法人デジタルライフサポーターズネット、NPO法人瀬戸地域福祉を考える会まごころ、学びキャンパスせと、アシスト・ケア宝ヶ丘（デイサービス）、アシスト・ケアプラス、プロビタ合同会社、その他個人での開催
実施例	「パソコンでフレイル予防！ワード&エクセルで絵描き脳活」 パソコンを使用し、脳トレクイズを行ったり、ワードとエクセルで風景や花、ご当地キャラクター等の絵を描いた。 また、講座の6回目は管理栄養士からのフレイル予防に関する講話が行われた。講座後は参加者同士の交流が生まれ、描いた絵は年賀状などに利用する等の声があった。



事業名	高齢者生きがいづくり・社会参加支援事業 （大人の本気ダンスプロジェクト）
事業内容・目的	健康寿命を延ばすために重要な口腔フレイル予防を目的としたオリジナルダンスコンテンツ「瀬戸の情熱」を作成し、口腔フレイル予防の普及・啓発を図るとともにその担い手の養成を行う。
対象者 （伝道師）	65歳以上の高齢者
「瀬戸の情熱」 について	「瀬戸の情熱」では、踊りながら“ラップ”を歌うことで口腔機能を高め、口を大きく動かし発音することで、普段使わない口の筋肉を鍛えることができる。また、ラップの歌詞には、市民の方や参加者から募集した「瀬戸を表す言葉」を採用している。
今後の展開	令和3年3月20日に、作成したダンスのプロモーション動画を公開する発表会を開催し、現在瀬戸市のホームページやYoutubeで公開されている。今後は、第1期の伝道師とともに市内各地で地域住民向けに作成した「瀬戸の情熱」の普及啓発や講座を実施していく。

事業名	高齢者移動支援推進モデル事業（令和２年度～令和４年度）
事業内容・目的	孤立しがちな独居高齢者等に、定期的かつ積極的な外出の機会を創出し、併せて買い物支援、交流支援を行うことで、孤立予防やフレイル予防につなげる。
対象者	６５歳以上の高齢者
実証実験	現在、東明連区、道泉連区での実証実験に向けて、地域ニーズの把握を行っている。
今後の展開	ニーズ結果をもとに、実証実験を実施（令和４年１月以降となる見込み）。ただし、実施については新型コロナウイルス感染症の感染状況等を踏まえ、時期等の調整をしていく必要がある。



事業名	シニア世代のスポーツ健康カレッジ
事業内容	名古屋学院大学スポーツ健康学部により、シニア世代の健康づくりに役立つ２種類のプログラムを開講。 ①せと健康運動教室（有酸素運動と軽運動を中心とした自宅でも実施可能なトレーニング） ②せと水中運動教室（アクアビクスを中心とした水中トレーニングやコンディショニング）
目的	高齢者がいつまでも健康で元気にアクティブ・ライフをおくり続けることができるように、スポーツ健康学の専門家により、高齢者を対象とした健康づくりのための運動教室を実施する。
対象者	６５歳以上の高齢者 ※ ①名古屋学院大学スポーツ健康学部が開催する既存の教室に参加していないこと。②医師より運動を禁止されていないこと。③全回教室に参加する意欲のあること。
実施場所	名古屋学院大学瀬戸キャンパス内の各運動施設（体育館、室内プール）

事業名	元気高齢者サポーター養成研修
事業内容	地域の介護現場や高齢者の集いの場等で、専門知識や技術を要しない比較的軽易な業務を担うことができる高齢者人材の養成講座を実施する。
目的	地域の介護現場や高齢者の集いの場等で活躍する元気な高齢者人材を育成することで、①瀬戸市もーやっこシルバーケアシステムの深化・推進、②担い手自身の介護予防、及び③高齢者の社会参加や生きがいづくりの推進をすることを目的としている。
対象者	６５歳以上の高齢者
令和２年度 実施内容	講演「傾聴とは 聴いて分かり合う良好な関係を築く一助に！」 講座「認知症サポーター養成講座」 実地研修「まごころデイサービスセンター、ミニデイサービス「笑い」、サロンまごころ「萩殿ひだまり、新郷結、菱野ふれ・愛」

事業名	サロン・まごころ
事業内容	年齢や身体状況にかかわらず、誰でも一緒に参加できる高齢者のための通いの場。令和２年度からは公立陶生病院の作業療法士の派遣も開始され、より専門的な指導を受けることができる。
開催場所	週に１回、３か所（萩殿・菱野・新郷）で開催
対象者	６５歳以上の高齢者
実施団体	特定非営利活動法人 瀬戸地域福祉を考える会まごころ
活動内容	体を動かすレクリエーション・主芸、折り紙の創作活動 等

２ 市内事業所との協定

事業名	瀬戸市見守りネットワーク協定
事業内容	瀬戸市と「見守りネットワーク協定」を結んだ協力事業者は、市内において事業活動中に高齢者等の異変に気付いたときは、支援機関へ連絡を行う。
目的	何らかの支援を必要としている高齢者等を早期に発見し、必要な支援を行うなど、地域社会全体で高齢者等を見守る体制を確保し、高齢者等が住み慣れた地域で安心して生活できるよう支援する
対象者	６５歳以上の高齢者、障害者、子ども等見守りが必要な者
協力状況	上記の事業内容に加え、協力事業者に対し、安全安心メールの登録協力や瀬戸市事業の案内等を行っている。