

はつらつ支援☆ボランティア(千葉県大多喜町)

○町で養成した「はつらつ支援☆ボランティア」による高齢者が楽しみながら取り組める介護予防教室の開催

はつらつボラの養成

年7回の講座で29名のはつらつボラが誕生

地域の老人クラブ等を
地域包括支援センターが紹介

新人のはつらつボラには、
保健師が同行してサポート



白熱する「転倒予防かるた」

介護予防教室の開催

(年10回開催で参加延べ人数は158名)

○転倒予防かるた

転倒予防がキーワード
絵札は高齢者向けに大きく見やすいものを作成

○健口体操

唇や舌の動きを強く発音する「パタカラ」の音を発声
童謡などの曲に合わせて楽しく合唱
肺炎予防や食べ物を飲み込みやすくする効果



童謡の曲に併せて合唱する「健口体操」

楽しみながら自然に介護予防

地域包括ケアシステム構築に向けた取組事例

①市区町村名	大多喜町
②人口（※1）	10,335人 ()
③高齢化率（※1） （65歳以上、75歳以上それぞれについて記載）	65歳以上 3,517人 高齢化率 34.02% () 75歳以上 2,123人 高齢化率 20.54%
④取組の概要	高齢者が、地域の中で交流を持ちながら楽しい一時を過ごすことで、地域ぐるみで介護予防活動を実施するとともに、活動的な生活を送ることを目指す。
⑤取組の特徴	・地域の前期高齢者等にボランティアとして活動してもらうことで、お馴染みの集会となり、近所の関係性を高めていく。 ・転倒予防かるたや、大多喜町の民謡等を素材として使用することで、親しみ易く、かつ笑いながら介護予防教室に参加してもらう。
⑥開始年度	平成24年度
⑦取組のこれまでの経緯	平成24年上半期に、はつらつ支援ボランティア養成講座を開催。同年下半期には、はつらつ支援ボランティアと地域包括支援センター合同で、町内の老人クラブにて介護予防教室を10回開催した。
⑧主な利用者と人数	地域の高齢者（延べ158名）
⑨取組の実施主体及び関連する団体・組織	実施主体 大多喜町地域包括支援センター 関連団体 大多喜町はつらつ支援ボランティア 大多喜町老人クラブ連合会
⑩市区町村の関与（支援等）（※2）	
⑪国・都道府県の関与（支援等）（※3）	千葉県介護度重度化防止対策事業補助金 88,000円
⑫取組の課題	はつらつ支援ボランティアの自立と組織化
⑬今後の取組予定	上半期は町内の老人クラブで介護予防教室を8回開催する予定。その他高齢者関係団体へ機会があれば教室を開催していく。
⑭その他	
⑮担当部署及び連絡先	大多喜町 健康福祉課 介護保険係 0470-82-2168

※1 一部地域に限定した実施の場合は、当該地域の人口・高齢化率を()内に記載してください。

※2 市町村から財政的支援が行われている場合には予算額等を含めて記載ください。

※3 国や都道府県から財政的支援を受けている場合は、補助金や交付金等の名称、額等を含めて記載ください。