

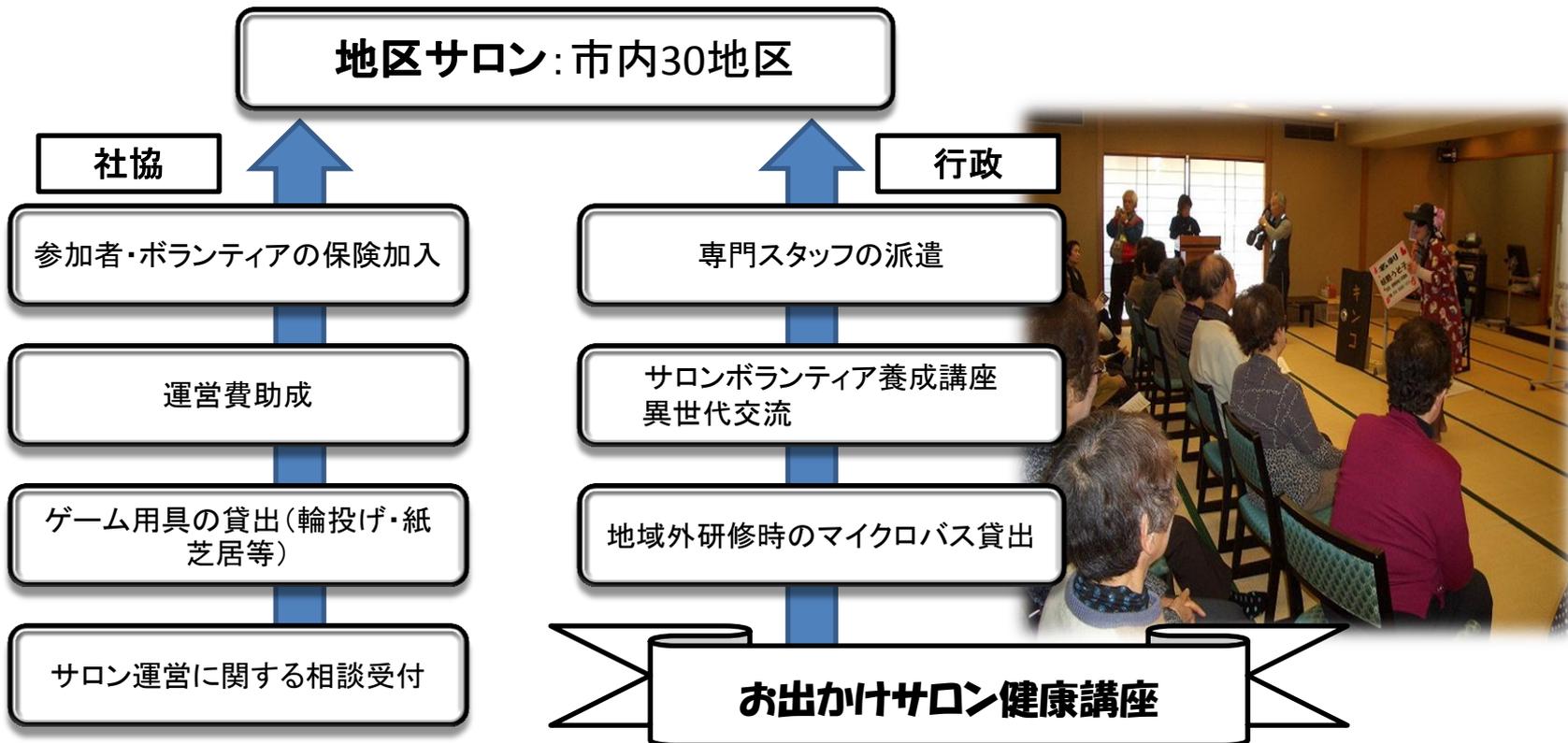


ようこそ！！お出かけサロン健康講座



「筋肉を貯める通帳」を利用してスクワットなどの運動習慣を推進する事業。また、事業実施主体は地域であることから見守り関係づくりの構築推進強化事業。

4月～12月までに200ポイント以上筋肉を貯めた達成者を「市内かかりつけ湯」に招待し、健康講座を開催する。H24年度 12回 600人





地域包括ケアシステム構築に向けた取組事例（様式）

①市区町村名	伊豆の国市
②人口（※1）	50,052人（平成25年4月1日現在）（ ）
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歳以上人口 13,689人（高齢化率27.3%）（ ） 75歳以上人口 6,422人（12.8%）
① 取組の概要	地区サロン参加者を対象に「筋肉を貯める通帳」を利用してスクワットなど貯筋運動を推進する事業。 4月～12月までに200ポイント以上筋肉を貯めた達成者とサロンボランティアを「市内かかりつけ湯」に招待し、健康講座を開催する。
⑤取組の特徴	自宅に近い公民館等で開催することで、参加しやすい環境での地域主体型事業であるサロン活動を支援し、「筋肉を貯める通帳」を媒体として日常生活の中での運動習慣を身につけるとともに、地域での見守り関係づくりの構築推進を強化するための主軸となる事業。
⑥開始年度	平成19年度
⑦取組のこれまでの経緯	お出かけサロン開催日数と参加延人数 H19: 8日 333人 H20: 10日 385人 H21: 12日 504人 H22: 10日 526人 H23: 11日 561人 H24: 12日 600人
⑧主な利用者と人数	【H25年度対象者】 地域のボランティア 253名 サロン参加者 794名
⑨取組の実施主体及び関連する団体・組織	伊豆の国市 地区サロン・地域包括支援センター・在宅介護支援センター・市内特別養護老人ホーム・警察署・民間（運動指導士）他
⑩市区町村の関与（支援等）（※2）	平成25年度 予算額 2,365千円
⑪国・都道府県の関与（支援等）（※3）	地域支援事業交付金（国・県）
⑫取組の課題	・ボランティアの高齢化 ・体操教室のみの参加者やサロン未設置地区の高齢者からの不公平感 ・当日の事故等の懸念
⑬今後の取組予定	平成25年度 13日 750人見込予定
⑭その他	
⑮担当部署及び連絡先	伊豆の国市 保健福祉部 高齢者支援課 伊豆の国市田京 299 - 6 電話 0558 - 76 - 8010

※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。

