

# 介護予防の取り組みについて（転ばぬ先の杖の会）

全国的に進んでいる高齢化。南阿蘇村でも例外ではありません。  
高齢になってもいつまでも元気ですごし、介護が必要な状態や認知症にならないために、南阿蘇村では、さまざまなプログラムを用意して介護予防に取り組んでいます。

## (1) 「転ばぬ先の杖の会」のご案内

要支援・要介護などの認定を受けていない人に、専門家による学習療法（音読・計算）や運動療法（ストレッチ・貯筋運動）、塗り絵や間違い探しといった脳トレプリントなどを行うことで、介護（認知症）予防に取り組んでいます。



## (2) 対象者

おおむね75歳以上の高齢者の方で、社会参加などの活性化により、現状維持、改善および悪化予防が図れる人を対象としています。

## (3) 送迎

南阿蘇村社会福祉協議会へ委託をしています。

## (4) 開催日と会場

開催日	開催時間	開催場所
毎週月曜日	午前10時30分～11時30分	岩坂仮設団地（大津町）
毎週月曜日	午後1時30分～2時30分	室南出口仮設団地（大津町）
毎週水曜日	午前10時～11時	白水保健センター（南阿蘇村）
毎週木曜日	午前10時～11時	温泉センターウィナス（南阿蘇村）

## (5) スタッフ

認知症地域支援推進員、運動療法士、講師（学習療法）

## (6) 受入定員

15人以内

## (7) 参加負担金

無料です

## (8) 他機関との連携

参加状況などから、村が行う総合事業や介護保健サービスなどが適当であると判断した場合、各地包括支援センターなどへ対応を引き継ぎ、対象者が安心して過ごせるよう支援を行います。



## (9) 訪問活動

民生委員等や包括支援センターからの情報による対象者の把握や、すでに転ばぬ先の杖の会に参加されている人の日常を把握するため、認知症地域支援推進員が不定期に訪問活動を行います。

〈問い合わせ〉健康推進課 介護保険係 TEL (67) 2704