


## 「生活支援コーディネーター」が地域で活動しています！

本市では、住み慣れた地域で自分らしく暮らし続けられるまちづくりを推進するため「地域支え合い推進員」とされる「生活支援コーディネーター」が、介護予防に関する活動や、地域に不足しているサービスや困りごとを把握して、行政・関係機関へ「つなぐ」などの活動をしています。

2カ月に1回、各地区の介護予防の取り組みについて紹介していきます。今回は斎川地区・大鷹沢地区です。




なりさわ かずお  
【斎川地区生活支援コーディネーター】 成澤 一男 さん

斎川公民館の皆さんと連携して、斎川地区の豊富な社会資源や地域性を活用したイベントなどを実施したり、高齢者の生活支援サービスの現状を把握したりしながら、人と人とのつながりや支え合いの輪が広がる活動をしていきたいと思ひます。

- 1\_ 昨年に開催した「門松づくり」の様子。華々しい門松ができました
- 2\_ 毎週金曜日、斎川地区2カ所で移動販売サービスが行われています





やっ あやこ  
【大鷹沢地区生活支援コーディネーター】 谷津 亜矢子 さん

私は、大鷹沢公民館が主催する「ふれあいサロン」の活動に取り組んでいます。参加者自身がサロンの講師になってもらうなど、皆さんが楽しめる活動を考えています。また、大鷹沢のたくさんの魅力を情報誌「すまいるおたかさわ」に載せて発信しています。

- 1\_ 地域包括支援センターの歯科衛生士から、口腔ケアの効果や方法を聞きました
- 2\_ 大鷹沢地区でオープンガーデンをしている方にガーデニングを教わりました



### 地域包括支援センターからのお知らせ

いきいき百歳体操で転ばない体づくりをしよう 

この体操は、手首や足首におもりを付けて椅子に座って、映像を見ながら行う筋力体操です。7月から「いきいき百歳体操体験教室」を開催します。体操で、フレイル（虚弱）を予防しましょう。

- 開催日 7月1・8・15・29日・8月5・19・26日（いずれも木）
- 時間 10:00～11:30（受付9:30～）
- ※参加を希望する方は、事前に地域包括支援センターへご連絡ください。
- 場所 中央公民館

## 支え合いながらいつまでも暮らせるまちへ

### ～斎川地区・大鷹沢地区編～

☎長寿課 ☎22-1361  
地域包括支援センター ☎22-1466



白石市の要支援・要介護認定者数は今後も増加傾向が続き、令和5年度には、2,113人、令和7年度には2,131人、令和22年度には2,247人になることが見込まれます（図1）。  
住み慣れた地域で暮らし続けるためにも、介護予防の推進や「通いの場」などを通して人と人がつながる地域づくりが求められています。

図1 白石市の要支援・要介護認定者数の実績・推計

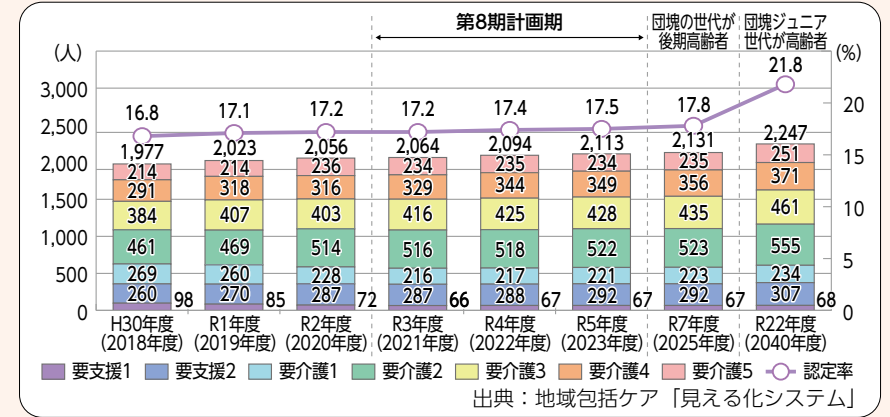
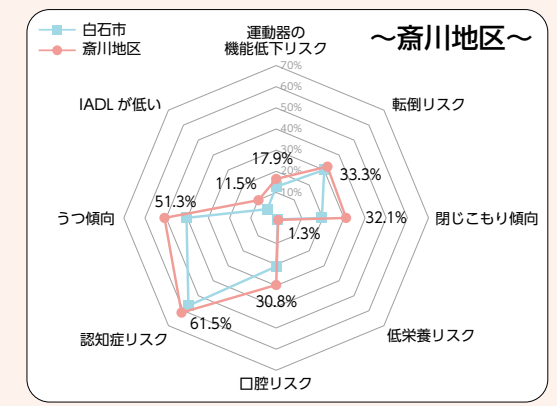
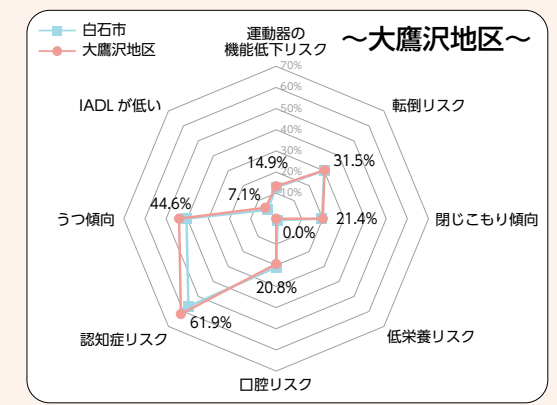


図2は「第8期介護保険事業計画策定のためのアンケート調査」の結果を基に、要介護リスク8項目を分析したものです。今号では、斎川地区と大鷹沢地区の要介護リスクの傾向について紹介します。

図2 運動器機能等リスク判定



リスク判定では、全ての項目で市全体を上回る割合となっています。特に、「閉じこもり傾向」「うつ傾向」が高く、精神面に関連するリスクが高い傾向がみられます。  
なお、斎川地区の高齢者人口は、418人（令和2年3月末現在）で市全体の3.6%となっています。高齢化率は、市全体より高い43.5%となっています。



リスク判定では、「認知症リスク」「うつ傾向」は市全体と比べて高くなっています。その他は大きな差はみられません。  
なお、大鷹沢地区の高齢者人口は、752人（令和2年3月末現在）で市全体の6.4%となっています。高齢化率は、市全体より高い41.2%となっています。



※ IADL：複雑な動作と判断が求められる動作（例：買い物や洗濯など）