

1 高齢者保健事業（一般介護予防）

高齢者に対する運動器・口腔の機能向上や栄養の改善を図り、身体機能の維持及び閉じこもりや要介護状態になることを予防するための事業として、「健康相談」、「はつらつクラブ」、「ワクワクからだ教室」を実施しています。

NO	事業名	実施時期 ・回数	事業内容	令和4年度
				最終実績(人)
1	健康相談	38回	6か所 保健師による血圧測定・個別相談	205
2	はつらつクラブ	66回	6か所 軽体操・ストレッチ・レクリエーション、健康チェック及び歯科医師の講話で口腔機能の必要性を通し、口腔機能の健診の紹介や口腔体操の実践、低栄養予防についての講話	700
3	ワクワクからだ教室	33回	3か所 転倒・骨折予防のための体操	261
4	一体的事業 フレイル予防教室	随時	保険医療課・高齢福祉課・健康推進課、社会福祉協議会、あま市民病院による高齢者の保健事業と介護予防の一体的な実施フレイル予防教室	236人 /9回
5	低栄養予防 資料配布	随時	はつらつクラブ、ワクワクからだ教室、いきいき体操、一体的事業など各種講座において低栄養予防冊子を配布・啓発	322

2 高齢者保健事業（一般介護予防）詳細

(1) 健康相談

健康について悩み事や不安がある高齢者へ、会場に来所してもらい、保健師による血圧測定と健康相談を実施し、高齢者の健康の保持増進を図ります。

・年度別実施状況

区分 年度	実施回数 (回)	参加者数 (人)	対象者	内容
平成 30 年	38	362	65 歳以上	保健師による血圧測定・健康相談
令和元年	35	307		
令和 2 年	13	62		
令和 3 年	27	98		
令和 4 年	38	205		

・年度別会場別実施回数

区分 年度	参加者数 (人) / 実施回数					
	人権ふれあいセンター	本郷憩の家	森憩の家	新居者憩の家	七宝老人福祉センター	美和総合福祉センター すみれの里
平成 30 年	19/2 回	50/4 回	53/4 回	51/4 回	60/12 回	129/12 回
令和元年	16/2 回	52/4 回	41/4 回	33/3 回	54/11 回	111/11 回
令和 2 年	7/1 回	5/1 回	11/1 回	13/2 回	4/4 回	22/4 回
令和 3 年	8/1 回	18/4 回	11/2 回	15/3 回	0/9 回	46/8 回
令和 4 年	11/2 回	27/4 回	34/4 回	39/4 回	4/12 回	90/12 回

※令和 2 年度、令和 3 年度は新型コロナウイルス感染症の影響により一部中止

(2) 運動教室

ア はつらつクラブ

軽い体操に加え、口腔や栄養の話や教室の参加者同士で交流することで、心身の健康づくりを図ります。

・年度別実施状況

区分 年度	実施回数 (回)	参加者数 (人)
平成 30 年	96	1,041
令和元年	88	817
令和 2 年	24	126
令和 3 年	39	265
令和 4 年	66	700

・年度別会場別実施回数

区分 年度	参加者数（人）/実施回数							
	坂牧コミュニティ防災センター	上萱津コミュニティ防災センター	下萱津コミュニティ防災センター	正則防災コミュニティセンター	篠田防災コミュニティセンター	七宝保健センター	美和保健センター	甚目寺保健センター
平成 30 年	87/12 回	74/12 回	29/12 回	53/12 回	199/12 回	226/12 回	188/12 回	185/12 回
令和元年	74/11 回	65/11 回	48/11 回	32/11 回	123/11 回	169/11 回	174/11 回	132/11 回
令和 2 年	14/4 回	9/4 回			29/4 回	15/4 回	38/4 回	21/4 回
令和 3 年	38/8 回	40/8 回			77/8 回	46/8 回	40/4 回	24/3 回
令和 4 年	67/11 回	48/11 回			146/11 回	178/11 回	166/11 回	95/11 回

※令和元年度から令和 3 年度は新型コロナウイルス感染症の影響により一部中止

イ ワクワクからだ教室

はっらっクラブより運動強度が高く、体を動かすことを中心とした教室により、ストレッチ・体操で筋肉や骨の増強を図ります。令和 3 年度から教室名を「筋力アップクラブ」から「ワクワクからだ教室」に変更しました。

・年度別実施状況

区分 年度	実施回数 (回)	参加者数 (人)	教室名
平成 30 年	48	1,558	筋力アップ教室
令和元年	32	791	
令和 2 年	12	104	
令和 3 年	26	154	ワクワクからだ教室
令和 4 年	33	261	

・年度別会場別実施回数

区分 年度	参加者数（人）/実施回数					
	本郷憩の家	森憩の家	新居者憩の家	七宝保健センター	美和保健センター	甚目寺保健センター
平成 30 年	332/12 回	411/12 回	443/12 回	372/12 回		
令和元年				305/11 回	109/10 回	377/11 回
令和 2 年				26/4 回	10/4 回	68/4 回
令和 3 年				73/9 回	32/8 回	49/9 回
令和 4 年				84/11 回	127/11 回	50/11 回

※令和 2 年度、令和 3 年度は新型コロナウイルス感染症の影響により一部中止

(3) 一体的事業 「フレイル予防教室」

令和3年度から保険医療課、高齢福祉課、健康推進課による高齢者の保健事業と介護予防が一体となったフレイル予防教室を実施しています。

区分 年度	実施回数 (回)	参加者数 (人)
令和3年	5(7)	86(122)
令和4年	9(14)	236(345)

※令和4年度は、「笑って元気スクール」として実施

()内は他課実施分を含む全体数

(4) 低栄養予防の周知・啓発

令和3年度まで、低栄養予防の料理教室を実施していました。令和4年度からは、低栄養予防の必要性についての周知・啓発のため、教室（はつらつクラブ、ワクワクからだ教室、いきいき体操、一体的事業）参加者に対し、低栄養予防の冊子を配付しています。

ア 低栄養予防の栄養教室

区分 年度	実施回数 (回)	参加者数 (人)	教室名
平成30年	3	33	男性料理教室
令和元年	3	46	しっかり食べよう！お惣菜活用術
令和2年	新型コロナウイルス感染症の影響のため中止		
令和3年	2	5	かんたん調理で長生きごはん

イ 低栄養予防の冊子配布

区分 年度	配布数 (人)
令和4年	322