

2023年9月10日（日） しまねリハビリテーションネットワーク研修会

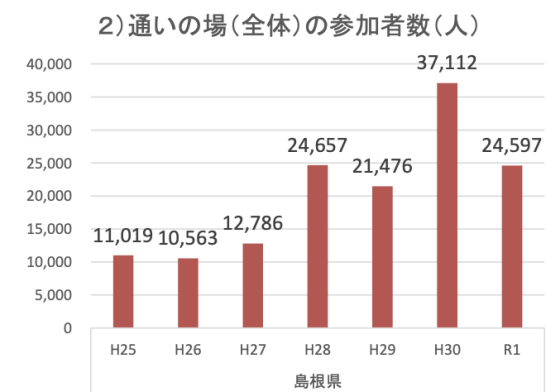
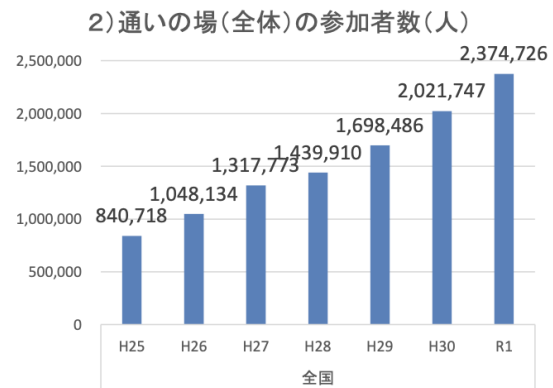
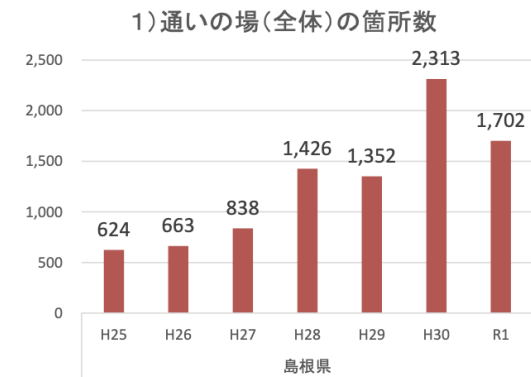
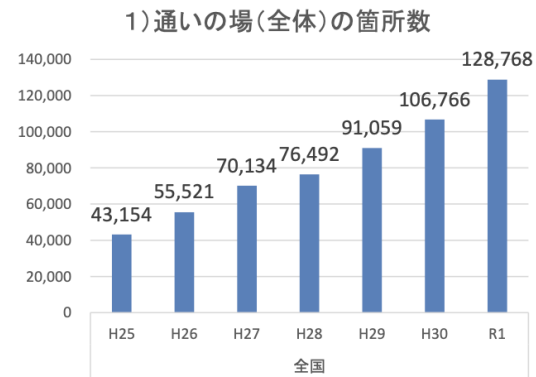


令和5年度 しまねリハビリテーションネットワーク研修会
雲南ブロックでの取り組み紹介
～課題や特徴的な取り組み・共有したいコトモノ～

しまねリハビリテーションネットワーク
雲南ブロック 理事
森山 智博
(飯南町立飯南病院 理学療法士)

島根県：「通いの場」普及状況

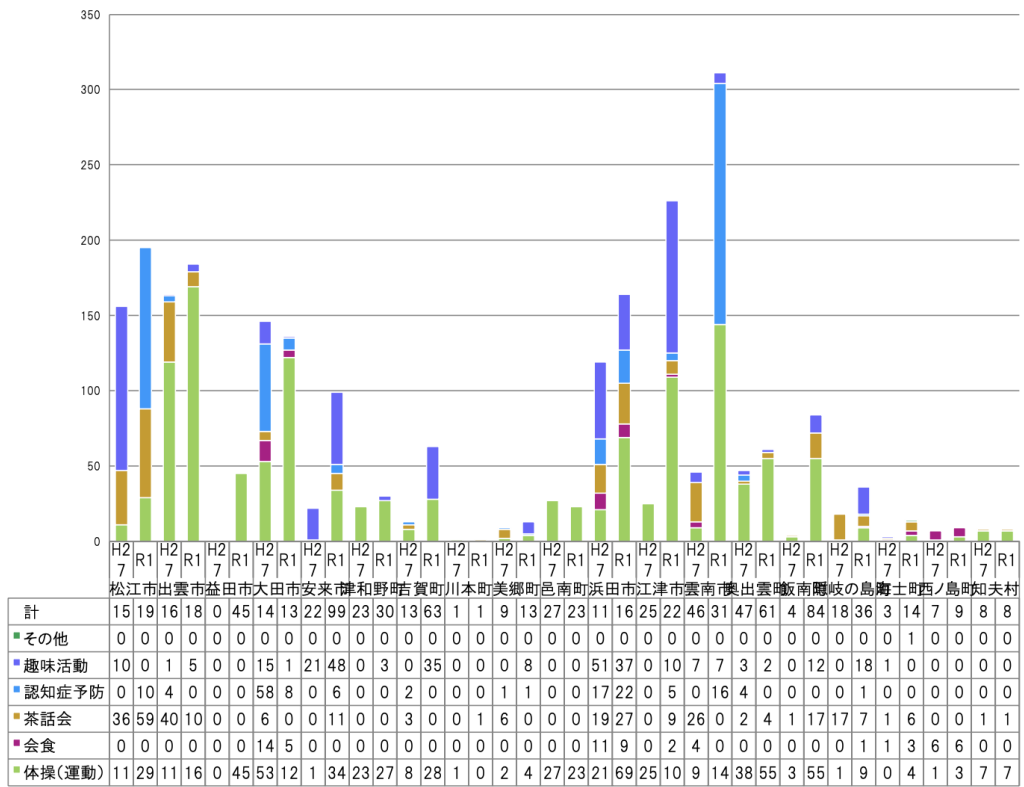
【箇所数、参加人数】



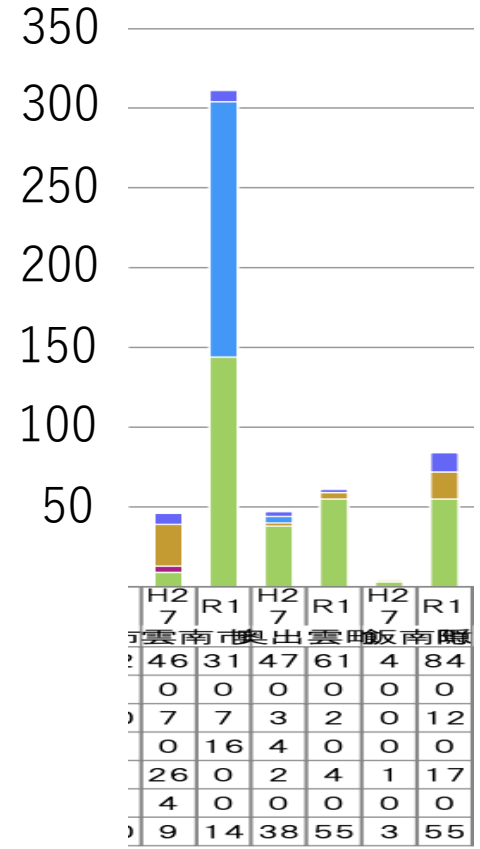
出典：令和元年度 島根県における「通いの場」実施状況 ～介護予防・日常生活支援総合事業（地域支援事業）の実施状況（令和元年度実施分）に関する調査結果より～ 島根県健康福祉部 高齢者福祉課

島根県：「通いの場」箇所数

【主な活動内容別の通いの場箇所数（H27-R1比較）】



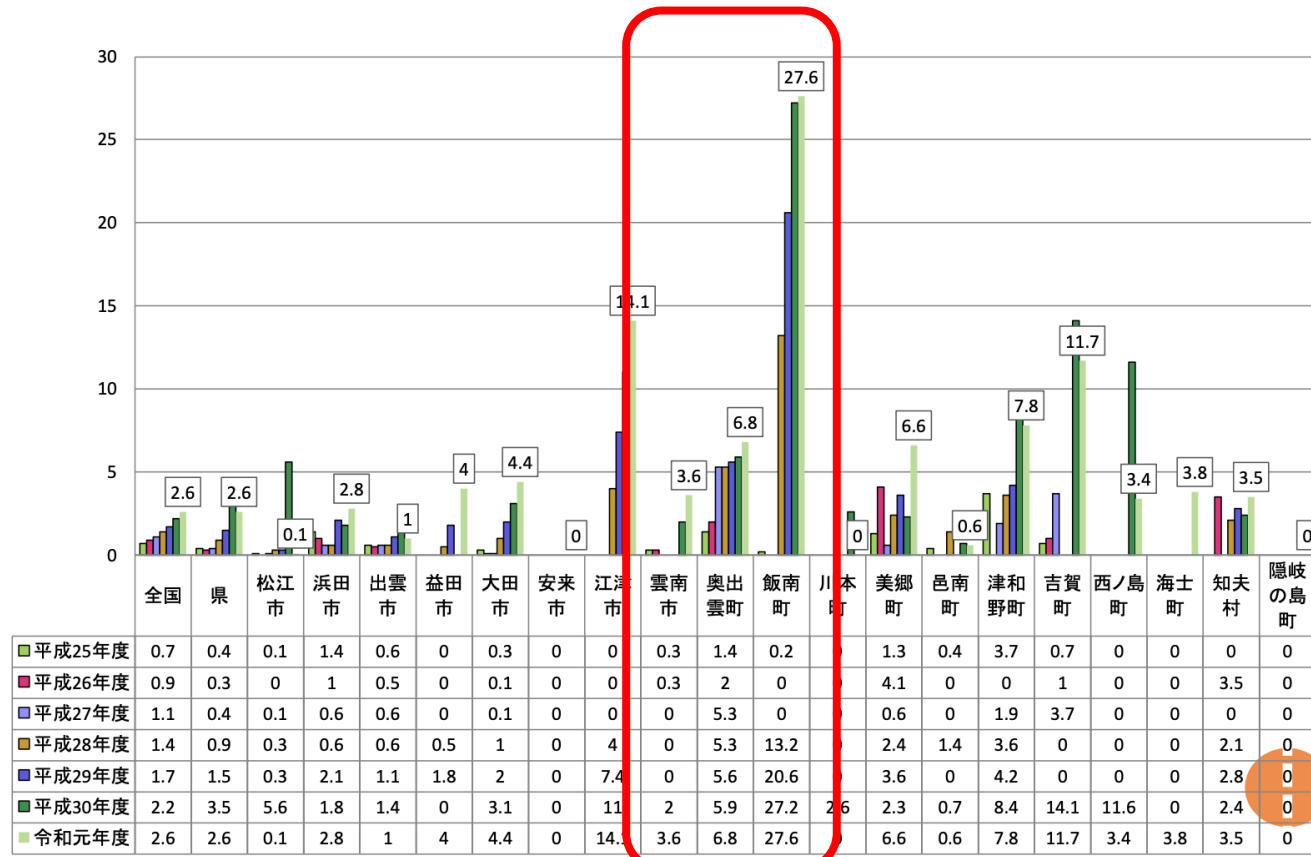
【雲南圏域】



出典：令和元年度 島根県における「通いの場」実施状況 ～介護予防・日常生活支援総合事業（地域支援事業）の実施状況（令和元年度実施分）に関する調査結果より～ 島根県健康福祉部 高齢者福祉課

島根県：「通いの場」参加率

【週1回以上、市町村別】



出典：令和元年度 島根県における「通いの場」実施状況 ～介護予防・日常生活支援総合事業（地域支援事業）の実施状況（令和元年度実施分）に関する調査結果より～ 島根県健康福祉部 高齢者福祉課

雲南ブロック：飯南町

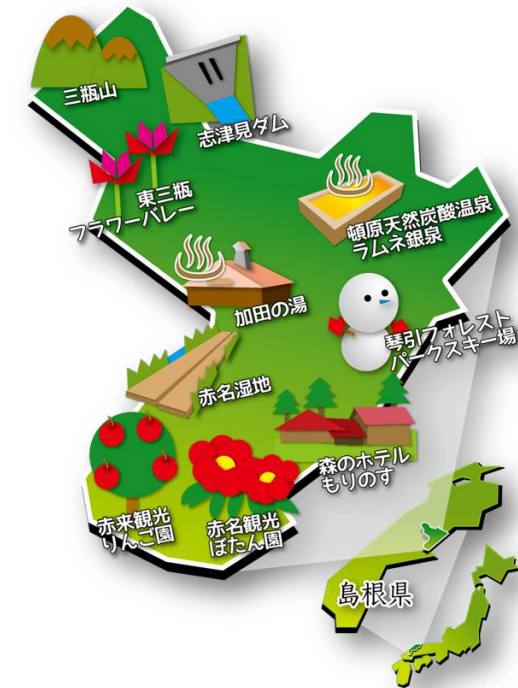


中国山地の中央部に位置し、

標高1,000メートル級の山に囲まれた高原の町

○人口：5,031人（平成27年）

高齢化率：43.5%



飯南町：通いの場づくり

- ◆体力に合わせた重さを設定することができる体操用重錘を町が準備して貸出。
- ◆どこでも体操を取り組めるよう体操手順パネルを作成。
- ◆最初の4回は専門職が支援。その後は、地域住民で。

平成28年から**地域包括支援センターへ理学療法士を配置**し、
「飯南町長生き体操」 として地域展開している

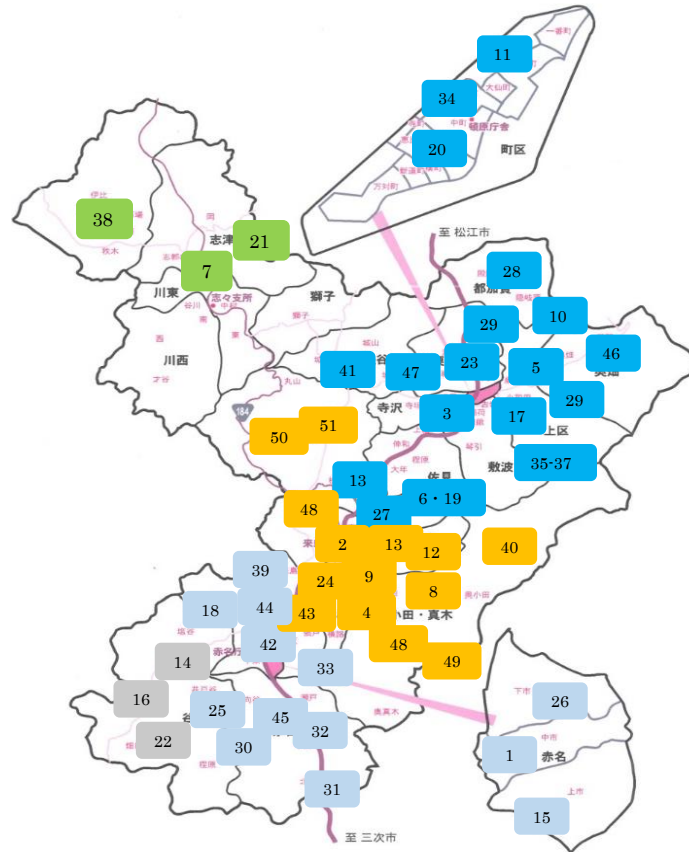


体操用パネル



体操用錘

飯南町：通いの場地域展開状況



- ◆ 通いの場の増加
- ◆ 地域高齢者における廃用予防
- ◆ 地域力の向上

飯南町長生き体操
現在 45箇所 546人
 令和4年9月1日 現在
 介護認定のある方も多数参加

通いの場参加者の対高齢者割合：
 国が示す基準 10%
 島根県平均 約1.5%
 飯南町 約28%

出典：介護予防・日常生活支援総合事業（地域支援事業）の実施状況に関する調査（平成29年度実施分）

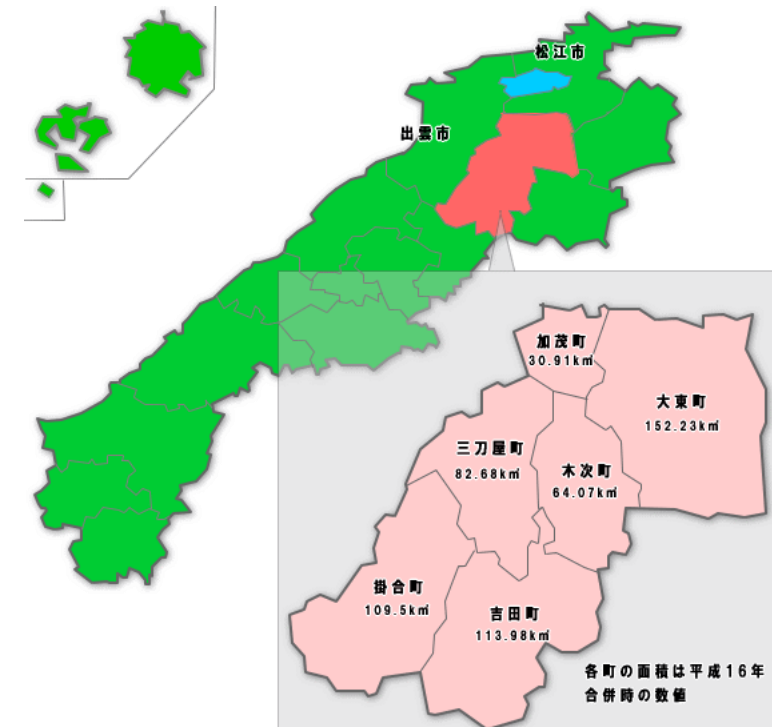
雲南ブロック：雲南市



島根県の東部に位置し、平成の大合併により5町1村（三刀屋町・木次町・大東町・加茂町・掛合町・吉田村）が合併してできた市。

○人口：39,032人（平成27年）

高齢化率：36.5%



雲南市ホームページ (<https://www.city.unnan.shimane.jp/unnan/shiseijouhou/gaiyou/feature.html>) 参照

第8期島根県老人福祉計画・介護保険事業支援計画（P16 図表2-4）より

雲南市：うんなん幸雲体操の取り組み



- ◆平成30年度より、飯南町長生き体操を雲南市でも介護予防事業として本格実施。
- ◆参加グループ：72箇所、871人が参加している。

雲南市：うんなん幸雲体操の取り組み

【特徴】

- ◆市役所の保健医療介護連携室の**保健師**や、市が養成している**地域運動指導員（健康づくりや介護予防に取り組むボランティア）**が中心となって普及啓発活動を行なっている。
- ◆**市内のリハビリテーション専門職**は、体操活動の場に出向き、初回・3か月後の身体機能評価、参加者の健康相談と目標設定の補助、参加者や地域運動指導員に対しての体操動作指導等を担当している。
- ◆CATV（雲南夢ネット）でも放送中。新型コロナウイルス感染症の流行下では、自宅で1人でも取り組むことが出来るよう動作解説も加えられた。

雲南ブロック：奥出雲町



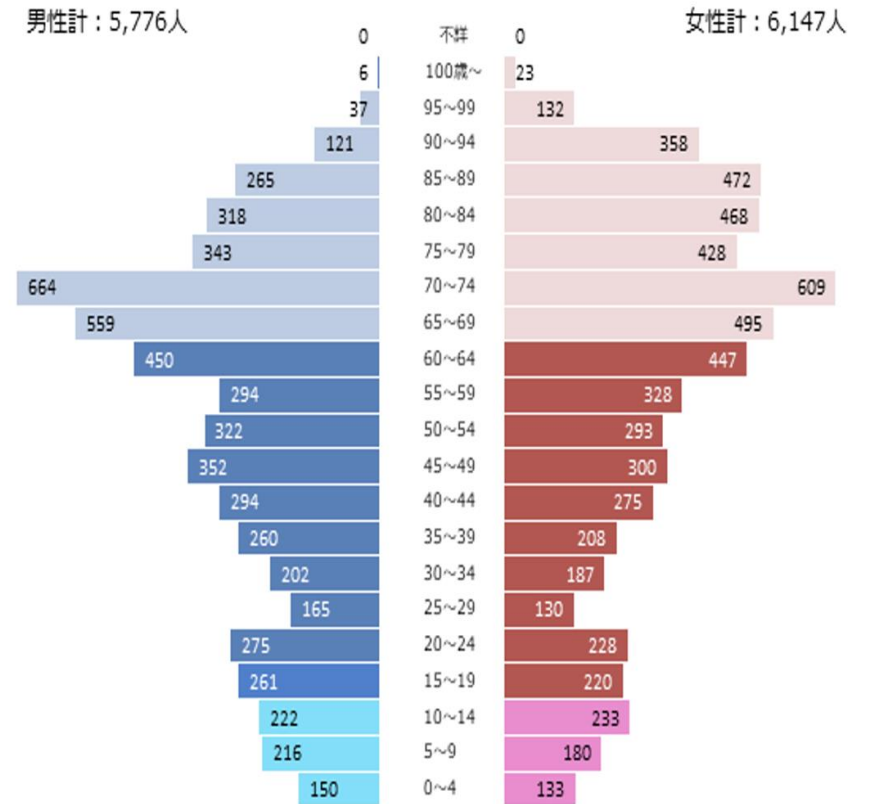
○人口：13,063人（平成27年）

高齢化率：40.7%

人口の2.3人に1人が65歳以上

人口の4.0人に1人が75歳以上

高齢者（65歳以上）と生産年齢人口（15～64歳）の比率は「1対1.0」である



2022年1月1日時点の総人口の男女年齢別構成

奥出雲町：奥出雲いきいき体操



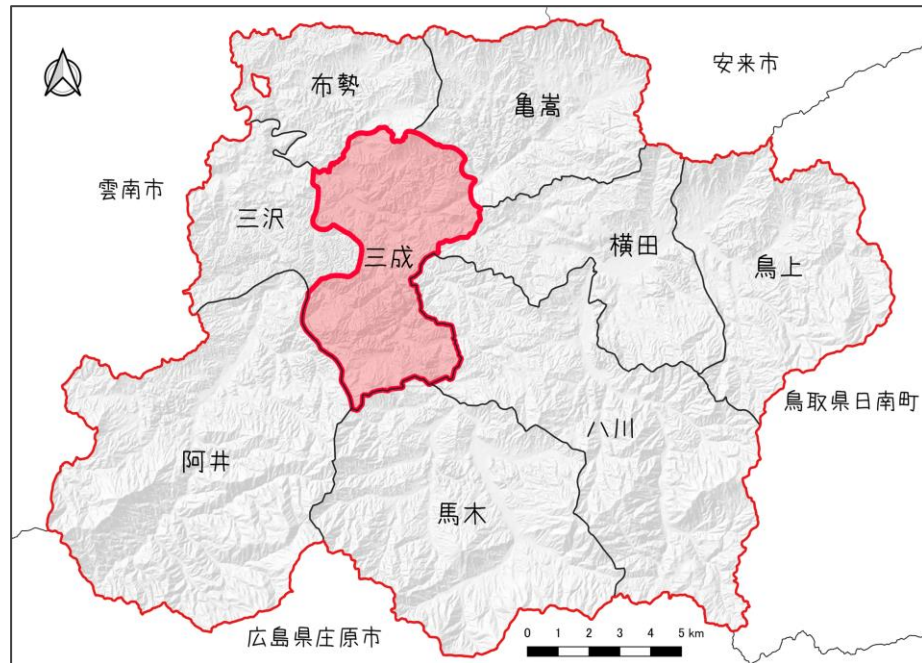
高齢者のみなさんが元気で長生きできるように

島根リハビリテーション学院が考案
した

『奥出雲いきいき体操』を町全体へ広める活動
をしている

ローカル番組の『ジョーホー奥出雲』でも放
送している

奥出雲町：フレイル予防塾



奥出雲町社会福祉協議会主催の「フレイル予防塾」

奥出雲町9地区に**島根リハビリテーション学院の教員と学生**が参加された地域住民に対して健康体操やレクリエーションを提示し健康への一步を援助している。

奥出雲町：スポーツジム作り



廃校になった旧高田小学校を再利用！！

多世代が元気になれるスポーツジムを作りたい

「島根リハビリテーション学院」理学療法学科の学生を中心としたサークル「**にたまご**」がクラウドファンディングを実施。

機器や道具を設置したり、世代間交流ができるスペースを作成し経営している。

課題と展望

- ◆地域にある【資源を知り】、【どのように活用するのか】を考えたことが必要
- ◆リハビリテーション専門職がどのように関わるのかを工夫する
- ◆まだまだ、圏域内の活動を十分に把握できていない

今後、しまねリハビリテーションネットワークの活動を通して雲南地域間、理学療法士・作業療法士・言語聴覚士だけでなく、協力団体との繋がりを深めていく

