

ヘルスサポート学会

35分間

茨城県シル・リハ体操指導士養成事業 ～介護予防の展開と可能性～

茨城県立健康プラザ
大田仁史

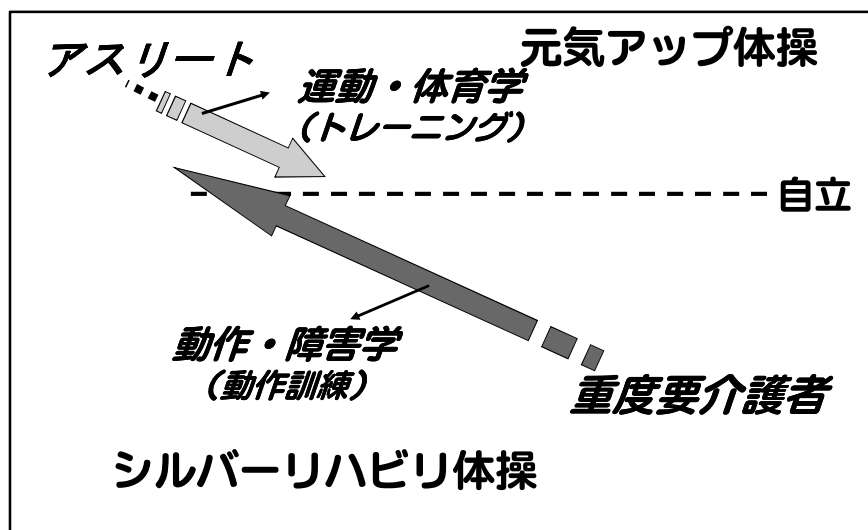
日時:R1.9.5

会場:慶応義塾大学三田キャンパス 北館ホール

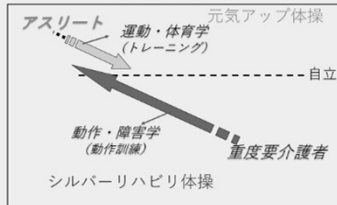
主催:日本ヘルスサポート学会

「シル・リハ」体操の成り立ち

～重度者にも対応可能～



「シル・リハ」体操の成り立ち
～重度者にも対応可能～

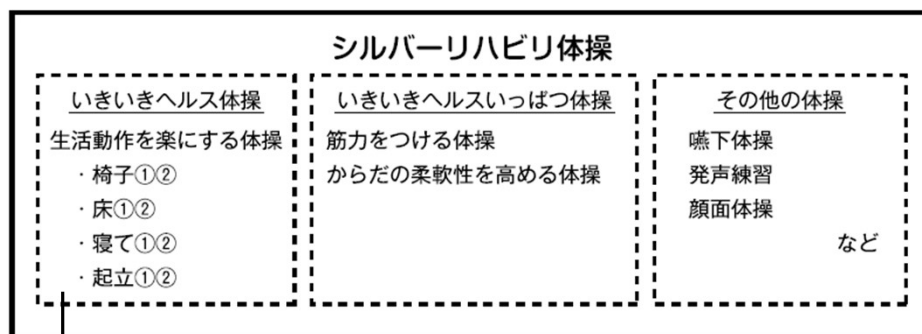


体操の特徴

1. リハ専門職が治療に使う運動を体操化
2. 動作学・障害学に基づく目的志向型の体操
3. 道具使わず、いつでも、どこでも、一人でもできる
4. 重度要介護者にも対応できる

* コンディショニング、エアロビック・エクササイズではない

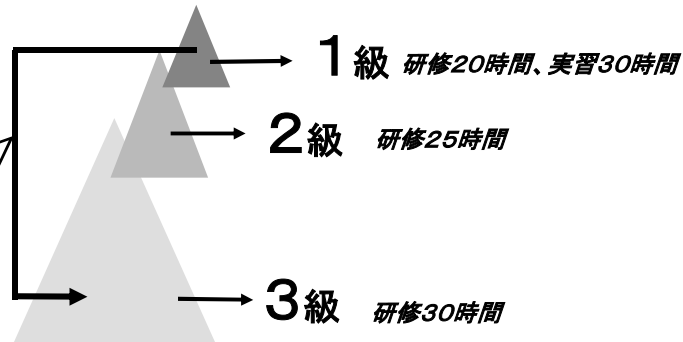
シルバーリハビリ体操の構成



ビデオ8巻:1983年に時の厚生省の協力により「機能訓練事業」の保健師指導用に大田らによってつくられた片麻痺者用の体操。荘道社。

体操指導士養成事業

住民が
住民を
育てる
仕組み



***活動家を選び、育て、組織する**

シルバーリハビリ体操指導士養成

3級コース

(講義)

◇「介護予防」総論

◇運動解剖学(108項目)

体操実技(92種類)

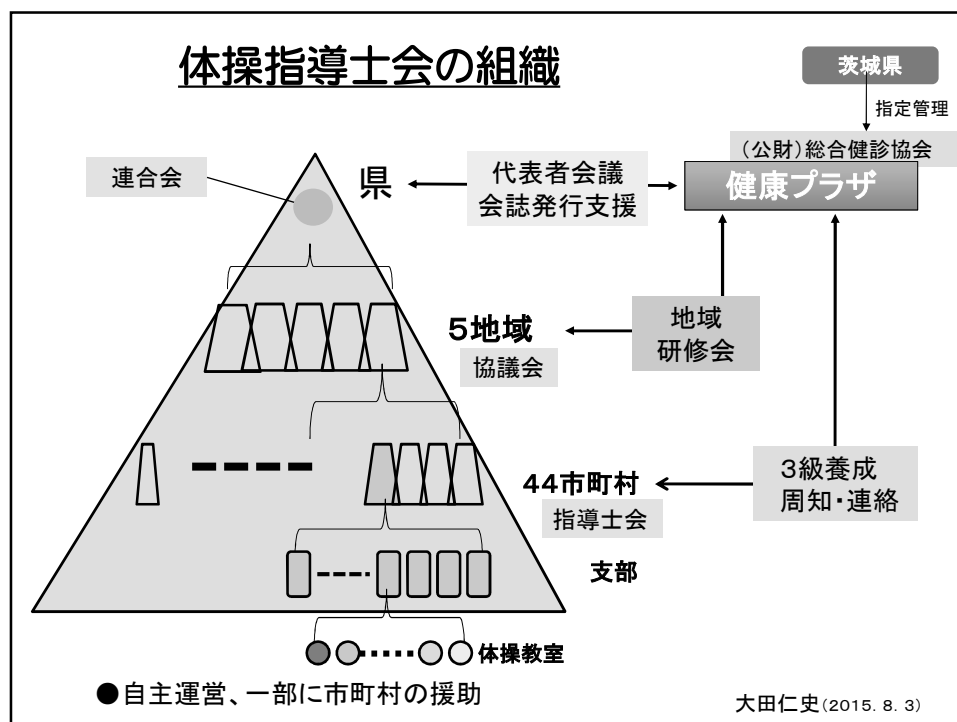
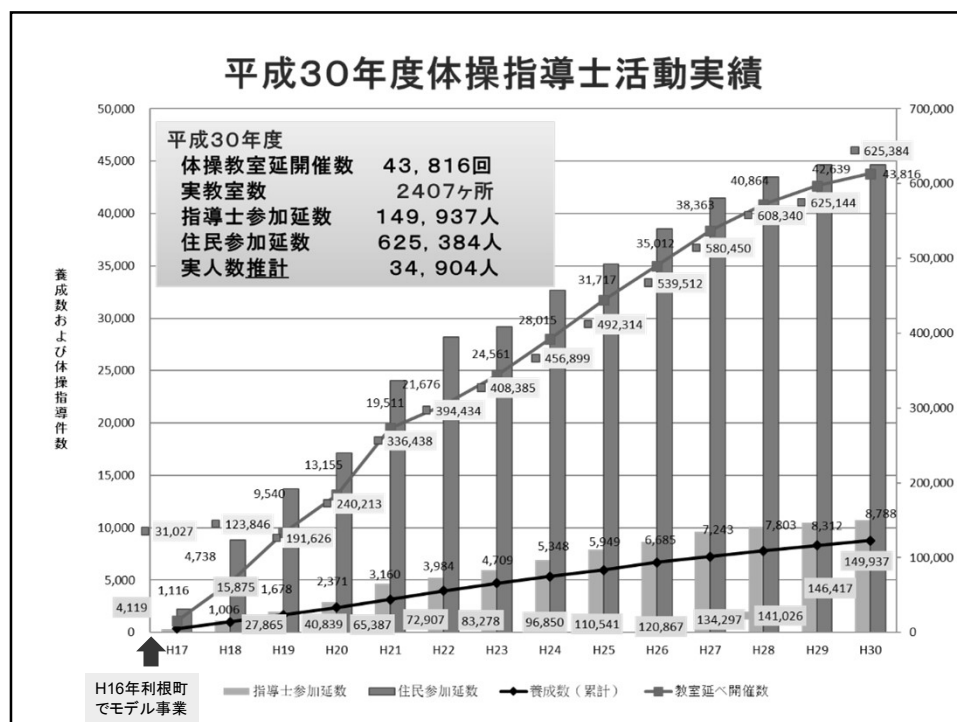
(フォローアップ補講)

◇加齢と運動器障害

◇高齢者の心と認知症
・認知症サポーター

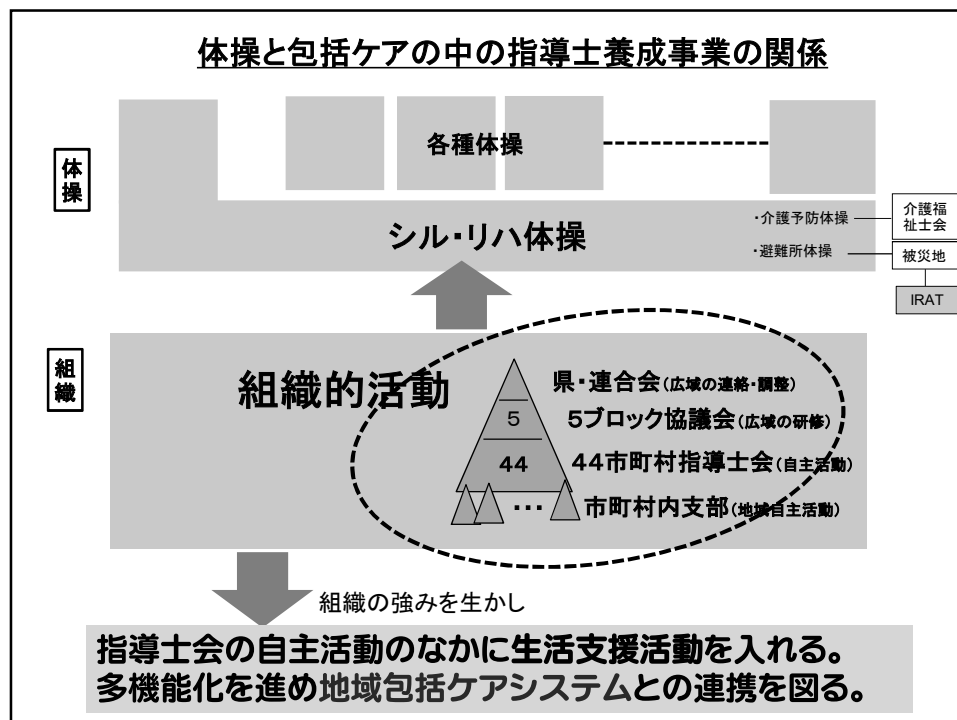
受講時の年齢:60歳~89歳

平均年齢:63歳~64歳

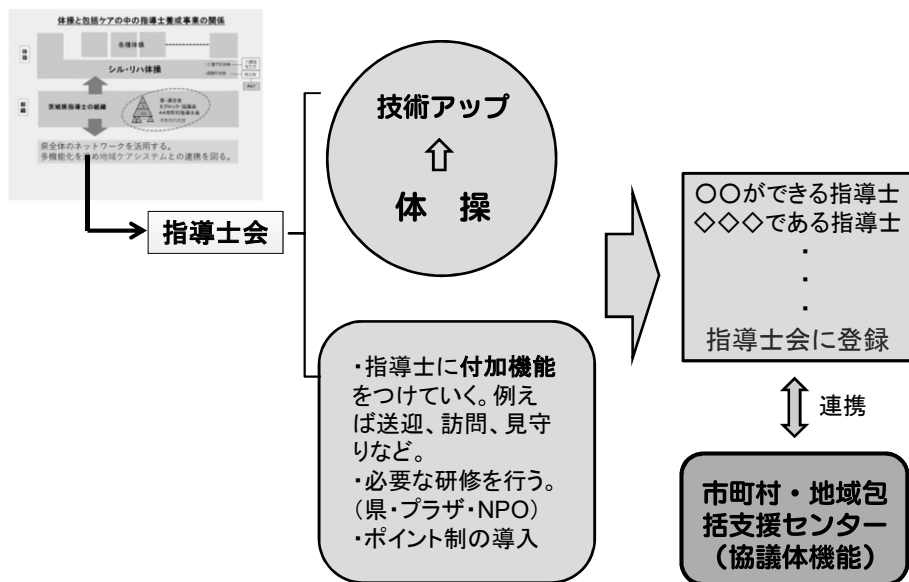


事業評価

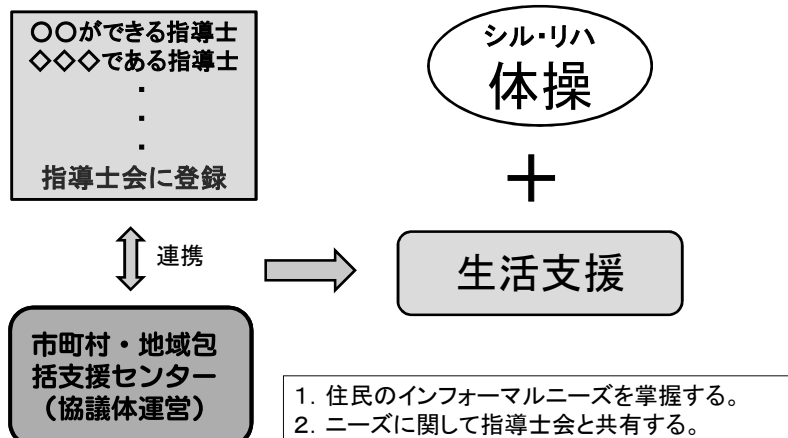
1. 市町村への広がり(教室数、開催数、参加高齢者数、等)
2. 介護認定率の抑制
3. 介護給付計画値と実績値の差
4. 介護保険料及び伸び率の抑制
5. 発展の可能性



指導士会と市町村・地域包括支援センターとの連携のために



地域包括ケアシステムにおける生活支援活動提供の考え方(案)



可能性と課題

- * 市町村の隅々までインフォーマルサービスが展開できる可能性がある。
- * 協議体運営本部をどこに置くか。
- * 指導士会への支援。

目標

短中期目標→2025年

- 1.1つでも教室を増やす
- 2.多機能化、付加機能強化
*生活習慣病予防紙芝居、訪問、教室への送迎、見守り
ゴミ出し、外出支援、認知症サポート機能強化、など
- 3.市町村、社協、地包支センとの連携

中長期目標→2040年

- 1.中・重度者対応強化(集団指導への支援)
- 2.重度者への訪問強化(プロと協働)
- 3.看取り見守りチームに参加(地域包括ケアシステムของทีม員に登録)