両磐支部
地域支援事業紹介

両磐支部
広報担当：笹森勇輝
岩手県立磐井病院

一関市の高齢化率は37.1%(R2年)であり、年々上昇傾向となっています。数値からは盛岡の高齢化率36.6%と比較すると大きな差はないように感じられるかもしれません。しかし、面積の広い両磐地域では町によっては65歳以上の人が50%を占める、いわゆる「限界集落」が増えてきているのが現状です。身体機能や生活手段等様々な問題を抱える方が多く、地域支援事業などによるサポートを必要とする方が多くなっていると思われます。

介護老人保健施設　さわなり苑所属の小野寺大悟さんは、平泉町より依頼を受けて「通所型サービスC事業」、「いきいき百歳体操」といった地域支援事業に参加されています。今回は「通所型サービスC事業」を中心にご紹介いたします。

（以下、小野寺さんへのインタビューをまとめたものです。）

【事業始まりのきっかけと内容】

地域包括支援センターより依頼を受けて事業へ参加する運びとなりました。「らく楽バランスアップ＆健康教室」という題名で、3ヶ月間の期間で13回実施され、その内3回に参加しました。特にフレイルに特化して関わっており、簡易版フレイルチェックリストを用いた前後評価を実施しています。そしてグループ分けを行い、グループごとに運動指導を行いました。

【参加者の反応】

運動指導を行い、運動意欲が向上したという意見が聞かれました。身体機能などでグループ分けをして運動したことについて、運動機能低下している参加者からは「立つのは大変だから助かる」という意見も聞かれています。

【見えてくる課題】

フレイルの中には「社会的フレイル=閉じこもり等」という要素があり、これに対しての関わりには住民主体の取り組みが必要になってきます。また、免許返納などにより移動手段がないことも「閉じこもり」の原因となるため、移動支援についても地域の課題となります。住民が主体の活動として運動を継続する仕組みにしていくためにどのように関わるかが、支援する作業療法士の大事なポイントになると思われます。

いきいき
百歳体操
の様子