取組と目標に対する自己評価シート（フェイスシート）

（市町村名：木津川市）

タイトル	【介護予防】介護予防サポーターによる体操教室の普及と地域展開

現状と課題

本市では、第９期介護保険事業計画で「介護予防と健康づくりの総合的な推進」を基本目標とし、平成２８年度より介護予防サポーター養成事業を毎年実施しています。介護予防サポーター養成者は令和６年度末で 269 人、養成後のサポーターによる体操教室は市内 29 ヶ所（令和５年度と同数）、教室参加者は累計 3,094 人と年々増加している状況です。

高齢者の心身機能の維持・向上を図るとともに、サポーターが教室の担い手となることにより、自身の生きがいづくりにも繋がることから、事業を継続し、今後も体操教室の普及・啓発に努め、地域の身近な場所での開催を増やしていく必要があると考えます。

第９期における具体的な取組

・介護予防サポーター養成により、運動・栄養・口腔等介護予防と健康づくりに関する知識を習得し元気アップ体操を地域で広める。

・住み慣れた生活の場、身近な場所での住民主体の体操教室を開催する。
（サロン活動の推進）

目標（事業内容、指標等）

	令和６年度	令和７年度	令和８年度
体操教室開催箇所数	31 か所	33 か所	35 か所
介護予防サポーター数（延べ）	270 名	290 名	310 名

目標の評価方法

- **時点**

  ☐中間見直しあり

  ☑実績評価のみ

- **評価の方法**

  体操教室開催箇所数及び介護予防サポーター数をカウント

取組と目標に対する自己評価シート（実績評価）

（市町村名：木津川市）

年度	令和６年度

実施内容

・開催されている体操教室（サロン活動）の実態調査：各体操教室の開催状況確認
・介護予防サポーター養成講座の実施：8 月 6、8、20、22、27、29 日
・介護予防サポータースキルアップ講座：9 月 5、10、19、26 日、10 月 3 日
・介護予防サポータースキルアップ研修会：12 月 6 日、2 月 18 日、3 月 14 日

自己評価結果

・教室数は、29 か所（拠点開催 6 か所、地域開催 23 か所）と令和５年度同様である。
・令和６年度の介護予防サポーター養成者数は 13 名であり、令和５年度（26 名）に比べ、新たに介護予防サポーターとなった人数は▲13 名であった。
・市内だけでなく近隣町からの要望での活動実績もあり、サポーターの活動範囲は広がっている。

実　績	令和６年度	令和７年度	令和８年度
体操教室開催箇所数	29 か所	－　か所	－　か所
介護予防サポーター数(延べ)	269 名	－　名	－　名

課題と対応策

【課題】
・男性の介護予防サポーターが少ない。
　→男性サポーターが増加することで、男性が参加しやすい環境を作る。
・介護予防サポーター養成講座募集対象を 40 歳以上の市民としているが、40～50 歳代の壮年期相当の応募者が少ない。
・地域開催の教室数が徐々に増加しているが、今後も身近な場所での体操教室を増やしていきたい。
【対応策】
・体操教室のチラシ配布、市広報への掲載等により体操教室の普及・啓発に努める。
・より身近な場所で気軽に通える教室を増やす、地域開催数の増加を目指す。
→サポーターのスキルアップ、地域のサロン等で体操を普及していく。