

西区に広げようフレイル予防の力 ～元気なうちから始めるフレイル予防～

西区地域ケア会議では令和3年度より継続し、「介護予防及びセルフケアの推進について～フレイル予防の必要性について～」を検討テーマとし、その背景として、①コロナの長期化によるフレイル・要介護状態への移行、②フレイル予防への継続した取り組みの不足が挙げられた。



<https://www.youtube.com/watch?v=J0IUcHTCRhM>より

そのために介護予防センターをはじめとした関係機関や各委員の実施するフレイル予防の取り組みを、地域ケア推進会議のメンバー内で共有すると共に、共通ツールとして「エコロコ！やまべえ誰でも体操」を活用し、西区全体の取り組みとして各機関でフレイル予防の取り組みを行うとともに、「やまべえ体操」の動画・リーフレットを医療機関や薬局、地域の様々な場面で活用していくこととなった。



今回の例会では、西区第一地域包括支援センターから、各地区での介護予防センターや地域包括支援センターの取り組みの状況の報告を頂き、西区全体としてのフレイル予防の取り組みや、札幌市全体として、フレイル疑いのある高齢者の早期発見・早期支援につなげるための取り組みと共に、フレイルとその予防・支援について再確認する場とします。

- テーマ : 「西区に広げようフレイル予防の力～元気なうちから始めるフレイル予防～」
 報告 : 西区第一地域包括支援センター 中出さん・盛田さん
 日時 : 11月9日(木) 18:30～
 開催 : オンライン開催
 申込み : <https://x.gd/jjuuT> または右記 QR コードより申込み
 定員 : 300名
 問合せ : 西区在宅ケア連絡会 info@zaitaku-care.info



主催：西区在宅ケア連絡会