

## 豊島区立介護予防センター条例について

### 1. 所在地

高田介護予防センター 豊島区高田 3 - 3 8 - 7

### 2. これまでの施設利用形態

高齢者在宅サービスセンター「高田豊寿園」（平成 28 年 3 月 31 日閉園）

### 3. 施設概要及び施設面積

- (1) 測定・啓発コーナー（39.9 m<sup>2</sup>）
  - (2) 体操・講座・介護予防サロンコーナー（52.5 m<sup>2</sup>）
  - (3) 自主活動室（21.5 m<sup>2</sup>）
  - (4) 和室（25.7 m<sup>2</sup>）
  - (5) 調理室（14.3 m<sup>2</sup>）
  - (6) 事務室及び会食室（36.4 m<sup>2</sup>）
  - (7) その他（倉庫・物置・玄関ホール等）（79.92 m<sup>2</sup>）
- 合計 270.22 m<sup>2</sup>

### 4. 条例の概要

#### (1) 設置目的（第 1 条）

「高齢者を主とした区民の自主的な介護予防活動の促進を図り、地域の健康寿命の延伸に資する」

#### (2) 事業内容（第 3 条）

- ① 介護予防のサポートに関すること  
体力測定、日常的な体操の指導、専門家による定期講座
- ② 地域の介護予防活動の活性化及び世代間交流に関すること  
「区民ひろば高南第二」などとの交流プログラム
- ③ 介護予防に関する情報発信に関すること  
リーフレット・パンフレットの掲示、配布による普及啓発
- ④ 高齢者の活躍の場の創出に関すること  
自主グループの活動及び交流、会食
- ⑤ 人材の養成と支援に関すること  
介護予防サポーター養成講座、ボランティアの活動支援

#### (3) 開館時間及び休館日

開館時間：午前 9 時から午後 4 時まで

休館日：日曜日、国民の祝日、12月29日～1月3日

(4) 使用料等

無料（ミーティングルームについては登録団体のみの貸し出し）

5. 施設の管理運営

社会福祉法人フロンティアに委託

6. 開設までのスケジュール

平成29年1月10日～2月13日 修繕工事

平成29年3月下旬～ 介護予防センター活動サポーター研修

平成29年4月20日 高田介護予防センター開設

7. 施設の所在地（位置図）





# 豊島区立介護予防センター

住民主体の介護予防活動の拠点



豊島区高齢者福祉課

2017.2.14

# 豊島区立介護予防センターの概略

## 1. 目的

高齢者がいつまでも元気でいきいきと暮らせる地域の実現

## 2. 機能

- 1) 介護予防のサポート
- 2) 介護予防に関する情報発信
- 3) 高齢者の活躍の場の創出
- 4) 人材の養成と支援

## 3. 対象

区内高齢者及び高齢者を支援する方

## 4. 期待される効果

- 1) 健康寿命の延伸
  - 地域に介護予防の視点が広がり定着することで個人・地域がより元気になる。
- 2) 日常生活支援総合事業サービスの創出
  - グループ活動が活性化・発展し、「住民主体の通いの場」が創出される。

## 5. 開設

高田介護予防センター  
(豊島区高田3-38-7 特別養護老人ホーム山吹の里向い)  
平成29年4月20日

## 6. 開設時間

月～土曜(土曜日はイベントなどで使用)  
午前9:00～午後4:00

## 7. 利用

個人・団体ともに要申請(見学を除く)。利用料無料

## 8. 運営委託

社会福祉法人 フロンティア

## 9. 連携・協働

- 1) 区民が作る介護予防コミュニティを育成・支援する
  - 東京都健康長寿医療センター研究所
  - 豊島区リハビリテーション従事者連絡会
- 2) 地域に必要とされる人材発掘や情報提供
  - 高齢者総合相談センター
  - コミュニティソーシャルワーカー(CSW)

# 豊島区立介護予防センターの機能

## 1-(1)

### 介護予防のサポート

健康寿命をのばすきっかけづくり  
自身の体の見える化、気づきの場

例

- 計測コーナー・・・身長・体重・血圧など
- 体力測定コーナー・・・握力・歩行速度など
- 認知機能(簡易)チェック
- 食事内容のセルフチェック
- 口腔機能のセルフチェック



## 1-(2)

### 介護予防の実践

自分でできる介護予防の場

例

- コグニバイク体験  
(認知症予防トレーニングマシン)
- としまる体操 (豊島区オリジナル体操)
- 健口体操 (咀嚼筋、舌など鍛えるお口の体操)



# 豊島区立介護予防センターの機能

2

## 介護予防に関する情報発信

### 介護予防に関する知識習得の場

例

- 予防に役立つリーフレット、ポスターの設置・展示
- 専門家による各種講座の開催
- 介護予防サポーターなど区民ボランティアによる介護予防のアドバイス



3

## 高齢者の活躍の場の創出

### 交流、活動の場

例

- 自主グループ活動
  - ・料理
  - ・会食
  - ・絵本読み聞かせ
  - ・脳トレプログラム
  - ・体操
- イベントの開催



# 豊島区立介護予防センターの機能

## 4

### 人材の養成と支援

#### 担い手の育成と研修

- 介護予防サポーター/リーダー養成
- 介護予防サポーター/リーダーのフォローアップ研修
- 地域ボランティア情報の集約

#### 自主グループの活動支援

- 会場の提供
- 運営方法についての研修



# 高田介護予防センターレイアウト図

