

# ☆地域包括ケアふじえだプロジェクト☆

令和2年2月12日 VOL.130

## ふじえだアクティブクラブ（住民主体の介護予防活動）が広がっています！

今年度から介護予防活動である「地域支え合い介護予防教室事業『ふじえだアクティブクラブ』（以下「アクティブクラブ」）を開始しました。

アクティブクラブとは、住民有志や地域ぐるみで行われる住民主体の介護予防教室のことで、それぞれのアクティブクラブの会員によって自主的に活動が行われています。「ロコモ予防体操」や「認知症予防」などの体操を中心とした活動を週1回以上実践しています。

市では、教室の開設時の備品・消耗品を購入する経費や教室の会場使用料の補助、教室の情報発信、介護予防の専門家を講師として派遣などの支援を行っています。

令和2年2月10日現在で早くも20団体を「ふじえだアクティブクラブ」として認定しました。



### ふじえだアクティブクラブに参加するための条件

- 介護予防に効果がある活動を1回30分以上実施すること。
- 事業を1か月につき4回かつ1週間につき概ね1回以上開催すること。（やむを得ないと認められる場合を除く。）
- 活動を通して参加者が介護予防についての知識の習得を図るよう努めること。
- 市が実施する事業の周知活動について、積極的に協力すること。
- 参加者数が10人以上であること。（やむを得ず10人に満たない参加者数で実施する場合を除く。）
- 新たに参加を希望する人の受入について対応すること。



椅子に座ってロコモ体操



チューブを使ったトレーニング



ふじえだ  
アクティブクラブ  
認定団体20か所  
(R2.2.10現在)

※現在準備中の団体もあり、  
今後も増加予定！

本市では、今後も介護予防に関心のある市民とともに、いつまでも住み慣れた地域で自分らしく過ごすためのアクティブクラブの輪を広げていきます。

バックNo.の検索は

