



# 介護予防のための生活機能チェック

## 集計結果公表 (令和5年2月調査実施)

今回で4回目となる「介護予防のための生活希望チェック」を全入居者様に実施させて頂きました。既に皆様には、個別の結果をフィードバックさせて頂きましたが、今回は、全体の集計結果から前回調査時と変化があった4項目をピックアップします。入居者全体の精神的自立度が高く現れている傾向がある反面、外出回数の減少や自分が役に立つ人間だと思えないと回答された方の割合が多い結果でありました。

コロナ禍3年目の影響もありますが、加齢に伴う活気や体力の低下も影響していることと推測します。その他の項目については、例年の結果と大きな変化はなく推移しており、相対的に現状維持ができていられると思われまます。

ケアハウスでは、フレイル予防や健康寿命延伸に向けた取り組みを行っています。体力維持を目的とした健康教室や入居者間交流促進を目的とした倶楽部活動。この他に、外出行事や苑内イベントなどなど。是非ご参加頂き、ご自身の健康増進にお役立て下さい。(生活相談員 村上卓也)

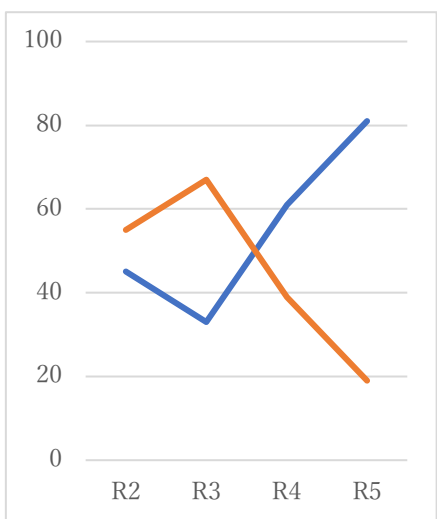
### 介護予防のための生活機能チェックとは

65歳以上の高齢者が自分の生活や健康状態を振り返り、心身の機能が衰えているところがないかどうかをチェックするためのもので、生活機能の低下のおそれがある高齢者を早期に把握し、適切なサービスへつなげることにより状態悪化を防ぐための指標となります。

(出典 公益財団法人 長寿科学振興財団)

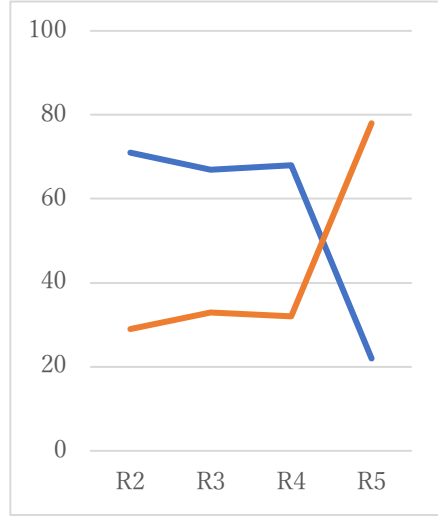
自分で電話番号を調べて、電話をかけることをしていますか？

はい 81%  
 いいえ 19%



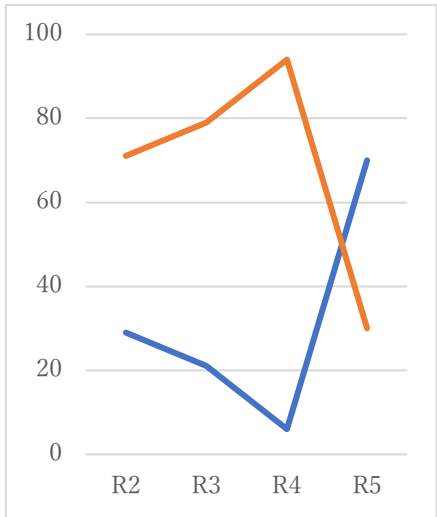
周りの人から「いつも同じ事を聞く」などの物忘れがあるとされますか？

はい 22%  
 いいえ 78%



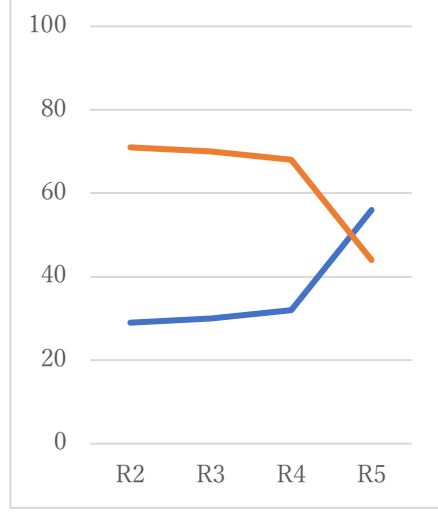
昨年と比べて外出の回数が減っていますか？

はい 70%  
 いいえ 30%



ここ2週間 自分が役に立つ人間だと思えない

はい 56%  
 いいえ 44%





## 編集後記

少しずつ春の訪れを感じるようになってきました。これから、外出行事などのイベントも再開する運びとなりますので、皆様どうぞお楽しみになさって下さい★  
(生活相談員 村上)