

**【介護予防教室の課題】**

- ・老人クラブでの介護予防教室は単発型の教室なので、どれくらいの効果があるのか評価ができない。
- ・健康運動指導士による運動教室を毎年10回コースで行っているが、参加申込者は同じメンバーである。
- ・マンパワー不足により、十分な回数、内容での教室の開催ができない。

**【課題改善策】**

- ・継続的な教室を開催し、前後でアンケートや基本チェックリスト等を使用し、評価していくことを取り入れていきたい。
- ・認知症予防に関心がある参加者が多く、マンネリ化しないような内容で運動+認知症予防をできる教室にしていきたい(事業委託も検討)。

**【実施した結果】**

**【介護予防教室の写真】**

**【介護予防教室 参加者からの声】**

**【スタッフからの声】**

- ・予防教室を毎年楽しみにしている。
- ・一人ではなかなかやる気にならないので、皆でできると心強い。