**岩舟地域包括支援センター**

* **日　時：　令和5年8月23日（水）　午後1時30分～2時10分**
* **会　場：　栃木市役所大平総合支所**
* **事例数：　１ケース**
* **参加者数： 10名**

**事例提供者１名、サービス提供事業者2名、**

**助言者5名、包括職員2名**

**なじみの浅い地域ではあるが趣味や友達との交流を楽しみながら**

**生活をしたい94歳男性**

〈目標〉１日：1日1日悔いのないように過ごす

１年：旅行や趣味を楽しみ健康で充実した日々が送れる

**利用サービス：通所介護、訪問介護**

**《生活全般の解決すべき課題》**

・同年代や近所に友人を沢山作り、好きな事をして楽しく過ごしたい。

・室内外の移動を安全に行い、転ばずにいつまでも自分の足で好きな場所にでかけたい。

**《助言者からの助言内容》**

・ペースメーカーの電池交換の時期は適切に管理していただきたい。

・入れ歯でも定期的に検診を受けていただきたいので、近くの歯科で通院できるとよい。

・指示通りに服用できていないのは主治医に相談し、薬局で一包化にしてもらうと服用しやすくなる。

・心疾患があるので、運動は脈拍が高くなり過ぎないように注意が必要。

・公民館のサークル等で料理教室に参加できると交流もできてよい。

・茹で野菜をインスタント味噌汁に足したり、魚は缶詰やパウチ食品などの活用により、バランスよく食べられるとよい。

・盛り付けをワンプレートにしたり、調味料をかけずにつけて食べると減塩になる。

**自分の好きな事を実施して楽しく健康に生活できるよう、適度なフレイル予防や疾病予防への支援をする。**

**☆地域課題（地域に不足、再構築を図りたい支援・サービス等）**

・サークル等の情報が一元化されていない。