

～目次～

| | | |
|-------|---------------------------|-----|
| I | はじめに | 1 |
| II | 活用方法について | |
| | 1 プログラム毎の活用 | 3 |
| | 2 モデルプログラム | 3 |
| III | プログラム | |
| III-1 | 運動器の機能向上プログラム | |
| | 1 はじめに | 6 |
| | 2 事前アセスメント | 6 |
| | 3 個別サービス計画策定と説明・同意 | 6 |
| | 4 提供するプログラムの構成 | 7 |
| | (1) 第1回 運動器の機能向上に係る初回指導内容 | 8 |
| | (2) 第2回以降 標準的運動メニュー | 10 |
| | 5 事後アセスメント・効果の評価 | 29 |
| III-2 | 栄養改善プログラム | |
| | 1 はじめに | 30 |
| | 2 事前アセスメント | 30 |
| | 3 個別サービス計画策定と説明・同意 | 30 |
| | 4 提供するプログラムの構成 | 32 |
| | (1) 第1回 栄養改善に関する講話 | 32 |
| | (2) 第2回 食生活の検証 | 34 |
| | (3) 第3回 メニューの紹介・調理実習 | 35 |
| | 5 事後アセスメント・効果の評価 | 52 |
| III-3 | 口腔機能の向上プログラム | |
| | 1 はじめに | 53 |
| | 2 事前アセスメント | 53 |
| | 3 個別サービス計画策定と説明・同意 | 53 |
| | 4 提供するプログラムの構成 | 54 |
| | (1) 第1回講話 | 55 |
| | (2) 第2回講話 | 60 |
| | (3) 第3回講話 | 64 |
| | (4) お口の体操 | 67 |
| | 5 事後アセスメント・効果の評価 | 70 |
| III-4 | 閉じこもり予防プログラム | |
| | 1 はじめに | 71 |
| | 2 気づきのための第一歩と予防の必要性 | 72 |
| | 3 「閉じこもり予防・支援」対象者の把握 | 77 |
| | 4 生活の中での留意点、日常生活へのアドバイス | 79 |
| | 5 関係機関との連携と地域の各種情報の把握 | 81 |
| | 6 総合型プログラムにおける講話内容 | 84 |
| IV | 参考様式 | 85 |
| V | 参考資料 | 108 |
| VI | 参考文献等 | 128 |
| VII | 栃木県介護予防推進委員会委員名簿 | 129 |
| VIII | 栃木県介護予防推進委員会専門部会委員名簿 | 130 |