

介護 みんなで支える介護保険 No172 問 保健福祉課 介護福祉係 476-1111(141)

◆正坂ころばん体操3か月目でうれしい声が続出！

階段を上る時、手すりを
使わなくなった。
(90歳男性)

和式のトイレを使える
ようになった。
(78歳女性)

足のフラフラがなくなり、
家の中では杖がい
らなくなった。
(89歳女性)

旅行に行き、息切れ
しなくなっていた。
(74歳女性)



皆さんと体操するよう
になって元気になった。
(82歳男性)

生活が規則正しくなった。みん
なに出会えることがうれしい。
(89歳女性)

正坂ころばん体操は、町内第1号のころばん体操グループとして自主活動に移行して3か月が経過しました。

そこで体操の効果を確認するため、2月28日（火）菱田改善センターで体力測定を行いました。

体力測定では、『5m歩行』で15名中14名のタイムが早くなっており、開眼片足立ちでは約半数でタイムが伸びておりました。また、生活の中での効果をいろいろと聞かせていただき、体操を週1回続けることで特に足腰が鍛えられ、筋力がついたことが分かりました。

何よりも皆さんで協力しながら、しっかりと体操に取り組まれており頼もしく感じました。

ころばん体操は、現在5か所7公民館（正坂・梶岡・仮宿上・諏訪下・上町・上住・高井田）で取り組まれております。

あなたの公民館でも始めませんか？誰でもできる簡単な体操を続けることで元気になります。

詳しくは保健福祉課 介護福祉係までお問い合わせください。



◆大崎町の介護保険事業の報告

介護保険事業実績についての報告（利用者の1割または2割負担を除いた大崎町の支払い分）

第1号被保険者（65歳以上の人）	4,990人	平成29年1月末日 現在	
要介護（支援）認定者	1,004人		
給 付 実 績	在宅介護サービス費	38,990,748円	平成28年12月の 給付実績
	施設介護サービス費	58,196,378円	
	その他（介護予防サービス費も含む）	37,213,427円	
	介護サービス費 合計	134,400,553円	