

出口支援課題	再自立した人が健康な状態を維持し続けるための課題					
	心と身体機能の変化		継続・習慣化		役割・仲間の再獲得	
	メンタルサポート	身体機能回復	継続意欲	生活習慣化	居場所・環境	目標・つながり
	楽しいという心理が働かなかった	身体機能回復の実感が持てない	家族や仲間の協力が継続の助けにつながる	生活習慣化の未達、この先の見通しが見えないまま短期集中プログラム終了となることが不安につながっている	環境に馴染めなかった	「写真を撮りに出かけられるようになりたい」など具体的な目標設定があるとよい
	精神的満足感が得られなかった	身体機能回復データや取組成果の見える化ができると励みにつながる	新しい知識の習得や気づきがあると継続の意欲につながる	習慣化までのアフターフォローの仕組みが不足	居場所が見つけれなかった	やりがいが見いだせない
	続ける気持ちになれない		表彰制度があると継続意欲につながる	習慣化するための具体的提案が不十分	孤立させない、一人にさせないことが何より大事	やることが明確化されていない、わからない
	自信・意欲を持たせる支援が継続につながる		一人ひとりの好きなこと、やりたいことが見つかる魅力定なりエイブルメントメニューの提示	特に独居の場合には食事リズムや栄養バランスが崩れがち	地域への関心が薄い	支える側から少しでも支える側への役割が得られるとよい
	その人の思いを十分に引き出した上での個別的支援プログラム設定が重要		プログラムが医療・健康分野に偏りがありつまらない	個別ではなく、レベルの合う仲間同士少人数性で卒業後の一緒にグループ活動できるとその後の活動継続につながりやすい	フレイル状態になる以前の地域全体へのアプローチが必要なのではないか	
			サポーター人数の不足	短期集中プログラムスタート時から卒業後を想定したチーム編成や意識啓発をすることで活動の習慣化を目指す		
			卒業後も専門職に相談できる機会や場の提供があると継続意欲につながる			

～ 自 分 の 力 で 自 分 ら し い 暮 ら し を 続 け ら れ る 人 を 増 や す た め 、 地 域 、 行 政 、 私 （ た ち ） が で き る こ と ～

本人							
家族	やりたいことを引き出す、応援してくれるサポーターのよう	(1)前回までの振り返り、今回の主旨の共有(事務局) (2)今回の取組確認(事務局) ①「いつ」「誰が」「どこで」「誰と」「何を」「どうすればよいか」など具体的な解決策や、 ②「こうなったらいいな」「こんなことができたらいいな」など具体的な目標などを付箋に記入していきます。 (3)入口、出口グループに分かれる(進行は事務局指名、書記は事務局が担う) (4)各グループ内で見えてきた方向性についての意見交換、まとめ (5)入口、出口グループ集合してお互いの成果発表					
地域 (町会・民生委員・サロン・自主サークル等)							
包括							
医療・リハ							
ケアマネ等 介護専門職							
企業等	地域の活動や居場所づくりをサポートする人材の育成をする		表彰制度やポイント制度があると継続意欲につながる	認知症やフレイル傾向のある高齢者でも社会参加やボランティア活動ができる機会をたくさんつくる			
行政							
その他							