

地域における高齢者支援について～松園団地～

1 「ワークショップ」の開催

令和2年11月4日、松園町地域集会所において、町内会や老人クラブが集まり、「地域における高齢者支援を考えるワークショップ」を開催し、高齢者支援の現状と課題やその解決策について検討しました。



2 「集いの場」の開催

令和2年11月25日、松園町地域集会所において、高齢者が、地域の中で気軽に集うことができる居場所があり、その中で、閉じこもり防止、仲間づくり、役割づくり、生きがいつくり、見守り、介護予防等を行うことを目的とした「高齢者集いの場」を開催しました。

地域住民によるグループワーク

(タイムテーブル)

時間	内容
13:30	開会
13:35	アイスブレイク(グループ内の緊張を和ませる雰囲気づくり) ○自己紹介(氏名・趣味・若いころ夢中になったことを紹介) ○グループ対抗ミニゲーム
13:45	介護予防 ○ラジオ体操 ○ストレッチ ○筋トレ
14:15	認知症予防 ○テーマを設定して昔のことを思い出しながらグループ内で語り合う
14:30	レクリエーション(ニュースポーツ) ○スカットボール ○輪投げ
15:00	参加者からの感想やまとめ ○集いの場で、今後やってみたい内容等 ○今後の継続した「高齢者集いの場」について
15:30	閉会



スカットボール



グループ対抗のミニゲーム



小学校の頃の思い出話