

老人クラブ活動推進リーダー養成講座(第2回)
 ~「通いの場」づくりの重要性を学ぼう~

《 宇部会場 》

各グループが考えた「通いの場」一覧

「通いの場」の内容	「通いの場」が持つ機能	「通いの場」をレベルアップするには？
グラウンドゴルフ 週3回 1時間半程度 老人クラブ会員を中心に開催	居場所、交流、健康づくり、認知症予防	参加されない方への安否確認を行う(電話)
お茶を飲みながら月1回のおしゃべり会を開催	居場所、交流、健康づくり	1 情報交換をして、サロンの内容をどうしていくか、出前講座(地域包括支援センター)を実施する。 2 引きこもり高齢者をお誘いして参加者を増やす。 3 親子3世代が参加できるようなイベントを考える。(地域の伝承活動、料理教室など)
10分以内に行ける場所 日常の話題や自分のこと、家族のこと等を気軽に話せる雰囲気づくり	健康づくり、交流、認知症予防	健康づくり、認知症予防の機能を持たせたい。 ⇒認知症の勉強会を実施する。 認知症の判断は自分たちではしないが、注意深く見守ることが必要。ご家族の方と連絡をとれる体制をつくりたい。 最終的には、専門の人につなぐ仕組みをつくりたい。
毎日10時から16時まで(たまに夜も) 集会所で、老人会メンバーを中心に、喫茶店(コーヒー1杯100円)を実施。 ※たまにアルコールも…。	居場所、交流、健康づくり、認知症予防、情報提供、ボランティア、社会参加活動	・伝統工芸の継承(しめなわづくり教室など)を展開する。 ⇒具体的には、コミュニティスクールとの連携で実施するなど。 ・女性の力が必要。(実権は女性が握っている) ・「誰が？」が課題。あまり深く考えず、「やってみてダメなら考える」というスタンスが必要。
空き家で「民謡、日本舞踊」などを月2回程度学ぶ。 出張披露するなど、目標を持って活動する。	自分自身が努力すること、健康づくり、記憶力が養われる、仲間づくり、異性との交流はホルモンが活性化	通いの場に来られなくなった人は、ご近所の方が声かけできると良い。

老人クラブ活動推進リーダー養成講座(第2回)
 ~「通いの場」づくりの重要性を学ぼう~

《 宇部会場 》

各グループが考えた「通いの場」一覧

「通いの場」の内容	「通いの場」が持つ機能	「通いの場」をレベルアップするには？
週に1回 公共施設(自治会館、公民館 など) 身体の体操・頭の体操を実施する。	居場所、健康づくり、認知症予防、交流	<ul style="list-style-type: none"> ・子ども(小学生)との交流(百人一首、田植え、稲刈りなどを子どもと一緒に) ・休みの人への声かけを行う。
カラオケ教室(ふれあい広場) ・優劣をつけるのではなく、大声を出して歌を楽しむ。 ・家庭で作った一品を持ち寄って(可能な人)、お茶・コーヒーを飲みながら、楽しい時間を過ごす。 週1回程度・公民館、集会所で実施。 老人クラブ会員がお世話役。	健康づくり、相談(話合いの場となる)、会員同士の交流(会員増強につなげる)、情報交換	見守り活動に展開できたら良い。 ・要避難者(避難経路のマップづくり) ・1人暮らし高齢者認知症 ・子どもの見守り活動 ・生活支援
コミュニティカフェの開設 週2回実施で地域住民(自治会、老人会、子育ての人)が自由に行き来できるように、健康づくり・手芸などテーマを決めて実施する。	居場所、交流、健康づくり	<ul style="list-style-type: none"> ・ちょこっと有償ボランティアの必要性 ・3世代交流で昔遊び、子どもたちからはタブレットの教え合いをする。 ・助け合い防災マップの作成
元気教室の実施 ・月1回開催、福祉施設職員に来てもらい、血圧・健康チェックなどを行う。 ・教室に来ていない人がいると見守りを行う。 ・年間行事を決めて実施する。(ミニゴルフ、カラオケなど)	居場所、交流、健康づくり、見守り、相談	<ul style="list-style-type: none"> ・一人暮らしの方の心配、人のことを思いやる ・送迎 教室に友人を誘って行ってみる。 ・ちょこっとボランティア(ごみ捨てなど) ・認知症の方の参加・予防 ・子どもとの関わり ・男性の参加(力仕事)