

Project Name

# 「学習」と「交流」による認知症予防事業 (通称:学老クラブ事業)

## 多世代交流で、楽しみながら介護予防を

誰しも、認知症や要介護状態になることなく、健康的な老後をおくりたいと思われていることと思います。しかし、現在高齢者数の増加とともに、認知症や要介護状態の件数は増加の一途をたどっています。こうした中、介護予防にはバランスのとれた食事、適切な運動、そして社会参加が効果的と言われています。

私たちは、介護予防に興味のある高齢者を対象に、週に1度「学老クラブ」という交流サロンを開いています。サロンでは参加者に簡単な学習課題や脳トレ課題に取り組んでもらい、「脳力」の活性化に繋がります。

このサロンの特徴は、高齢者だけでなく近隣の小学生にも参加してもらうことです。子どもたちに高齢者と一緒に課題に取り組んでもらうことで、高齢者の「脳力」だけでなく、子どもたちの「社会性」や「集中力」も育むことができると考えています。また、学習後にはお茶とおやつで茶話会も設け、高齢者と子どもたちとの多世代交流を促進します。子どもが参加しやすいよう、ゲームなどのレクリエーションなども企画しています。高齢者に親しみを持ち、ともに生きていくことを学んだ子どもたちが、将来同じように地域を支えてくれる人になってほしいという願いも込めています。子どもと高齢者とが互いに触れ合い、会話することで、楽しみながら介護予防に取り組めるサロンを地域のみなさんに提供していきます。



左から順に：ひろばの様子／ベビーマッサージ／「学老クラブ」打ち合わせ／認知症に関する学習会

Group Name

## 岡山県高齢者福祉生活協同組合

私たちは「元気な高齢者をもっと元気に！」を合言葉に、高齢者が自分たち自身で仕事おこしや生きがいづくり、介護サービスの提供などの活動を作り出すところからスタートした団体です。高齢者支援に限らず、福祉移送や子育て支援なども行っています。

【お問合せ】Tel…086-234-9228 Fax…086-234-9231 E-mail…genki@okayama-korei.jp

担当者名…國府島敏史 Web…<http://www.okayama-korei.jp/>



## 事業概要

### 事業の目的

高齢者と子どもたちとの多世代交流が楽しめる場をつくることと、脳トレを通じて介護予防へとつなげ、高齢者の心身の健康の維持を図ることを目的とします。

### 活動内容

学老クラブ(交流サロン)は7月から毎週土曜日に児島下の町で、午後1時から3時まで開催しています。

## 団体からのメッセージ

子どもたちと一緒に、楽しく脳を鍛えたい高齢者のみなさん、元気いっぱいな子どもたち、ぜひ参加ください。

私たちが大切にしていること…楽しくなければ何事も続きません。参加した方の笑顔がはいけるサロンを創ることを大切にしています。

この活動を通して得たもの…まだまだこれからが本番です。子どもたちの目の輝きと、高齢者の方の笑顔にふれたいと本気で考えています。

