

☆地域包括ケアふじえだプロジェクト☆

平成29年3月23日 VOL. 32

介護予防・日常生活支援総合事業に向けて 『支え合いの地域づくり事業』従事者講習会を開催！

平成29年3月19日（日）に本年4月から始まる新しい総合事業における住民主体による支援（地域支え合い事業）へ参入予定の市内4団体を対象に、『支え合いの地域づくり事業 従事者講習会（主催：藤枝市地域包括ケア推進課）』を開催し、23人が全ての講習課程を修了しました。今後、講習修了者は、住民主体の支援の担い手としてそれぞれの所属団体の特徴を活かした日常生活支援や介護予防に取り組んでいきます。

従事者研修カリキュラムの内容については、以下のとおりです。

	科 目	時 間	講 師
①	総合事業の実施背景と目的、概要説明等	40分	市職員
②	介護予防への理解	1時間	聖稜リハビリテーション病院 理学療法士 鍋田 圭佑 氏
③	認知症への理解	1時間20分	藤枝市 認知症キャラバンメイト 小規模多機能ホーム「池ちゃん家」藤枝 管理者 村松 聡子 氏 認知症地域支援推進員 横山 麻衣 氏
④	介護の基本とコミュニケーション技術	2時間	(公社)シルバー人材センター 主任ケアマネージャー 茂川 美代子 氏
	合 計	5時間	

従事者講習会の様子



①要支援となる原因や運動器の機能低下についての理解を深め、ロコモ予防運動を実際に体験し、活動の参考にしました。



②認知症の症状の特徴、接する上での注意点やポイントをロールプレイで確認しました。



③傾聴する事の大切さを感じるため、傾聴ゲームを行うなどしてコミュニケーションの重要性を体験しました。

全国に藤枝市の脳の健康教室とOB会活動が紹介されました！！

学習療法センターだより2017年3月号に、はつらつシニア大学“脳学部”の様子とともに、この脳の健康教室卒業後も、さらに学習を継続していこうという主旨で結成されているOB会（楽脳会／らくのうかい）の取組が紹介されています。[※詳しくはこちら↓](#)

健康福祉部 地域包括ケア推進課

TEL 054-643-3225 E-mail chiikicare@city.fujieda.lg.jp

脳健康教室

静岡県 藤枝市の脳健康教室とOB会活動

～3会場のそれぞれでOB会が自主的に継続されています～

静岡県／藤枝市では、2008年から脳健康教室が開講され、「はつらつシニア大学 “脳学部”」とネーミングされています。このネーミング自体にも、「楽しく取り組む」思いが詰まっているようです。現在は、生涯学習センター・藤枝市武道館・岡部公民館の3会場で、合計50名以上の方がこの“脳学部”に入学されています。今回は、生涯学習センターでの“脳学部”の様子とともに、この脳健康教室卒業後も、さらに学習を継続していこうという主旨で結成されているOB会「楽脳会（らくのうかい）」の活動をご紹介します。

藤枝市は静岡県の中部に位置する人口約14.7万人。サッカーが大変盛んな市で、全国レベルの強豪、県立藤枝東高校があり、多くのプロ選手を輩出していることでも知られています。藤枝市役所サッカー部は、全国自治体職員サッカー選手権大会でこれまでに30回の優勝を誇る、天皇杯大会への出場実績もあるチームです。因みに、藤枝市脳健康教室「はつらつシニア大学」の担当、岩田さんは、このチームの選手として活躍しています。

■はつらつシニア大学 “脳学部”

生涯学習センターでの教室とサポーター研修

生涯学習センターでは毎週火曜日の午前中に、脳の健康教室が開催されています。3グループに分かれてグループ毎に、前半に談話の時間、その後に学習をしています。訪問した2月14日は、サポーターの増田さんが談話の担当。歌あり会話ありの楽しい談話の時間をリードされていました。その後の学習でも、テーブル毎にサポーターの皆さんとの笑いの絶えない学習が進められています。



午後は、武道館、岡部公民館の2会場のサポーターの方も参集しての教室サポーター研修を実施。静岡県健康生きがいづくりアドバイザー協議会の藤田会長が進行されました。28年度前期の学習者アンケートでは、ほぼ全員の方が「大変満足、満足」とお答えいただいています。楽しい学習とコミュニケーションが実現していることがアンケート結果にも表れています。参加目的として、認知症予防・外出のきっかけ・勉強がしたかった・友人づくり等があげられています。また、全参加者の開始前、開始後のMMSEの分析結果もまとめられており、8割の方が向上あるいは維持されていることが確認できました。学習者アンケートの

様々な声を参考にしながら、更により“脳学部”を目指していきたいと全員で共有できる場となりました。

■OB会（楽脳会／らくのうかい）

3会場とも2グループが自主的に学習を継続

“脳学部”の卒業後は、OB会「楽脳会」で学習が継続されています。現在、3会場で、それぞれ2グループ、あわせて6つのグループが熱心に活動されています。「はつらつシニア大学 “脳学部”」への高い満足度に表れているように、約150名もの方がこのOB会に参加されています。脳健康教室の修了後も、自主的に継続していこうという高いモチベーションが維持されていることがわかります。

生涯学習センターでのOB会は、毎週第1・第3火曜のⅠグループと、第2・第4火曜のⅡグループに分かれて開催されています。取材に訪れた14日は、小澤OB会代表含め14名（男性3名、女性11名）の皆さんが集まりました。「決めた日に、決めた場所に通うことができることはとても大事」との小澤代表の言葉でスタート。市販の教材を全員で学習した後に、最近の話題や頭の体操も兼ねたことば遊びをしながら頭の活性化を図ります。当日は、“脳学部”の在校生のお二人もOB会の様子を見学にいられていました。



市民の生きがい、健康づくり、介護予防への取り組み事業として、OB会の3つの会場利用は、藤枝市の全面的な支援を受けられています。脳健康教室の修了後も、多くの方が継続学習をされている藤枝市のOB会は、

他の市にも大いに参考になることと思います。



サポーターの皆さん

OB会の皆さん