

# 学習プログラムを開発しよう

グループ	東部A	メンバー
------	-----	------

・話し相手がいらい  
・孤独感の不安  
・健康になる。生がい

## 1 学習目的

- 高齢者が住み慣れた地域で、いきいきと活動できる場を提供することで、それぞれが生きがい・やりがいを感じることを目指す。
- 仲間づくりを通じて、地域での助け合いやコミュニティの充実を図る。
- 人権が尊重され、健康で安心して暮らすことができる地域づくり

## 2 学習目標

- 公民館講座や地域事業に参加することによって、生きがい・やりがいの発見
- シニア料理教室に参加することによって、健康寿命を延ばす知識を知ることができる。
- 講座(サロン)などに参加することによって、地域での孤独を防ぎ、コミュニティの場が広がる。

## 3 プログラム名

小学生は何人くらい参加予定ですか??

笑って♪ たらふく〜

笑って! たらふく〜  
プログラムの1.2.3と  
共通の名?  
よく判らない。

小学生への  
呼びかけ方法は?

高齢者 ・ 約20人 x 3回

定員 高齢者  
30名 } 人数は

楽しそう♪

## 5 参加費 (受益者負担を原則として、参加費を算定する。なお、算

第1回 100円 第2回 300円

(お茶・お菓子代)

(材料費)

3回分の  
お茶・お菓子代は?

高齢者 男・女  
いるような人数

## 6 事前に必要な知識や準備物

アンケート用紙  
材料米, そば打ち道具, 食材の健康効果

ご希望の

## 7 留意点

持参物の事前の呼びかけ

歩くのが難しい  
高齢者への  
対応は?

東部 A

学習テーマが  
良いと思う。  
つらがる意識が  
体験を通して  
食の大切さ

学習プログラムの展開

地域課題に合った  
プログラム内容を考え  
ていく

プログラムが楽しく  
な内容で人が集ま  
る

開始前と開始後  
の評価が振り返り  
アンケートの他に  
あればいい

学習テーマ	各回の学習目標 学習内容	地域包括 地域ボランティア 民生委員	公民館	ふりがえりアンケート
5月 笑って♪ サロンで おしゃべり	◎仲間づくりと 交流 ・お茶を飲みながらのおしゃべり 第3回に向けて 昔をふりがえる	・地域包括 ・地域ボランティア ・民生委員 昔の遊びは年寄りから 生き生きと楽しんでいる。	公民館 昔を振り返ることを 2頭におい	・ふりがえりアンケート ・楽しんで、楽しめた 人に拍手をしよう ・振り返り方法が 拍手歌のと3か かかわってよい ・スタンプカード
(1:30)	・仲間づくり → 体験的な 乗込みのワークショップ → 次世代との交流し つらがる	・おしゃべり ・脳トレ体操 包括支援の方にしてもらう 30分程 ★スタンプカード(ロケット)を配る	・おしゃべり ・スタンプカード 日付入りは 良いと思います。	・ふりがえりアンケート ・楽しんで、楽しめた 人に拍手をしよう ・振り返り方法が 拍手歌のと3か かかわってよい ・スタンプカード

公民館に出かけた  
来訪者は比較的  
若い世代が多  
く、高齢者が  
少ない。7/25  
のアンケート  
どうしていくか。

高齢者が参加する  
交通利用は...  
送迎など

昔の遊びは年寄りから  
生き生きと楽しんでいる。

楽しんで、楽しめた  
人に拍手をしよう

振り返り方法が  
拍手歌のと3か  
かかわってよい

ふりがえりアンケート  
交流できた点

第2回 6月 笑って♪ 料理教室	◎健康寿命を 延ばす ・そば ・ちらし寿司 ・第3回の準備 → ・メニューの内容	・食推 ・そば打ち 同好会 昔あそびの 歌の選曲	公民館	ふりがえりアンケート 次回を作りたいか 健康寿命のヒントは
(3:00)	・高齢者のことをよく 考えてあり、細かい 工夫がたくさんある 良い。	・時短メニュー ・漬け物等の持ち寄り	・そば打ち 同好会 昔あそびの 歌の選曲	・ふりがえりアンケート 次回を作りたいか 健康寿命のヒントは

高齢者のことをよく  
考えてあり、細かい  
工夫がたくさんある  
良い。

プログラムが  
笑って... 楽しい

家庭でも出来る  
料理をヘルシーメニューが  
あれば...

料理も作って家で作る参考  
になるのは良い。メニュー  
参加者は15名ほど。

スタンプカード  
良いと思います。

第3回 7月 笑って♪ 昔あそび	◎生きがい・ やりがいを見つめる ・昔あそび ・歌うたおう	・シルバークラブ 小学生 竹とんぼ あやとり ×ニゴ ゴムビ おどろき コマ けん	公民館	ふりがえりアンケート 同じような内 容で... 回数 を増やして 良かったか か
	世代間交流 小学生との 世代間交流 の交流 を教える 各(指導者)20人 子ども 20人 世代間交流の場が あると生きがい がある。	・シルバークラブ 小学生 竹とんぼ あやとり ×ニゴ ゴムビ おどろき コマ けん	公民館 サロンの料理教室・昔あそびの講座で と内容が工夫されている間はできたか 特に昔あそびは年寄り が子供に教えることで 若返りが期待できる。	ふりがえりアンケート 同じような内 容で... 回数 を増やして 良かったか か

世代間交流  
小学生との  
世代間交流  
の交流  
を教える  
各(指導者)20人  
子ども 20人  
世代間交流の場が  
あると生きがい  
がある。

竹とんぼ あやとり  
×ニゴ ゴムビ  
おどろき  
コマ  
けん

サロンの料理教室・昔あそびの講座で  
と内容が工夫されている間はできたか  
特に昔あそびは年寄り  
が子供に教えることで  
若返りが期待できる。

30日目の講座終了後  
に、ボランティア登録の  
のチラシを配ると良いか  
と思います。

笑って♪  
毎回入る  
のがよい

3回とも別メニュー  
ですが、続けて参加  
できるように工夫  
されている。

プレゼントがもらえる  
と思う。

小学生の  
交流が  
いい

今後につなげる  
ために