

「ZAIDAN Report」第4号では、主に在宅高齢者支援のための「イベント」や「交流会」等を中心とした活動についてご紹介します。

当財団の2024年度事業助成により、主に在宅高齢者の支援のために「イベント」や「交流会」等の開催を中心とする活動を企画し、既に開催が始まっている団体様から、「だいこんの花」様、「亀鶴会」様、「つるかめ笑顔クラブ」様、「ななつのこde運動し隊」様、「在宅介護を支える会」様をご紹介します。

## 「だいこんの花」様

## 「ポールウォーク」「地域交流食事会」

- 足腰の強化や腰痛予防に効果のある「ポールウォーク」活動と、孤食になりがちな高齢者が、みんなで集まり食事が出来る「交流食事会」を開催しています。



## 「社会福祉法人 亀鶴会」様

## 「ランチ会」「交流会」「勉強会」など

- 「ランチ会」をはじめ、「介護予防体操教室」「笑いヨガ」「カラオケ」の他にも、認知症の理解を深める為の「勉強会」など、スケジュールを決めて開催しています。



「つるかめ笑顔クラブ」様

「思い出語りの会」(通話器具の整備)

● 思い出を語り合うことで脳の海馬が活性化し、フレイル予防・認知症予防につながるグループ回想法を準用する「思い出語りの会」を実施しています。その際に、感染予防のためのアクリル板設置時や難聴者用として「双方向会話無線システム」が非常に効果的であるため、今回の助成で整備充実を図りました。



「ななつのこde運動し隊」様

「運動と座学」および「ヘルスチェック」

● 専門家の指導で、座ってできる運動も含めた多彩な「運動プログラム」と「保健講話」、健康器具による計測での「自己ヘルスチェック」を組み合わせ合わせて活動しています。運営面においてもボランティアに頼るだけでなく、参加者も積極的に関わって来ています。



「在宅介護を支える会」様

「学習会」「介護支援・相談受付」

● 在宅介護をしているご家族を支援するために、介護で直面する問題について学ぶ「学習会」や、介護・福祉職OBによる「介護支援・相談受付」等のサポート活動を行っています。

