

# 学習サポーターによる介護予防教室(稲敷市)

- くもん学習療法センターの教材を使用し、学習サポーターによる支援で教室を運営する。
- 参加者65歳以上の高齢者
- 平成24年度から実施

## 脳若返り教室

65歳以上の高齢者

週1回の教室参加  
(30分間)と 毎日10  
分程度の自宅学習  
(約6ヶ月間)

笑顔とコミュ  
ニケーション  
で学習支援

サポート

学習サポーター

懇談コーナーでひといき



参加者の声

- 友達もでき、気持ちが明るくなった。
- 物忘れが少なくなった。
- 自宅学習が楽しかった。
- 生活に張りができ、規則正しい生活を取り戻せた。
- 計算力がついた。
- 10分間の緊張した時間が持てたことが良かった。
- サポーターとの会話が楽しみになった

サポーターとの会話を楽しみながらの学習



## 地域包括ケアシステム構築に向けた取組事例（様式）

①区町村名	稲 敷 市		
②人口（※1）	45,544人	（ ）	
③高齢化率（※1） （65歳以上、75歳以上それぞれについて記載）	65歳以上 27.5% 75歳以上 14.3%	（ ）	
④取組の概要	介護予防事業の一環		
⑤取組の特徴	くもん学習療法センターの教材を使用し、学習サポーター（ボランティア）による支援で教室を運営する約6ヶ月間におよぶ認知予防教室		
⑥開始年度	平成24年度		
⑦取組のこれまでの経緯	平成24年度より新規開催		
⑧主な利用者と人数	65歳以上の高齢者（実人数 28名 述人数 373名） 学習サポーター（実人数 16名 述人数 188名）		
⑨取組の実施主体及び関連する団体・組織	稲敷市高齢福祉課 いこいのプラザ		
⑩市区町村の関与（支援等）（※2）	地域支援事業 介護予防事業費より	559,726円	
	内訳 委託料（くもん学習療法センター）	419,726円	
	報償費（サポーター協力謝礼）	120,000円	
	消耗品費	20,000円	
⑪国・都道府県の関与（支援等）（※3）	地域支援事業の一環 国25%、県12.5%を地域支援事業交付金として交付		
⑫取組の課題	現在は学習者の「脳の健康」の学習のサポートする学習サポーターであるが、「仲間づくり」「社会参加へのきっかけづくり」をサポートする役割も担ってもらいサポーターの幅を広げ、介護予防は基より地域コミュニティづくりの一環、更には地域活力の活性化の向上を図る為の一途となれるよう取り組んでいきたい。		
⑬今後の取組予定	平成25年度も実施予定		
⑭その他	認知予防教室開催に先立ち、一般市民を対象に認知予防に関する介護予防研修会を開催し、認知予防の普及啓発に努めた。		
⑮担当部署及び連絡先	稲敷市市役所 高齢福祉課 いこいのプラザ TEL/FAX 0297-63-1004		

※1 一部地域に限定した実施の場合は、当該地域の人口・高齢化率を（ ）内に記載してください。

※2 市町村から財政的支援が行われている場合には予算額等を含めて記載ください。

※3 国や都道府県から財政的支援を受けている場合は、補助金や交付金等の名称、額等を含めて記載ください。



あなたの**笑顔**を

# 地域のために活かしてみませんか

65歳以上シニアの介護予防教室

「脳若返り教室」学習サポーターを募集しています!!

## 募集要項

「脳若返り教室」で、地域のお元気なご高齢者に対して学習支援を行うボランティアスタッフを募集します。

対象者／おおむね65歳ぐらいまでの市民の方で、明るく高齢者との会話を楽しめる方。

活動内容／週に1回3時間程度、参加高齢者への学習支援

活動場所／稲敷市いこいのプラザ

活動日／平成24年9月～平成25年2月

毎週水曜日

(月2回など調整可能です)

※ 事前の研修会(8月29日予定)に参加可能な方

■「脳の健康教室」とは・・・

簡単な読み書き計算に関する学習を継続的に行うことで、脳の前頭前野が活性化され、高齢者の認知症予防に効果があることが、東北大学の川島隆太教授の研究により明らかになってきました。

「脳の健康教室」は、65歳以上の方を対象に、週1回30分程度ごく簡単な読み書き・計算の教材とコミュニケーションを行うことで認知症の予防を行うことが目的です。ラクラク学習できて、楽しい会話が飛び交う教室だから「学習」を「楽習」といいます。

サポーターは学習参加者が毎日の学習を継続し、日常生活習慣にできるように支援するのが役割です。

稲敷市高齢福祉課 いこいのプラザ

電話0297-63-1004

平成24年7月27日までにご連絡ください。



いくつになっても若々しく元気で毎日をすごしたい  
 …とお考えの65歳以上シニアのハツラツ教室です

# 「脳若返り教室」参加者募集中

## 参加者の声

- 毎日の生活にメリハリがついて気持ち  
 ちが若返った
- 頭がすっきりして熟睡できるよう  
 になった
- たくさんのお友達ができた
- サポーターの方との話がとても楽し  
 み

## 「脳若返り教室」は こんな教室です。

- 週1回の教室でボランティアや学習仲間と  
 の「学習と会話」を楽しみます
- 教室のない日も毎日10分程度でできる自  
 宅トレーニング教材をお渡しします
- 独自に開発したラクラクできる「脳のトレ  
 ーニング」教材だから、まったく負担にな  
 りません(楽しく続けるコツです)
- 「人前で発表」「むずかしい問題を学  
 習」・・・という学習方法ではありません

## 「脳若返り教室」で使う教材の見本

やさしい計算と音読が脳(前頭前野)を活性化させるという、  
 東北大学・川島隆太教授(医学博士)の研究により  
 専門的に開発された教材を使います。

↓ 声に出して読みましょう!

教室

旅行記

① 音読しましょう。  
書きましょう。 にあてはまることばを

和歌山では、那智の滝を間近で見ま  
した。滝そのものが、飛龍神社の御  
神体とされる日本一大きい滝です。毎  
秒一トンもの水が、高さ百三十三メ  
ートルから落ちるさまは、  
圧巻です。

・和歌山にある日本一大きい滝  
の滝

月 日 始 時 分 終 時 分

名前

KUMON

↓ スラスラできる計算教材

月 日 始 時 分 終 時 分

たし算  
ひき算

名前

① 計算しましょう。

$5 + 3 =$	$6 - 4 =$
$3 + 7 =$	$8 - 3 =$
$8 + 4 =$	$5 - 2 =$
$6 + 9 =$	$9 - 7 =$
$9 + 6 =$	$7 - 6 =$
$4 + 8 =$	$12 - 9 =$
$7 + 5 =$	$10 - 4 =$

教室

## 募集要項

9月からの毎週水曜日の午後30分  
 程度の学習に参加していただきま  
 す。詳細は、お申込みを頂いてから  
 ご連絡いたします。

(旅行・病気等のときはお休み可です)

◆ 募集人数: 15名

(65歳以上の方を対象に募集します)

◆ 参加期間: 平成25年2月までの6か月間

◆ 教室説明会: 平成24年8月29日(水)

(詳細はお申込みを頂いてからご連絡致します)

◆ 参加料: 無料

◆ 会場: 稲敷市いこいのプラザ

(送迎はご相談に応じます。なおご希望の多い場  
 合は、ご希望に応じられない場合もあります)

-----  
**稲敷市高齢福祉課いこいのプラザ 電話0297-63-1004**  
 -----