

#### 4 はつらつ脳活性化サポーター養成講座

目的：区民がはつらつ脳活性化教室を主体的に行っていくことができるよう、教室の意義を理解し、教室の準備・運営をすることができる知識と技術をもったサポーターを養成する。

対象：区内在住で講座受講後、地域で継続した活動ができる者

募集方法：広報紙「わがまち北区」平成22・23年6月号掲載、フォーラム時チラシの配布

場所：北区保健福祉センター及び北区役所

日時・内容：平成22年度 全7回 期間7月23日～9月13日 時間 10:00～12:00

平成23年度 全7回 期間7月29日～9月7日 時間 10:00～12:00

	内 容	講 師
第1回	認知症のことを学ぼう	医師 中西 亜紀
第2回	コミュニケーションの基本と回想法	臨床心理士 篠田 美紀
第3回	からだを動かすことの効果	健康運動指導士 竹田 薫
第4回	歌って笑って、はつらつと	音楽療法指導員 楠元 佐知子
第5回	脳機能を意識したレクリエーション	言語聴覚士 武縄 睦実
第6回	グループ運営について	心理セラピスト 田村 雅幸
第7回	グループ体験 まとめ	心理セラピスト 田村 雅幸

※講座終了後にグループワークを実施

受講状況：

	受講者数（再掲 男性）	
	平成22年度	平成23年度
30歳代	0	1
40歳代	1	0
50歳代	8 (1)	8
60歳代	16	23 (1)
70歳以上	6	2
受講者数合計	31	34
平均年齢	63.1	57.7

平成22年度受講状況：参加者数31名。男性1名、女性30名。平均年齢63.1歳（44-75）。参加動機は、「親が認知症で介護をしていたため」「地域団体の人に勧められて」「フォーラムに参加して」などがあつた。参加者の感想として、「サポーターとして笑顔で地域の方を迎えたいと思う」「教室に参加されている方の様子に目を配り楽しく教室を運営したい」「参加者から学ばせていただけるのも楽しみ」などがあつた。参加者

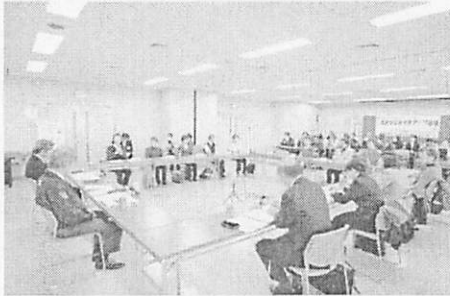
のうちサポーターとして活動したのは平成22年度については19名（61.3%）であり、平成23年度については16名（51.6%）であつた。

平成23年度受講状況：参加者数34名。男性1名、女性33名。平均年齢57.7歳（36-72）。参

加動機は、「フォーラムに参加して」「前年度のサポーターに誘われて」「知人が認知症になったため」「保健師に誘われて」などがあつた。参加者の感想として、「自身が脳活性化を目的とした活動をするようになった」「心も体も動かすことの大切さを感じた」「老化を防止し脳を活性化することはもっと大変なことだと感じていたが日常生活の身近なことで行えることを知った」などがあつた。参加者のうちサポーターとして活動したのは平成 23 年度については 22 名 (64.7%) であつた。

### なにわ元気アップ会議(平成22年11月11日)

市長が「はつらつ脳活性化モデル教室」見学後、北区認知症対策アドバイザー、はつらつ脳活性化サポーターと意見交換を実施。



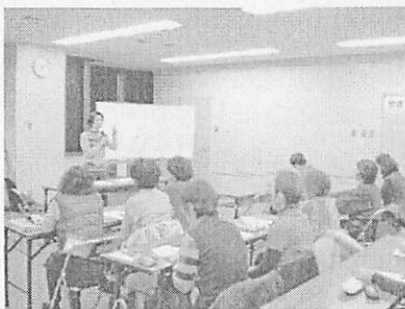
### [サポーターレベルアップ講座(平成 23 年度)]

目的：サポーターがさらなる知識と技術を習得し地域での教室をより充実できるよう実施する。

対象者：平成 22・23 年度サポーター養成講座受講者 63 名

内容：

日時	内容	講師	参加人数
2/23 (木) 10:30~12:30	「認知症予防と脳機能を意識したレクリエーション パート1」	言語聴覚士 武縄 陸実	18
2/24 (金) 10:30~12:30	「認知症予防と脳機能を意識したレクリエーション パート2」	言語聴覚士 武縄 陸実	25
2/29 (水) 13:30~15:30	「効果的なコミュニケーションについて パート1」	心理セラピスト 田村 雅幸	26
3/ 7 (水) 13:30~15:30	「効果的なコミュニケーションについて パート2」	心理セラピスト 田村 雅幸	24



熱心に講座に参加しています



他の地域のサポーターさんとグループワーク