

おおいたアクティブシニア養成講座 テーマ別講座(A)健康づくり・介護予防その①



8月開講した令和2年度「おおいたアクティブシニア養成講座」の最初のテーマ別講座A:健康づくり・介護予防①が8月24日(月)に県総合社会福祉会館 4階大ホールで行われました。「おおいたアクティブシニア養成講座」では1回につき2講座ずつ、カリキュラムを行っています。今回最初の講義は大分県言語聴覚士協会副会長吉田玲子氏による「介護予防の心得～聞き上手は聞こえにあり～」でした。

聞こえについては、大分県庁HP掲載の『地域で介護予防に取り組む“みなさんの活動”を支援するためのマニュアル』にも取り上げられています。こちらもぜひご活用ください！
(<http://www.pref.oita.jp/soshiki/12300/kaigoyobou-manyuaru.html>)

10分間の換気・休憩を挟んで2コマの講義は「認知症ってなあに？～住み慣れた地域で暮らしていくために～」です。劇団希望による演目「認知症ってなあに」のDVDを鑑賞しました。本来ならば実際に舞台上で演じていただく予定でしたが、感染拡大の状況を鑑みて、予防の観点から舞台は中止し、劇団の公演を以前撮影したDVDを上映しました。

前回の基礎講座後のアンケートにて、受講生同士で交流する機会が欲しいと要望がありました。これを受けて、DVD上映後、急遽簡単な自己紹介の時間を設けました。



本来ならばグループワークなどで、皆さんが交流等をする機会が多いのですが、今年は感染症対策で、会話などの接近が制限されています。その中でも、何が出来るか、受講生の方々と一緒に考えながら、地域で活かすことのできる交流方法を探していきましょう。

