

### 平成25年度 地域発 元気づくり支援金事業総括書

事業名	いきいき・元気づくり事業
事業主体 (連絡先)	長野県高齢者生活協同組合 ボランティア 芽ぶきの会 松本市本庄2丁目3番18号 不動産情報センタービル1階東 (0263-31-8200)
事業区分	保健、医療、福祉の充実に関する事業
事業タイプ	ソフト
総事業費	685,056円 (うち支援金: 406,000円)

#### 事業内容

「主体的に学ぶ、仲間づくりができ、実践活動に生かす」を目的に「講座」「シンポジウム」「居場所づくり」の3つの事業を行なった。講座は年間を通じて心身が元気になり、ひとりひとりが主体的に暮らせるための学びを行なった。8月～3月に全8回の講座「元気づくり運動」「食を学ぶ・調理実習」「自分の生き方を考える」などの内容で開催。シンポジウムは学んだことを共有し、自分が今できることの気づきを目的に開催。居場所づくりは、まずは数名の集まりから始めた。



※1 自己評価 (事業実施率) 【 B 】

#### 事業効果

講座は全8回を通じて延べ135名(一般参加は65名)1回あたり平均17名(一般は8名)。24年度と曜日を替えたこと、呼びかけたが他の講座やサークルに参加している人が多く、参加者が減少。参加者は積極的に学び、受講生同士で意見交換をする等今後につながる取り組みができた。

シンポジウムは認知症の人を支えることをテーマに実施。51名が参加、自らが考える機会をつくった。

居場所づくりは、まずできることから取り組もうと「太極拳的らくらく体操・お茶会」を開催し、少人数ながらも継続した。

#### 【目標・ねらい】

- 心身の健康のために、主体的に参加し学ぶ (B)
- 自らの生き方や日々の生活を見直して、生活に活かせる。(B)
- シンポジウムで講座で学んだことを共有したり広めることができる。(A)
- 継続して集い、学べる機会を作ることができる (C)

#### 今後の取り組み

- ・一般の人、地域の人たちがどのような日時・場所・講座内容を希望しているのか十分に把握して「参加したいと思ってもらい、気楽に参加できる」講座を開催したい。
- ・今回講座やシンポジウムに参加された人たちに呼びかけて、継続的に学習会を開催したり、年に1～2回程度は講演会やシンポジウムを開催して、いろいろな人とつながりを作ったり、地域づくりに少しでも貢献していきたい。
- ・今回の「体操・お茶会」を継続しつつ、数人でも集まって語り合ったり学び合う場を作りたい。

※2 自己評価 (事業効果) 【 B 】

※1 自己評価 (事業実施率) 欄は、「A」90%以上、「B」70～89%、「C」50～69%、「D」49%以下で示すこと。

※2 自己評価 (事業効果) 欄は、以下から選択のこと。

「A」: 予定を上回る効果が得られた 「B」: 予定していた効果が得られた

「C」: 一定の事業効果はあったが事業実施方法や今後の活用等について、工夫や改善を要する点がある