

出前講座①（真崎小学校）
～高齢者にかかわる諫早市の取り組みについて学ぼう～

○経緯

小学校の総合的な学習の時間で少子高齢化に対する諫早市や地域の方々の取り組みについて学習しており、講師を依頼されたもの。

○日時

令和5年9月21日（木）10時50分～11時35分

○場所・参加者

諫早市立真崎小学校 6年生児童26名

○講師

地域包括ケア推進課 多久島職員・金子職員

○説明内容

- ・諫早市及び真崎小学校区の高齢者人口推移
- ・真崎小学校校区で実施している介護予防教室・地域活動の取り組み

○説明を受けて児童が話し合った内容

- ・加齢に伴い身体面と心理面はどのように変化するか。
- ・高齢者に対して自分たちができることは何だろうか。

○体験内容

- ・諫早市介護予防プログラム（筋トレ・脳トレ・手ばかり栄養・ロトレ）

○児童の感想

- ・体と心の働きが弱ってほしくないから、4つのプログラムを自分のおじいちゃんおばあちゃんに教えたい。
- ・自分の町に子供1人に対して、高齢者が4人いることにびっくりした。
- ・体操など高齢者のために、市や地域の人がいろいろしているということを知った。
- ・やさしく声をかける。笑顔を増やす。
- ・自分がして楽しかったし体が楽になったから、筋トレを教えてあげたい。

