

事業名

つながる♪体操プロジェクト

実施団体

京極住民福祉連合会

昨年誕生した「つながる♪体操」を“座ってでもできる”万人ができる作品に改良

体操作成の背景・目的・狙い

◆ 地域参加

→各世代内で閉じこもりがち

◆ 高齢者は他の世代に比べて時には孤立しがち



地域住民の世代間交流の機会を新たに設ける

= 高齢者の孤立化を防ぐ

+ 地域住民が安心して暮らせる住みよいまちへ

体操がもたらす3つの効果

1. 全員が同じ動きをすることで全員が“つながる”(みんなの一体感づくり)
2. 地域の方々の健康増進
3. 歌と体操による地域の新しい文化づくり



活動



体操を考える会@スマイルサロン

地域に住む高齢者の方と一緒に

「つながる♪体操」の改良を3回のワークショップ形式で実施

体操練習会@スマイルサロン

改良した「つながる♪体操」を地域に住む高齢者の方と一緒に練習



高齢者お祝い訪問

- ・京極小学校の小学生と高齢者宅を訪問し、プレゼントを渡す行事
- ・学生はサポート役として参加
- ・体操の振り付けチラシを配付

「つながる♪体操2016ver.」 完成記念として作成・・・

- ・「つながる♪体操」練習用DVD
- ・「つながる♪体操」振り付けパンフレット



昔遊び

- ・京極小学校の小学生と高齢者の方々が昔遊びを通して交流
- ・改良した「つながる♪体操」を初披露



「つながる♪体操」とは

「つながる♪体操」とは2015年の京極区の福祉会議で決まった「高齢者の心をつなぐ」の取組の一環として、地域の子どもたちが高齢者の生活の様子を体験し、気持ちを伝えることで、お互いをつなぐための活動です。

2016年度は「つながる♪体操」をかねた形で、地域の子どもたちが高齢者の生活の様子を体験し、気持ちを伝えることで、お互いをつなぐための活動です。

～いままでの活動の様子～

歌謡
歌謡は高齢者の心をつなぐ。地域の子どもたちが高齢者の生活の様子を体験し、気持ちを伝えることで、お互いをつなぐための活動です。

つながる♪体操
高齢者の心をつなぐ。地域の子どもたちが高齢者の生活の様子を体験し、気持ちを伝えることで、お互いをつなぐための活動です。

つながる♪体操
高齢者の心をつなぐ。地域の子どもたちが高齢者の生活の様子を体験し、気持ちを伝えることで、お互いをつなぐための活動です。



京極文化祭

- ・毎年行われる京極学区の文化祭
- ・ブースでパネルの展示
- ・「つながる♪体操」の披露



展望

沢山の方々のご協力のもと完成した「つながる♪体操」。さらに認知度を高め、世代間交流のツールとして、また、地域住民の健康に役立てていきたい。