

シルバーカレッジ 講義概要（シラバス）

項 目	健康福祉	対象学年	2 年	場所	学習室 5・6
テーマ	地域の力①および②				
講 師	関西学院大学人間福祉学部教授 大和三重				
<p>講義内容</p> <p>【目的】「住み慣れた地域でその人らしく最期まで暮らす」"Aging in Place"の考え方を理解するとともに超高齢社会の現状を学び、今後どのような対策が必要かを具体的に考え、実行に移すことができることを目指す。</p> <p>【内容】</p> <p>① 午前</p> <p>なぜ、住み慣れた地域でその人らしく最期まで暮らす“Aging in Place”を実現することが重要なのかを考えるため、種々の調査結果を紹介する。その上で、多くの人が望んでいるにもかかわらず、現状では困難になっている原因を明らかにする。高齢者が地域で暮らし続けようとするとき問題となりうることを例示し、その対策として地域の力が欠かせないことを理解する。</p> <p>午後</p> <p>自らの生活をふり返り、1週間をどのように過ごしているかを書き出し、生活計画書（マイスタープラン）を作成する。日常生活、運動、健康管理、社会との関係、緊急時・災害への備えの5項目について今の生活をふり返って自己評価を行い、今後の計画を立てる。その際、地域で実際に活動することも想定して計画案を作成する。</p> <p>② フォローアップ</p> <p>① で作成した生活計画書（マイスタープラン）についておよそ8か月～9か月後のフォローアップを行い、実際に計画案を実行したかどうかふり返るとともに、自助・互助・共助・公助の重要性について再確認する。</p>					
<p>講師よりメッセージ</p> <p>今後は高齢者だけでなく、誰にとっても地域での暮らしが重要な意味を持つと思われます。自助・互助による地域の力は非常に有効と思われていますが、そのために自分たちにできることは何かを考え、地域力をいかに高めるか、受講生の皆さん一人ひとりに考えていただきたいテーマだと思えます。</p>					