

# 脳の健康 弘済園教室(三鷹市介護予防事業)



## 学習サポーター募集

### 高齢者の認知症予防に効果！

簡単な読み書き計算に関する学習を継続的に行うことで、脳の前頭前野が活性化され、高齢者の認知症予防に効果があることが、東北大学の川島隆太教授の研究と弘済園地域包括支援センターでの過去3回の開催により明らかになってきました。

その成果を踏まえ、9月末から「脳の健康 弘済園教室」を実施します。

教室の内容は、65歳以上の方を対象に、週1回45分程度学習サポーターの助言等を得ながら、ごく簡単な読み書き・計算の教材とコミュニケーションを行うことで認知症の予防を行うことが目的です。ラクラク学習できて、楽しい会話が飛び交う教室だから「学習」を「楽習」といいます。

サポーターは学習参加者が毎日の学習を継続し、日常の生活習慣にできるように支援するのが役割です。

#### 市の委託で行う「脳の健康 弘済園教室」 学習サポーター募集

この教室で、高齢者に対する助言や指導にあたるボランティアスタッフとして「学習サポーター」を募集します。

対象者：①概ね60歳までの市民の方で、高齢者の心身の健康増進に理解のある方  
②サポーター説明会・研修会等へ参加可能な方\*

活動内容：学習者への助言・指導、体操の補助等  
(サポーター1人に学習者2人程度)

活動場所：(社福)東京弘済園 弘陽園 会議室  
三鷹市下連雀5-2-5

活動日：平成22年9月29日～平成23年3月23日  
毎週水曜日 午前9時半～12時半

謝礼：1回1,200円(月毎に支給)

#### 応募方法

8月15日(日)までに、下記のいずれかの方法でお申込みください。

申込先：181-0013

三鷹市下連雀5-2-5  
弘済園地域包括支援センター

電話：0422-48-8855

FAX：0422-49-8896

E-mail: zaitaku\_sien@kosaien.or.jp

担当者：皆川、坂田、水野

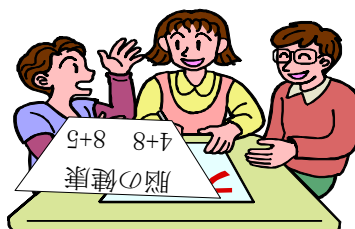
応募者の方へは別途説明会を開催いたします。

また学習サポーターをしていただける方には、事前に研修会を行いますので、ご安心ください

#### \*「説明会・研修会等の日程」

- ・サポーター説明会(必須) H22.9.1 10時～12時
- ・サポーター研修会(必須) H22.9.15 13時～17時

場所 東京弘済園 弘陽園1階会議室



あなたの笑顔を地域のために活かしてみませんか