

「かがやき倶楽部みのり」とは？

2003年5月、稲城市の委託事業（介護予防・認知症予防遅延教室）として始まり、毎週1回、平尾小学校内で開始しました。

一人暮らし、家族と同居だが昼間はほぼ一人で過ごすことが多い、家族に呼び寄せられ越してきた為近所に知り合いがいないなど、閉じこもりがちな高齢者、人と接する機会があまりない高齢者などを対象にした事業で、稲城市から委託されていました。

2015年に委託事業から介護予防・日常生活支援総合事業(通所型)に移行され、自主事業となりました。総合事業・通所型サービスとは、介護保険を利用した事業で、介護されることなく自立した生活が送れるように機能維持の為、様々な場所でプログラムが用意されています。利用者は、地域包括支援センターでモニタリングの上で認定し、その人に合っていると思われる場所に参加することになります。

総合事業の設定は2時間なのですが「かがやき倶楽部みのり」では、午前中に週替わりのプログラムを行い、皆で昼食をとり、午後は頭を働かせながらカードゲームをしてゆったりとした時間を過ごしていただいています。

週替わりのプログラムは、音楽、転倒骨折予防体操、小物作り、脳トレクイズなど変化のある構成を考えています。

2週目は以前食べて美味しいと思った献立などを調理実習として作っています。

また、「かがやき倶楽部みのり」の活動は、介護予防事業なので休まずに継続して行うように要望されています。その為、コロナ禍でも換気のために窓を開け、消毒、マスク着用を徹底しながら、休まず続けられました。

