

生活支援フォーラム2021  
(地域サロン運営担当者研修会)

風船の海から介護予防に役立つ  
お宝(アイデア)を見つけよう!

# バルーン の海で お宝探し!



日時:[第1回]8月14日(sat)  
[第2回]9月11日(sat)  
11:30~15:30

第1回は一枠 20分程度  
第2回は一枠 30分程度

場所:金沢21世紀美術館  
[第1回]地下一階 メディアラボ  
[第2回]プロジェクト工房

参加費:無料

申込み:右記QRコードから  
申し込みください。



Art-Complex

主催:金沢市社会福祉協議会  
協力:金沢美術工芸大学

デザイン科環境デザイン専攻 川西真央・永島なつ華  
共催:金沢21世紀美術館[公益財団法人金沢芸術創造財団]



# 美術館が 風船の海に大変身!



## 企画趣旨

誰もがいつまでも健康なまま暮らすことができる地域コミュニティは、少子高齢社会の現代においてみんなで目指したい地域のあり方です。  
このワークショップを通じて、そういった地域コミュニティをつくるために、みんなで「社会とのつながりによる介護予防」を考えてみませんか。

◆「社会とのつながり」…ご近所での井戸端会議や趣味のあつまり、人と人がつながる機会は、とても重要な価値を持っています。定期的にお話する相手がいることで、うつ病や認知症の予防に良い影響があるという研究結果もあります。

◆「介護予防」…「介護が必要な状態になることの予防」という意味です。筋トレ等の運動による健康維持だけでなく色々な活動に参加する社会参加という観点も重要な要素と考えられています。

## 1回目

1

部屋の中の風船の海から  
気になるワードの風船を選びます。



2

暮らしや運動、人とのつながりにまつわる  
言葉から介護予防につながる  
アイデア(お宝!)を考えてみましょう。



3

考えたアイデアは  
スケッチブックに記録します。



記録されたアイデアは、第2回のワークショップ(介護予防すごろく・カードづくり)の素材となります。

## 2回目

1 「介護予防すごろく」「介護予防カード」の2種類のグッズからお好きなグッズを選びます。

2 【第1回】で生まれたアイデアの中から、すごろくのマスやカードの題材選びを行います。

3 お好きなアイデアを選び、絵や文字を加えて、オリジナル介護予防グッズを制作しましょう。完成したグッズはお持ち帰りいただき、地域の高齢者の集まり等でご活用ください。

## 問合せ

金沢市社会福祉協議会 地域福祉課 水橋・野口

☎:076-231-3571

✉:chiiki54@kana-syakyjo.jp

