

大澤ゼミ 2 班のイベント

企画概要

<ビジョン>

介護予防カフェの認知度をイベントによって高め、参加者がカフェに通いたいと思ってもらえるようにしたい

今日のスケジュール

企画①

介護予防カフェについて知ってもらおう

1. フレイルとは

フレイルとは、「加齢により心身が衰えた状態」のことで、生活の質を落とすだけでなく、合併症の危険もあります。

フレイルは、早く介入して対策を行えば元の健常な状態に戻る可能性があります。



神戸市：65歳からの健康づくりのキーワードは「フレイル」 (kobe.lg.jp)

2. 介護予防カフェとは

介護予防カフェとは、一人暮らしの方、遠くへ外出が困難な方、お散歩ルートの途中によられる方たちなど、近隣にお住まいの方がホッと集える場所です。



[神戸市：介護予防カフェのページ \(kobe.lg.jp\)](http://kobe.lg.jp)

3. 介護予防カフェの具体的な活動

介護予防カフェには、一緒に何かを作るカフェ、催しものをするカフェ、自由に好きな時間に立ち寄ってゆったりくつろげるカフェなど、運営するカフェマネージャーさんの思い思いの個性豊かなカフェがあります。

4. 介護予防カフェの紹介

「いいばしょ」 兵庫県神戸市井吹台西町 2-2

(イベント企画例)

マジック、クイズ、体操

(カフェの感染対策)

現在、新型コロナウイルス感染症が流行しているため、カフェでも感染対策が行われています。「いいばしょ」では、人数制限、アルコール消毒、テーブルなどを除菌シートで拭く、コーヒーメーカーでのコーヒーの提供ではなくペットボトルの飲み物を提供するなどをしているそうです。

企画②

脳トレクイズ

私たちは、イベントを楽しんでいただくために5対5の協力クイズを用意していました。
こちらの URL から入ることができます。楽しんでみてください。

[詳しくは「脳トレクイズ」のファイルをご覧ください](#)