

# 平成 28 年度市町老連女性・若手リーダー研修会



県子連浅見事務局長よりワークショップの進め方等について学ぶ

市町老連における女性・若手リーダーを対象とし、今後の老人クラブの運営・活動の中心的役割が担えるようリーダーを養成する研修会を県下4か所で開催。平成27年度に引き続き「みんなが参加したくなる素敵な活動」をテーマに、前期・実践報告会を各2回開催した。

◇老人クラブの概要 県老連専務理事兼・事務局長 小林武

## ◇ワークショップ

「みんなが参加したくなる素敵な活動をつくろう」

ファシリテーター 兵庫県子連事務局長 浅見真一氏

## <前期>

前期は、はじめに「企画とは何か！」の講義を受け、即答フリップ方式のディスカッションで老人クラブの課題を探り、活動の方向性を決め、目標を設定し、活動を企画しました。

- ◇ 阪神南・阪神北ブロック  
平成28年6月9日(木)  
川西市アステホール 27名
- ◇ 東播磨・北播磨・淡路ブロック  
平成28年6月7日(火)  
明石市生涯学習センター 36名
- ◇ 中播磨・西播磨ブロック  
平成28年6月16日(木)  
たつの市福祉会館 28名
- ◇ 但馬・丹波ブロック  
平成28年6月21日(木)  
養父市八鹿老人福祉センター 24名



## <実践報告会>

各ブロック・グループ毎に実際に企画した活動を実施し、実践報告会では、取組について報告し、活動の評価や感想を交換し、今後の活動につなげる。

- ◇阪神南・阪神北ブロック  
平成29年2月16日(木)  
川西市アステホール 32名
- ◇東播磨・北播磨・淡路ブロック  
平成29年2月2日(木)  
明石市生涯学習センター  
72名
- ◇中播磨・西播磨ブロック  
平成29年2月23日(木)  
たつの市福祉会館 52名
- ◇但馬・丹波ブロック  
平成29年2月21日(火)  
養父市八鹿老人福祉センター  
35名



意見交換での主な意見

- 実践してよかったところ  
コミュニケーションが取れた  
グループの作業分担がうまくいった  
地域で実践し、経験がいかせた。
- うまくいかなかったところ  
人集め  
日程調整が難しかった。
- 工夫・改善する点  
事前打合せが大事  
活動を広げるためのPRが必要  
人に要望を聞く。
- 今後活動をするために何が必要か  
情報の収集  
効果的な広報  
コミュニケーション
- ◎参加市町老連会長から一言  
遊び心が大事。  
学んだことを、地域で活かしてほしい

## 各グループの実践活動報告

### 阪神南ブロック「長生きの達人」

“スポーツを通して笑顔で長生き” 51名  
平成28年10月21日(金) 芦屋市中央公園運動場  
グラウンドゴルフのスティックとボールを利用しグラウンドゴルフより狭いスペースで楽しめるターゲットボール講習会を開催し、各クラブへの普及を促進する。



### 阪神北ブロック「ヤングパワー」

心つながる仲間づくり ミニ運動会  
平成28年10月21日(金) 伊丹市立野球場 519名  
みんなが興味を持って参加したくなるような魅力ある活動をするにあたり、元気シニアミニ運動会を実施し、コミュニケーションが図られた。



### 阪神北ブロック「阪神北なでしこ」



「ミニ映画会」で楽しく仲間づくり  
平成28年9月23日(金) 川西市アステ市民プラザ  
地域の引きこもりがちな高齢者の外出支援のため、皆で楽しめる昭和の映画会サロンを開設。

### 阪神北ブロック「われらの川西」

さあ 仲間と共に秋色に染まる里山ウォークを楽しもう！  
平成28年11月16日(水) 川西市北雲雀さずきの森 25名  
秋空の下、川西市内を見渡せる高台で、心も体もリフレッシュ大学の食堂で学生と学食を食べ、若者の活気を取り組み、川西市街を一望できる見晴台で「きんたくん体操」に挑戦し紅葉を楽しむウォーキングを実施。



### 東播磨ブロック「あじさい」

「一堂に全員集合」親睦を深める交流サロン 70名  
平成28年12月2日(金) 高砂市米田町第一公会堂  
ブロック管内市町老連代表者から「魅力ある活動」又は参加者増対策の提言を行い、健康体操やカラオケを楽しみながら「なんでも話し合える」交流サロンを開設



### 東播磨ブロック「可愛いばあばあ」

なんたって健康一番！  
おしゃれをして出かけてみよう。 30名  
平成28年11月24日(木) 稲美町ふれあい交流会館  
元気であるためには色々な人達と出会い交流することが大切。外出したくなるように、自分なりのおしゃれをしてみませんか。女性のためのおしゃれ教室を実施。



### 北播磨ブロック「北はりま」

なかよく・たのしく・仲間づくり 52名  
～歴史の町並みを遊ぼう～  
平成28年11月19日(土)  
加西市北条町  
～京、大阪への街道人との出会いを大切にしながら北播磨散策と歴史romanウォーキングを実施



### 北播磨ブロック「北播磨レディース」

地域みんなが、こころも体も元気に  
平成28年9月23日(金)  
加東市とどろき荘 64名



健康でいきいきとした地域づくりを目指し、健康体操・ストレッチ体操の講話を聞き、いきいき百歳体操の指導を受け、最後に童謡唱歌を歌い交流を図る。



### 中播磨ブロック「善女善男組」

「明日に向かって頑張ろう」 60名  
平成28年12月5日(月) 神河町神河支庁舎  
いきいき元気な暮らしをおくれるよう認知理解のための学習会を開催する



### 西播磨ブロック「西播磨若手の会」

体力維持と仲間づくり 50名  
平成28年10月29日(土) たつの市立龍野体育館



参加者各自が現状の体力度を知り、各々の体力度に沿った健康づくりと併せてペタンク競技とペットボトルボーリングを実施し交流を図る。

### 西播磨ブロック「西播磨美女チーム」

心も体もリフレッシュ！フォークダンスを楽しく踊ろう！ 102名  
平成28年12月14日(水) 太子町立文化会館



会員同士がふれあう機会は、自分達の老人クラブ内での活動が多く、横のつながりが少ない。フォークダンスを通じて交流の場を広げる。

### 但馬ブロック「但馬Ⅰ」

笑顔の仲間づくり  
平成28年11月10日(土) 養父市総合体育館 45名

ニュースポーツを通じた会員相互の親睦と健康づくりに取り組み、普及推進するため、若手リーダーの指導者となるべく人材を養成する(ダーツ・輪投げ・ピンボウリング・スカットボウル・室内グラウンドゴルフ)



### 但馬ブロック「美人の会」

ひとり暮らし高齢者の外出支援活動 22名  
楽しくおしゃべり！

買い物に外出してみよう！  
平成28年11月18日(金)  
養父市老人福祉センター  
外出の機会をつくることで独居高齢者の元気を取り戻す。

新舞踊と創作ダンスを観劇し、ピンボウリングと輪投げゲームで交流を図り、買い物や紅葉見物に出かけ1日を楽しむ。



### 丹波ブロック「篠山市老人クラブ連合会」

女性・若手委員が取組む活性化事業 68名

平成28年8月25日(木)  
篠山市立丹南健康福祉センター  
高齢者の認知症予防、健康づくりを目的に講演会を開催し、併せて手作りした作品の展示会を開催し生きがいつくりにつなげる。



### 丹波ブロック「たんば竜ち-たん」

みんななかよし交流ウォーキング 55名  
平成28年11月20日(日) 柏原木の根橋周辺

歴史と自然が調和した街並みをボランティアガイドの説明を聞きながら散策チームと歴史資料館見学チームに分かれ、他支部との合同チームを編成し交流を図る。



### 淡路ブロック「たまねぎ」

みんなで歌おう！踊ろう！レクリエーションダンス 340名  
平成28年10月21日(金) 洲本市五色GOGOドーム

誰もが気軽に行えるレクリエーションダンスを女性・若手委員を中心に実践。皆が楽しく集える場づくりや仲間とのつながりを作っていく中で、健康・生きがい・幸せづくりを「サザエさん」のテーマソングで行う。



