

『心と体のすこやか長寿計画』

テーマ理由

山北町は高齢者が多い

↓

長生きするためには

↓

運動💨



山北町の問題点⚠️

少子高齢化

みんなが長生きする町✨

課題解決のアイデア

①若者との交流を増やす

②簡単な運動を提供する

↓

一緒に運動する

私たちは
グループホーム山北 という
老人ホームにお邪魔しました



職員の方々にインタビューしました

Q.私たちとやりたいこと
してほしいこと

- 顔を見せてくれたら嬉しい
- お手紙を書いてくれたら嬉しい
- 歌やダンスを一緒にやる

高齢者の方一人ひとりに
インタビューをしました

運動

遊び

質問してみた

1 散歩は好きか
2 普段運動はするか
3 週何で運動してるか
4 若者とどんな運動したいか
5 挑戦してみたい運動

1 YeS or No

2 YeS or No

3 週 1 2 3 4 5 6 7

4 ・一緒に歩きたい ・体操
・バレーボール ・ドライブ ・お話
・歌を一緒に歌いたい ・ボール遊び

5 ・バドミントン・野球・卓球
・バレーボール ・乗り物に乗りたい
・グラウンド歩く ・ボール遊び

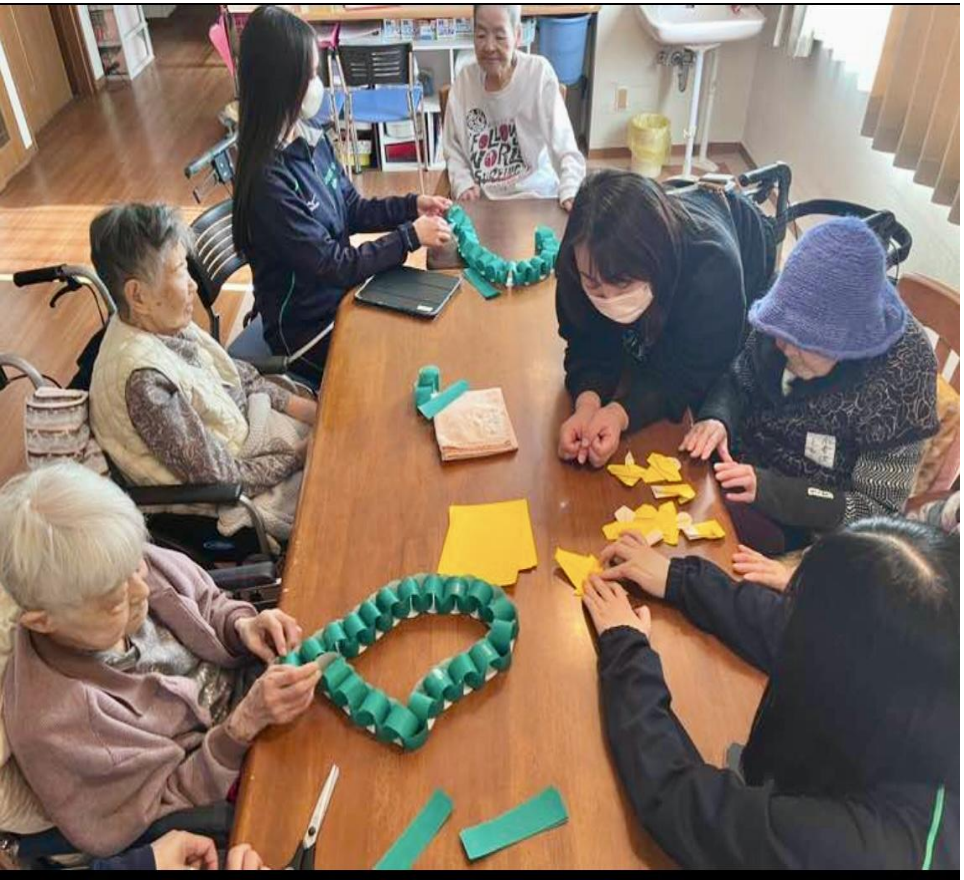
何の遊びをしたいか

すごろく	ワードウルフ	音あそび	トランプ
花札	かるた	なぞなぞ	折り紙

行事ごとに
パーティーをしよう 

12月  

クリスマスパーティー






YAMAKITA

1月  


2025
おみくじ
おみくじ
2025

おみくじ



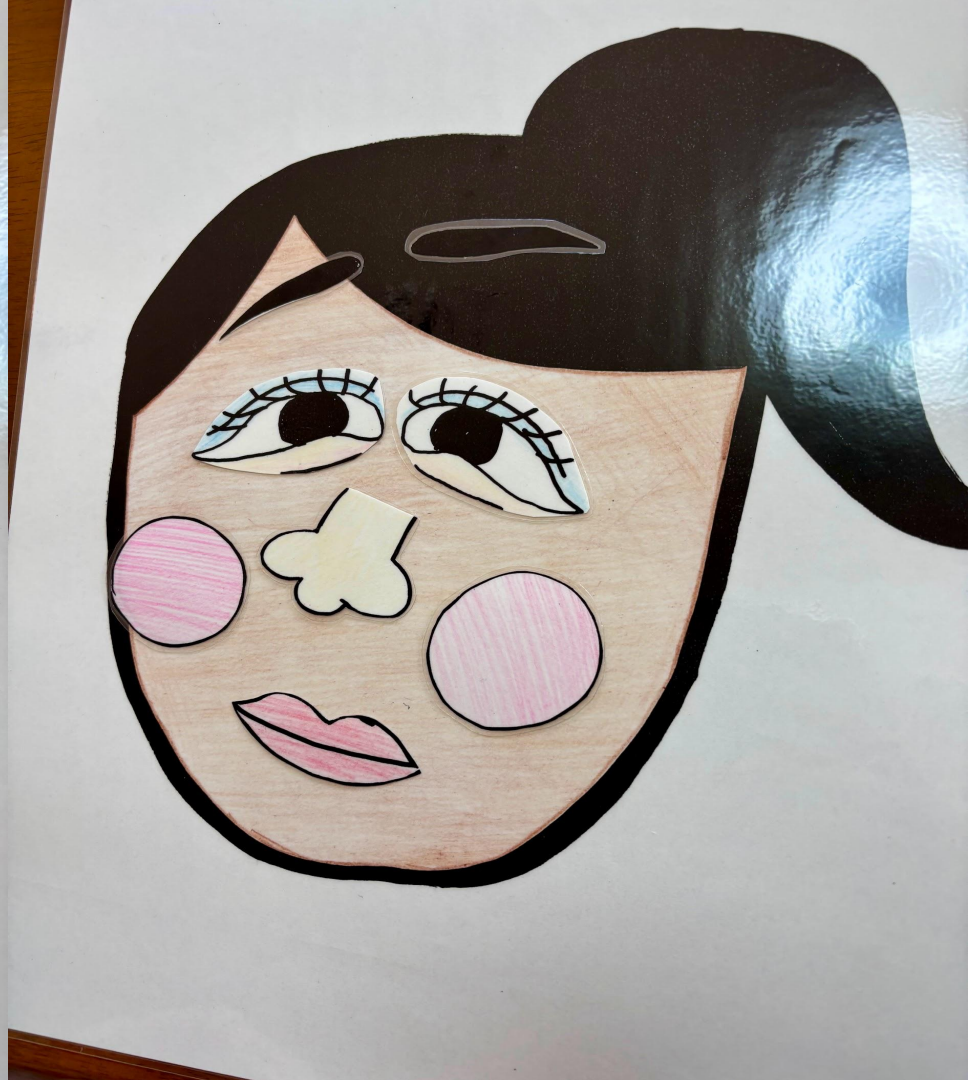


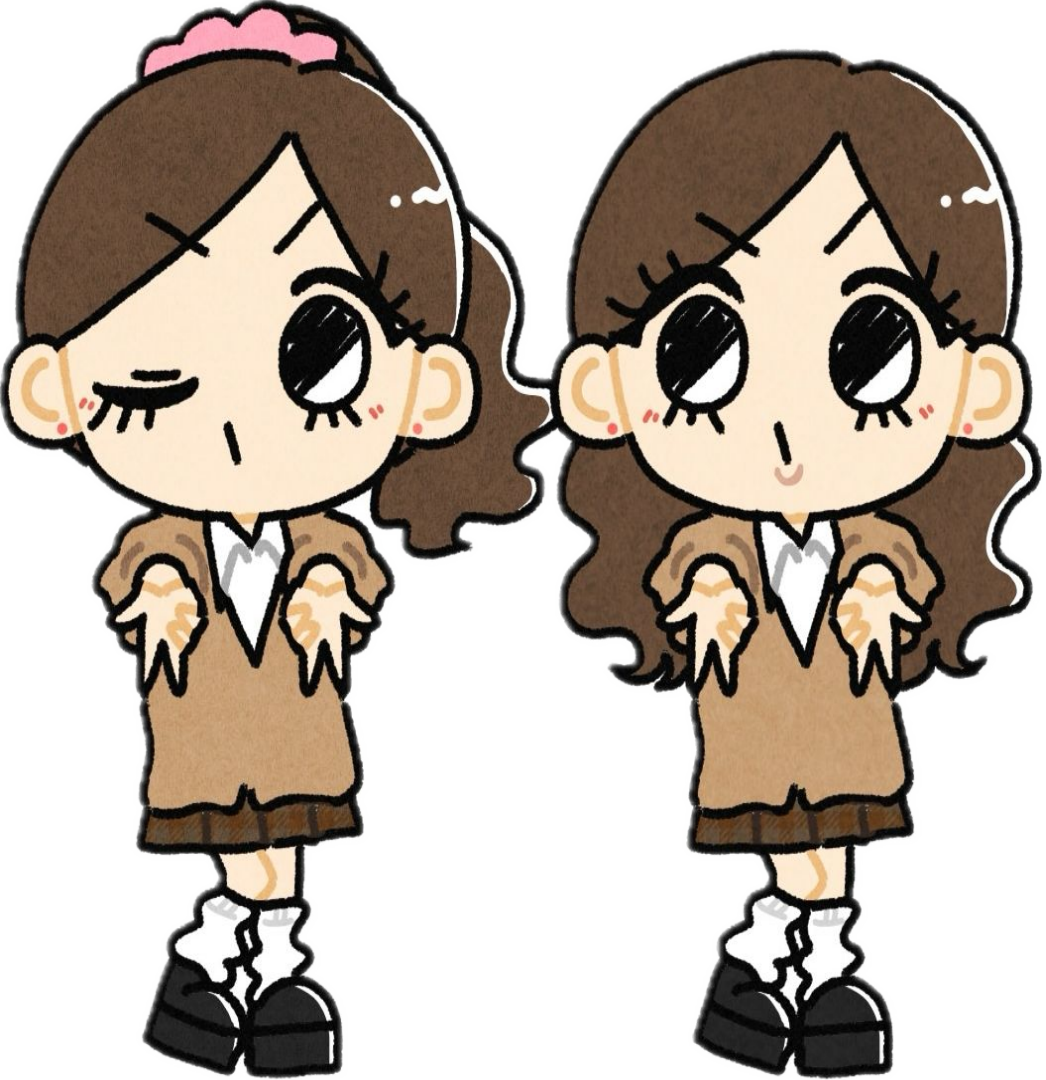
福笑い







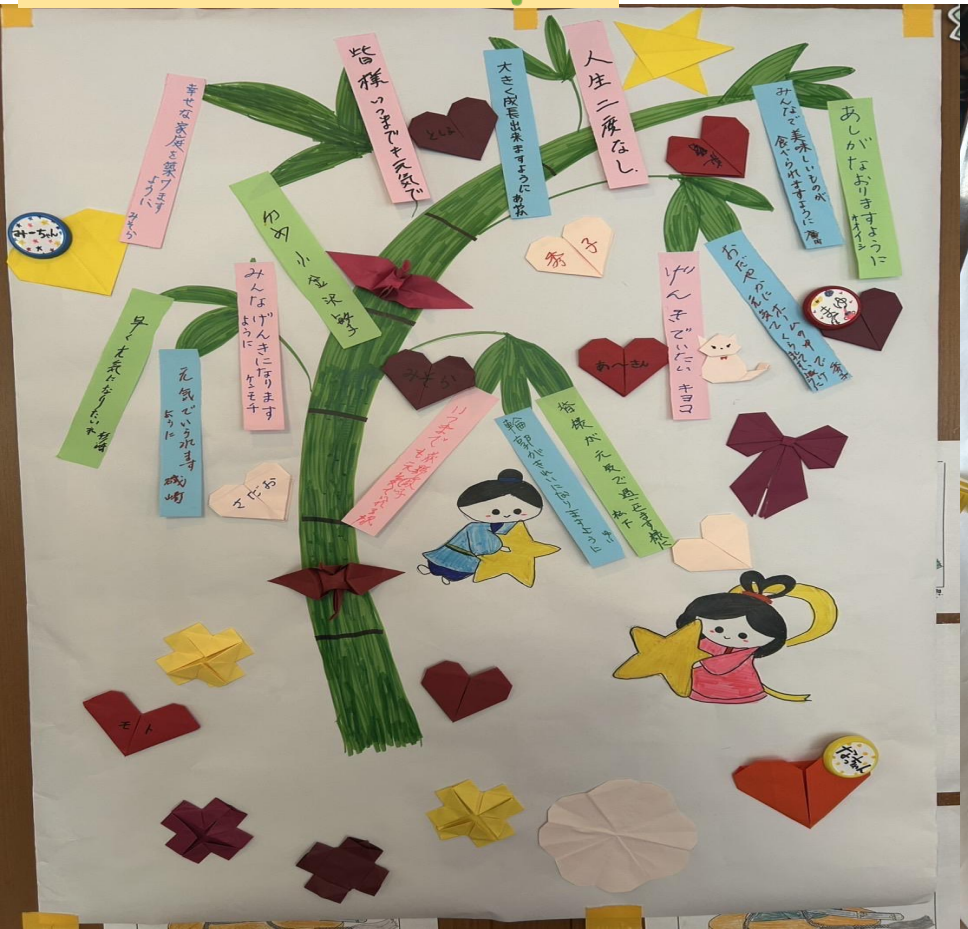




3年生

7月 

短冊作り


人生二度なし
あしがなおりますように
みんなで美味しいものが食べられますように
皆様いつまでも元気で
大きく成長出来ますように
幸せな家庭を築けますように
みんなげんきになりますように
元気でいられますように
みんなと「仲良し」が続きますように
元気でいれますように
みんなとはなせますように



３年生で挑戦したかったこと

一緒に料理をしたい　行事ごとにイベント

簡易的な遊びを作る　散歩コースを作る

たくさん笑顔になって
もらいたい！！



なぜ実現できなかったのか

- 時間
- 費用
- 介護施設の介護レベル

①高校生が施設に訪問する前と後で利用者様にどんな変化があったか

若い人たちが訪ねてくれて喜んでいた

塗り絵などに参加する利用者様が増えた

② 高校生との交流をどのように思ったか、感じたか

- とても優しく頼れる高校生
- 若い人と話すのが楽しかった
- 短い期間で、残念だった

③今回の訪問を踏まえて高校生とこれからどのように交流したいか

- もっとお話がしたい
- 一緒に食事がしたい、遊びたい
- 劇をしたい

④施設の方が高校生に伝えたいこと

・自分の為に考え、行動をすることが
自ら育む」ことに繋がる

・自分の考えを自分の言葉で話すこと

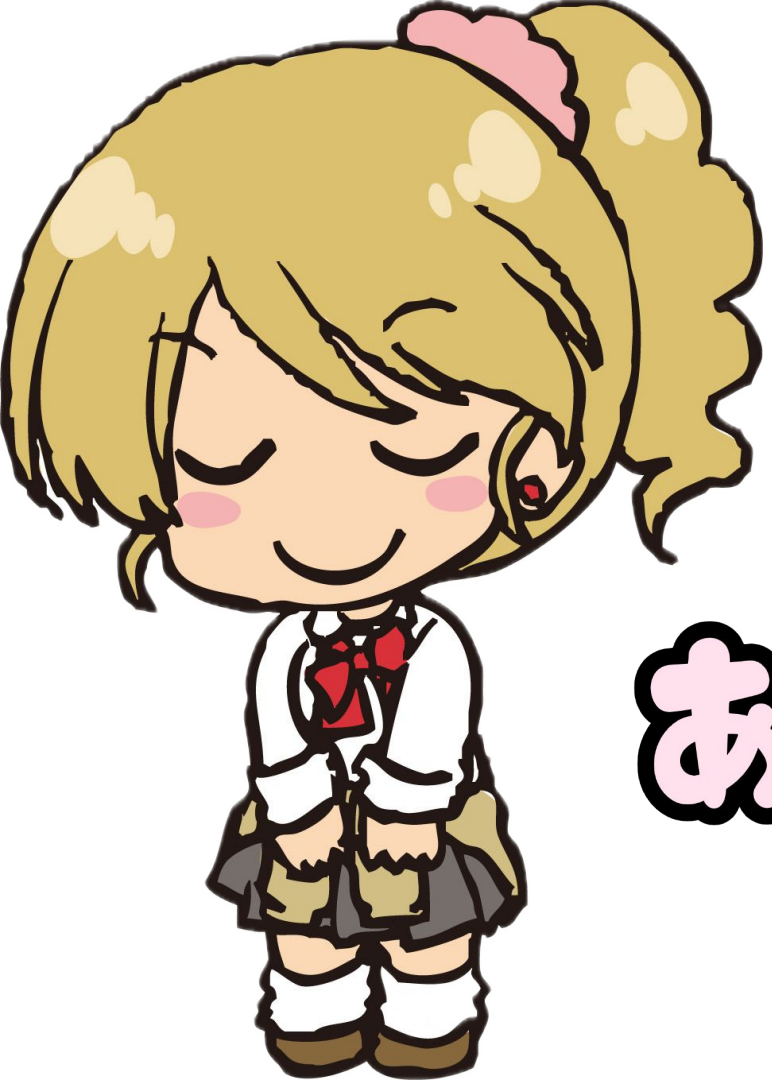
実際に活動してみて

・笑顔で受け入れてくれて嬉しかった

・貴重な経験ができて良い思い出になった

・お別れが寂しかった





ご清聴

ありがとうございました