

9. シニア世代対象に I C T（タブレット等）で、 脳活性化トレーニング

グループ名 NPO 法人 栃木県シニアセンター

代表者 大沢 十八

① 活動の目的

- イ、超高齢化社会に向け、タブレットの活用により、シニア世代の脳活性化トレーニングを実施すること、そして、シニア世代が胸を張って社会参加できる風土を作る事。
- ロ、前段階として、タブレットの初心者向け講習を実施し、シニア世代にも ICT に慣れ親しんで頂き、ICT の推進を図る事。
- ハ、最終的に、シニアの方々に ICT を日常生活の中に取り入れて頂き、快適な生活が送れることを目的とする。

② 活動概要

件 名	シニア世代対象に ICT（タブレット等）で、「脳活性化トレーニング」
内 容	最初に、タブレットの簡単な操作方法を説明し、次にタブレットアプリ「認知症予防」などを使い、ゲーム感覚で参加者に脳年齢を測定していただき、楽しく学んで頂きました。機械に不慣れな方も、どなたでも操作ができるようになり、機会があればまた参加したいとか、楽しみながら脳トレが出来て良かったと、大好評で終了する事ができました。参加者にはテキストを後日開いて学べるように、資料ファイルを差し上げました。 また、参加者による、アプリによる脳トレゲームを実施し、上位 3 名の方には賞品を出して、講座を盛り上げました。 ・参加者総数：108 名（各地区市町民のシニアの方対象に実施） ・開催地区：栃木県（壬生町・下野市・栃木市・小山市・野木町）
各地区開催日時	平成 30 年 2 月～4 月開催「各地区午前 1 回、午後 1 回、計 2 回実施」 時間帯：午前の部 10 時 00 分～12 時 00 分 ・午後の部 13 時 30 分～15 時 30 分 下野市「2 月 20 日（火）」、栃木市「2 月 27 日（火）」 小山市「3 月 2 日（金）」、野木町「3 月 13 日（火）」 壬生町「4 月 24 日（火）」
会 場	野木町：野木町中央公民館、下野市：下野市生涯学習館、 栃木市：栃木市公民館、小山市：小山市立中央公民館 壬生町：壬生町生涯学習館
定 員	15 名（各会場各回とも）参加者総数：108 名
対 象	3 市・2 町のシニア世代の、市・町民の方対象
タイムスケジュール	午前・午後各 1 回 （午後の部は 13 時 30 分開始、内容・時間配分は午前の部と同様） ➤ 10 時 00 分～10 時 30 分「タブレットの操作法」 ➤ 10 時 30 分～11 時 00 分「アプリの操作法」 ～ 10 分休憩 ～ ➤ 11 時 10 分～12 時 00 分「アプリ実技・アプリでゲーム」

機 材	タブレット 20 台（シニアセンターで用意）
受講費・参加費	無 料
主催・後援	主 催：NPO 法人栃木県シニアセンター 後 援：公益財団法人 大同生命厚生事業団 栃木市教育委員会、小山市中央公民館、 下野市生涯学習情報館、壬生町生涯学習センター、 野木町公民館
連絡先	実施運営：「NPO 法人栃木県シニアセンター」 栃木市片柳町 2－2－2 電話：0 2 8 2－2 0－3 3 2 2

「各会場の講座の様子」



野木町会場



栃木市会場



小山市会場



壬生町会場



下野市会場

③ 決算報告書

収 入	大同生命厚生事業団助成金	100,000円
支 出		
・ 交通費：講師1名・補助者3名＝4名、5会場20名 往復@2,000円 5会場20名×@2,000円＝40,000円		40,000円
・ 食材費（昼食費）5会場（20名×@600円＝12,000円		12,000円
・ 会場費（1か所分）栃木市公民館＝1,200円		1,200円
・ 消耗品費 教材@300円 ×150部＝45,000円、 チラシ@3.1円 ×2,000部＝6,200円 参加者用ファイル@108円×110個＝11,880円 脳トレゲーム賞品（各回3名、計10回@500円） 3名×10回×@500円＝15,000円		78,080円
合 計		131,280円