

## 申請者名

社会福祉法人多摩養育園（府中市立介護予防推進センター）

体制図 企画：府中市立介護予防推進センター、府中市高齢者支援課  
 実施：府中市介護予防推進センター 実施予定場所：介護予防推進センター、市内公共施設

## 講習会等の実施計画

※ 基本講座32コマ、応用講座1コマ

## 基本講座

	電源の入れ方等	電話のかけ方等	アプリ等	ネットの使い方等	メール等の使い方	地図アプリの使い方	SNSの使い方	オンライン会議	安心・安全
実施コマ数				7	6	6	7	6	

## 応用講座

	マイナンバーカード	マイナポータル	マイナポイント	e-Tax	オンライン診療	地域オンライン行政
実施コマ数	1					

支援員数	アシスタント数	基本講座：実施コマ総数	応用講座：実施コマ総数
21	11	32	1

## 講師を確保・養成・管理

### ①講師の確保

- ・講師予定者は、デジタル活用に関する特別な講習受講履歴はないが以下の指導履歴がある。または、各種オンライン講座のアシスタント経験がある。
- オンラインツールを用いた教室において、65歳以上の市民へ教室開始時にLINEグループをつくりチャットの方法や画像の投稿方法について指導。
- 当センター作成動画や介護予防のための情報発信を受信してもらうことを目的に、「スマホ講座」開催。LINEアプリの使い方や、YouTubeの見方を学ぶ60分講座を開催。
- 令和3年度、府中市が高齢者のICT化とフレイル予防を推進するため「みんなチャレ」アプリを活用したフレイル予防2回連続講座の実施。
- 高齢者への各種講座の指導経験のある職員。

### ②講師の養成

- ・講師の養成は、当事業を行うために必要な、執行団体主催の研修を講師予定者全員に受講させ、65歳以上の市民にわかりやすい講座を提供できるよう、デジタルスキルをあげていく。

### ③講師の管理

- ・講師の管理については、当センター所属の職員で行っていく予定。
- ・高齢者の社会的役割確保のためにも、アシスタントは、現在当施設で活躍している65歳以上の市民で構成される介護予防ボランティア「元気一番!!ひろめ隊」に依頼予定。その中でも、デジタル機器に詳しく、今までのスキルを活かして活動したい方には、執行団体主催の研修と同程度の研修を受講してもらい、指導者として活躍してもらいたいと考える。

## 講習会等の実施イメージ

- ・会場:当センターと当センターから遠い地域にある5つの文化センター
- ・内容:5種の講座を毎月1回各会場で実施。各回60分  
(例:9月ネットの使い方、10月メールの使い方、11月地図アプリの使い方、12月SNSの使い方、1月オンライン会議)
- ・各回申込制
- ・定員:5名程度
- ・担当配置:支援員2名、アシスタント1～2名程度
- ・対象:60歳以上の高齢者
- ・工夫:①高齢者に安心して参加し学んでもらえるよう、少人数で実施。「みんなも同じ思い」であることを共有しサポートする。  
アシスタントには、65歳以上の介護予防サポーターに依頼し、デジタル活用のサポートを通じて、教える立場に移行することで、高齢者のデジタル活用促進を図る。
- ②支援員は、感染症対策を講じながら適切に講座を運営する。
- ③対面による講座が出来ない場合は、オンラインでの講座を実施する。
- ④当日担当する支援員が体調不良などで講師困難の場合も、代替の支援員を配置することができる。