

高齢者あるある

カルタ



高齢者はつらつ長寿推進事業について

本事業は、市内に住所を有する65歳以上の高齢者を対象に、週1回2時間、コミュニティセンターなどで健康づくりやレクリエーション等を行うことで、介護予防・認知症予防、地域での仲間づくりを進めています。

カルタについて

この「高齢者あるあるカルタ」の読み札は、名古屋市の「高齢者はつらつ長寿推進事業」に参加されている皆さんからアイデアを募集し、作成しました。

高齢者の方が日々の生活の中で感じた“あるある”や、思わず笑ってしまう出来事、健康づくり・仲間とのふれあいにまつわるエピソードが込められた読み札になっています。

「楽しみながら」「共感しながら」自然と介護予防につながっていくこと、そして世代を超えて互いの思いを知るきっかけとしてご利用いただければと思います。

楽しみ方

- ①読み札を読み上げる
- ②絵札を探す
- ③取った札について感じたことを話してみる
⇒読み札を作成した方の思いが掲載されている札もあります。



こちらからダウンロードできます

本事業は半期ごと（上半期：4月～9月 下半期：10月～3月）で参加者を募集しています。お問い合わせは各区社会福祉協議会へ。

問合せ先

社会福祉法人 名古屋市社会福祉協議会 地域福祉推進部

名古屋市北区清水四丁目17番一号 名古屋市総合社会福祉会館5階

電話：052-911-3193 FAX：052-917-0702

ホームページからダウンロードしてお使いください。

名古屋市社協 カルタ

