平成２６年度ＳＣ大阪健康づくり大学校講座実施要綱

１、目　　的　　高齢化社会の進展に伴い、高齢者自らが健康と生き甲斐づくりをすすめるとともに、地域社会の主要な構成員として積極的に貢献していくことが求められている。

老人クラブは、地域に根ざした中核的な高齢者団体として仲間づくりを通じて全ての高齢者がその人生をより豊かに全うしていける拠り所となることが期待され、その役割は益々増している。

このため、老人クラブの若手会員を対象に、高齢者の健康と生き甲斐づくりを推進するリーダーを育成し、老人クラブの活性化を担うとともに高齢者福祉の向上に積極的に資するよう本講座を開設する。

２、名　　称　　「平成２６年度ＳＣ大阪健康づくり大学校講座」

３、主　　催　　一般財団法人大阪府老人クラブ連合会

４、期　　間　　平成２６年 ９月２６日から平成２６年１２月 ５日までの原則として
毎週金曜日　　（別紙カリキュラムのとおり）
但し、講師の都合により、講座日時を変更することがある。

５、場　　所　　原則として、大阪府社会福祉会館会議室
（講座によって、外部施設を使用することもある。）

６、募集人員　　６０人

７、講義内容　　基本カリキュラム

① 老人クラブ活動の基本課題
基本課題、歴史、地域支えあい活動、世代間交流、友愛活動、広報活動

② 健康づくりの基本課題
- 健康講座
健康管理、栄養管理、薬の正しい使い方、心の健康、認知症予防
- スポーツ講座
介護予防の取り組み、体力測定、野外学習（自然観察ウォーキング）

③ その他
※詳細は別紙カリキュラムのとおり。

④　履修単位　　２５単位
各講座１単位８０分。（ただし、２時間４０分の講座は２単位）
野外活動は４単位
(講座のまとめは除く)

8、受講資格　次の条件を満たした者で、市町村老連会長の推薦する者。
①　原則として７０歳未満の者
②　健康づくりに関心があり、且つ積極性に富み、
老人クラブリーダーとしてふさわしい者

9、費用負担　教材費の一部、交通費は、自己負担とする。

10、修了証書　総単位の４分の３以上の履修者に修了証書を授与する。
全ての単位を履修した者には、皆勤証を授与する。

11、そ の 他　この講座の一部は、公開講座とすることがある。