

## ポジティブ・シニアをつなぐ応援プロジェクト（心・技・体） の実施について（レベルアップ）

### 1 目的

長引く新型コロナウイルス感染症の影響により、高齢者等における生活機能の低下や孤立などの課題が地域で顕在化してきている。

そのため、「ポジティブ・シニアをつなぐ応援プロジェクト（心・技・体）」をレベルアップさせ、さらなる高齢者等の健康の維持及び地域での新たなつながりの創出に取り組む。

### 2 事業概要

#### (1) 具体的な取組

##### ① 高齢者等見守りあんしん電話事業（**心**と心でつながる）

希望者に対し、電話による見守り活動（週1～3回・1回10分程度）を行うとともに、看護師が配置された24時間体制の電話相談窓口を設置する。

さらに、利用者本人の同意の下、ご家族等に対し、見守り活動の内容を簡単に記したメールを配信（月1回）する。

##### ② シニア世代スマホデビュー応援プロジェクト（デジタル**技**術でつながる）

初めてスマートフォンを購入する65歳以上の区民に対し、機器等の購入費（上限2万円）を補助する。

さらに、文京区シルバー人材センターやキャリア認定ショップ運営事業者と連携したスマートフォン教室（少人数制の連続講座・受講定員 約320人）やデジタル活用支援員による出張講座及び個別相談会（毎週1回）を行う。

##### ③ シニアのためのフィットネス教室（**体**力づくりでつながる）

希望者に対し、フィットネス利用券（無料・年12回分）を配付し、民間スポーツクラブ運営事業者と連携しながら、身近な場所で健康づくりに取り組めるフィットネス教室等を拡充して開催する。（区内6か所→区内8か所）

#### (2) 効果

心・技・体と称した3事業を一体的に実施することにより、高齢者等の健康の維持及び地域での新たなつながりを創出することができる。

### 3 今後のスケジュール（予定）

令和5年4月 区報・ホームページ等で周知

5月 「高齢者等見守りあんしん電話事業」に係るメール配信の開始

8月 「シニアのためのフィットネス教室」に係る実施場所の拡充

※「シニア世代スマホデビュー応援プロジェクト」は、令和4年10月から実施済み。