

自然にソーシャルディスタンスがとれる傘体操 DVD の作成【作成イメージ資料】

課題・必要性	<p>① これまで自宅で一人でもできる介護予防体操の周知は行ってきた。集いの場も再開されようになったが、ソーシャルディスタンスの確保は感染症対策の大切なポイントのひとつである。</p> <p>② 新しい生活様式に応じた運動の仕方を考える時でもある。</p> <p>③ MCI（軽度認知障害）の方が、気軽に集いに参加することで、仲間同士で過ごすことを楽しみとし、今まで利用することを拒んでいた介護保険サービスの利用に繋がることができる。</p> <p>④ 身近な場所で MCI（軽度認知障害）の方が通える場を増やすことを目標にし、集いの場立上げの時に、テキストと DVD がツールとなる。</p>
目的	<p>上記課題・必要性をふまえて MCI（軽度認知障害）の方が、コロナ禍における介護予防体操を行うための新しい生活様式に応じた運動の仕方、自然にソーシャルディスタンスがとれる傘体操が気軽にできるように DVD を作成する。</p>
対象イメージ	<p>地域の MCI（軽度認知障害）の方</p>
媒体	<p>テキストと併用して、さらに理解しやすいように、映像を DVD で作成する。</p>
コンテンツ	<p>・トータル 20 分以内</p> <p>テキストと併用のため、使用方法を説明【3分】</p> <p>CHAPTER 1：1～3の説明【3分】</p> <p>CHAPTER 2：4ウォーミングアップ・5傘体操・6自分がリーダー【5分】</p> <p>CHAPTER 3：7私は〇〇です（自己紹介）・8片付け・ふりかえり【5分】</p> <p>CHAPTER 4：9定期的に開催してみませんか【2分】</p> <p>その他：エンドロール（2分）構成・編集の紹介</p>
活用方法	<p>・今後活動されるチームオレンジが、MCI（軽度認知障害）の方が集える場の立上げの時に、新しい生活様式を取り入れた「傘体操」を気軽に取り入れる。</p> <p>・デイサービスの事業所が自然にソーシャルディスタンスをとれる方法として、DVD・テキストを活用される。</p> <p>・認知症カフェで、気軽に「傘体操」を行う。</p>
作成プロセス	<p>2021年1月中に業者選定、決定後撮影開始</p> <p>3月中旬の、完成をめざす。</p>
作成枚数	<p>DVD マスター 1 枚作成</p> <p>複製：50枚</p>