

【西濃支部活動報告】

平成 27 年度 理学療法フェア開催！

平成 27 年 9 月 20 日（日）シルバーウィークの真っ只中に、大垣アクアウォーク 1 階のイベント会場にて、“理学療法フェア”を開催致しました。

今年度のテーマは「大人も子どもも障害予防」とし、介護予防を必要とする高齢者だけでなく、中高年者や子ども向けのミニ講演と体力測定を行いました。

今回のメインイベントのミニ講演は、「速く走るための準備運動」「正しい歩き方講座」「良い姿勢の話」の 3 講演を 2~3 クール行い、合計で 70~80 名くらいの方に参加していただきました。昨年より一講演ごとの時間に余裕があり、講演後にも活発な質疑応答が行われていました。



毎年恒例となった体力測定は、子供から高齢者まで様々な年代の 180 名近くの方々に参加していただきました。毎年楽しみにして来てくださるお客さんも増えてきて、「今年はいつ開催されるの？」との問い合わせも商業施設の方に多く寄せられていたそうです。「これを機会に運動しようかな」という嬉しい声も聞かれました。



会場に足を運んでくださった皆様、ありがとうございました。

また今回は、西濃地域の 10 施設から 23 名の理学療法士が参加してのイベントとなりました。病院・施設以外の場所でのこのような活動を通して、私たち理学療法士の専門性を知っていただく機会となったのではないのでしょうか。社会貢献できる範囲が拡大すると同時に、地域から必要とされる理学療法士でありたいと思っています。

文責：西濃支部長 臼井美由紀

理学療法士が
運動方法提言
大垣でフェア

理学療法士が障害予防法や健康法などをアドバイスする「理学療法フェア」が、大垣市林町のアクアウォーク大垣であった。県理学療法士会西濃支部が企画。二十三人がスタッフとなり、握力や反復

↑ 2015年9月25日
中日新聞岐阜県版 掲載



横跳び、垂直跳びなど六項目で訪れた人たちの体力年齢を測定した。結果を基に、運動のアドバイスをしたり相談を受けたりした。短時間の講座もあり、臼井美由紀支部長は、速く走るための準備運動を子どもからお年寄りまでに伝授。「背骨を緩めて股関節を使いやすくするだけ」と強調し、実演を交えながら四種のストレッチ法を披露した。写真。(榊原大騎)

理学療法士会西濃支部の「理学療法フェア」が、大垣市林町のアクアウォーク大垣で、高齢者や親子向けの予防や運動役立つ体の動かし方講座を深めた。初回回復のリハビリセッションなどに携わり、理学療法士23人が講座を務め、速く走るための準備運動の仕方、膝などに負担をかける歩き方などを紹介した。支部長の臼井美由紀さんは速く走るための準備運動に関し「ストレッチをする

準備運動のこつ紹介

県理学療法士会西濃支部 大垣市のSCでフェア



速く走るための準備運動のこつを紹介する理学療法士ら＝大垣市林町、アクアウォーク大垣

↑ 2015年9月25日
岐阜新聞 掲載

りして背骨や股関節をを楽にしていた。動かしやすくする方法 (瀬戸寛宣)