

『恵那市・健康福祉祭』inまきがね公園 に参加してきました！

東濃支部では、毎年、『地域の皆様の健康 と 理学療法士の啓発活動』を目的に、東濃地域内での様々なイベントに参加させていただいております。

平成26年度は、去る6月1日(日)、恵那市まきがね公園体育館内にて開催されました『恵那市健康・福祉祭』に、総勢10名のスタッフで参加してきました。

恵那市は、岐阜の南東部にある人口約5万4千人の「まち」。

風光明媚な自然に囲まれ、歴史的には中仙道大井宿や岩村の城下町などがあり、魅力いっぱいの「まち」です。

一気に日差しが強くなった6月～風も心地よい夏空の下、早朝よりご来場いただいた恵那市民の皆様とともに、清々しい汗を流しました。

活動内容としては、

- ①ロコモティブシンドロームの紹介
- ②身体機能チェック…立ち上がりテスト(脚力測定=筋力評価)
…2ステップテスト(歩幅測定=柔軟性・バランス評価)
- ③ロコトレ運動指導(パンフレットの配布)
- ④日本理学療法士協会のウェブ動画上映
- ⑤その他…個別相談・指導など

を行いました。

お子様連れのご家族から90歳に手が届きそうなお元気な方々まで、幅広い年齢層の皆様が真剣に取り組まれ、総勢176名ものご参加を頂きました。ありがとうございました。

過去最高の参加者数を迎えた今回、皆様の健康志向は強く、運動テストやトレーニング指導の場面でも、積極性を発揮され、「これやっています。」と自ら率先してより効果的な方法を探索されるなど、その自発性には目を見張るものがありました。

また、小学生のお子さん(かわいい姉妹)が「おじいちゃんやおばあちゃんに教えてあげなくっちゃ。」と熱心に取り組んでくださったり、パンフレットを持ち帰って下さった光景には、思わず笑顔がこぼれました。ご自分の健康のみならず、周囲の方々にも～と思いを巡らす意識の高さに、大変感激いたしました。



この活動に参加して下さった全ての皆さま、参加の機会を与えて下さった関係者の皆さまに、こころより感謝申し上げます。ありがとうございました！！

これからも、地域に根ざした活動を通じ、一層社会貢献できるよう、理学療法士会員一同、がんばって行きたいと考えております。

来年度も、東濃地域いずれかの市町村で活動したいと考えておりますので、機会がございましたら是非ご参加ください。

またどこかで、笑顔で、元気に、お会いできることを楽しみにしております。



東濃支部 恵那市健康福祉まつり参加スタッフ一同
平成26年6月