

## 平成 24 年体育の日『瑞浪市健康まつり』に参加してきました！

皆様こんにちは。私たち、岐阜県理学療法士会東濃支部は、昨年度に引き続き「地域の皆様の健康啓発と理学療法士の啓蒙活動」を目的に、さる 10 月 8 日（体育の日）、瑞浪市総合文化センターにて開催されました『健康まつり』に総勢 7 名のスタッフにて活動してきました。

瑞浪市は、東濃地方のほぼ中央にある人口約 4 万 2 千人の「まち」。美濃焼きをはじめ、瑞浪層群（2000～1500 万年前）からは化石が採掘される「まち」。地歌舞伎や人形浄瑠璃、中仙道・宿場町の史跡など多く残る「まち」。そして、2012 ぎふ清流国体では『ソフトテニス』会場として全国の皆様をお迎えした「まち」です。

心地よい秋晴れの下、早朝よりご来場いただき、『自分で・家族で・地域で・健康づくり』をスローガンに、楽しい時間を過ごし、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（CS - 30：30 秒椅子立ち上がりテスト）
- ③ロコトレ指導
- 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、お子様連れのご家族から 90 歳を迎えられるお元気な方々まで、幅広い年齢層の市民の皆様が真剣に取り組み、総勢 103 名もの方々に参加いただけました。

中でも、ある美容院を経営されている女性は、「うちのお客さんにも是非、教えてあげたいから。」と、一生懸命ロコトレを覚えてくださり、パンフレットをお持ちくださった、そんな方もおられました。ご自分の健康のみならず、高齢者を地域で支えようとする市民の皆様の意識の高さに、我われの果たすべき役割、意義を、再認識した瞬間でした。



この活動に参加してくださった全ての皆さま、参加の機会を与えてくださった関係者の皆さま、ありがとうございました。

来年度も、また、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。お近くにお住まいの皆さま、またのご参加を楽しみにしております。また、理学療法士会会員の皆様にはスタッフ参加も大歓迎です。地域に根ざした活動を通じ、社会貢献をしていきましょう！



平成 24 年 10 月 東濃支部社会担当：小林