

『中津川市健康福祉まつり』に参加してきました！

東濃支部公益事業部では、毎年、『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28年度は、11月6日(日)、中津川市東美濃ふれあいセンターにて開催された『中津川市健康福祉まつり』に、総勢10名のスタッフで参加してきました。

活動内容としては、

- コモティブシンドロームの紹介
- ロコチェック...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)
- ロコトレ運動指導(パンフレットの配布)
- 日本理学療法士協会の動画上映
- その他...個別相談・指導など

お子様連れのご家族から90歳を超えるお元気な方々まで、幅広い年齢層の皆様が真剣に取り組み、およそ150名ものご参加を頂きました。ありがとうございました。

皆様の健康志向は強く、ロコチェックで評価結果にご自身の年齢を照らし合わせ、一喜一憂される姿や、ロコトレを続けることで予防や改善が可能であることをお伝えすると、真剣に耳を傾けられている姿が印象的でした。

“介護予防”、“健康寿命”“健康増進”このようなキーワードにも対応していける理学療法士として、今回の地域の皆様とのふれあいはとても良い経験になりました。

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に、こころより感謝申し上げます。

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、頑張っていきたいと考えております。

