

## 「2017 健幸フェスタ in えな」に参加させていただきました。

東濃支部では、毎年「地域の皆様の健康推進と、理学療法士の啓発活動」を目的に東濃地域内で様々なイベントに参加させていただいています。

今回は平成29年6月4日 恵那市まきがね公園にて開催されました「2017 健幸フェスタ in えな」に、総勢10名のスタッフと共に参加してきました。

活動内容としては

〇〇コモティブシンドロームの紹介

〇〇コチェック

- ・立ち上がりテスト（脚力測定＝筋力測定）
- ・2ステップテスト（歩幅測定＝柔軟性・バランス評価）

〇〇コトレ運動指導

- ・掲示物を利用したの指導
- ・パンフレットの配布



幅広い年齢層の約300名の方々にロコトレにご参加いただきました。ロコチェックでの評価結果をお伝えすると、もっと良くなる為には、改善する為にはどのようなトレーニングが効果的かと質問して下さる方も多く見受けられ、皆様の健康への興味関心の高さがとても印象的でした。私自身、新人会員として今回初めて参加した地域活動でしたが、職場の違う理学療法士の方々と協力しながら地域の健康推進活動に参加することで、いち理学療法士として社会に貢献出来たという実感を得ることができ、とても良い経験となりました。今後も積極的に参加することで、理学療法士が行っている活動をもっと社会の皆様を知っていただきたいと強く思いました。

この活動に参加して下さったすべての皆様、参加の機会を与えて下さった関係者の皆様に、心よりの感謝を申し上げます。

地域に根ざした活動を通じ、より一層社会に貢献できるよう、理学療法士協会としてこれからも頑張っていきたいと考えております。

特別養護老人ホームシクラメン 笠井悠嗣

