

第36回 各務原市健康のつどい

開催日時 2019年6月9日
開催場所 各務原市総合福祉会館

テーマ

「家族で考えよう健康習慣
～フレイル予防で、延ばそう！健康寿命～」



6月9日（日）各務原市総合福祉会館・産業文化センターにて開催されました『第36回各務原市健康のつどい』に、14名のスタッフで参加しました。

岐阜県産業技術総合センターの協力を得て、昨年同様に『簡易型バランス測定装置（GF-スキャン）を用いたバランス測定ならびに、測定結果に基づいた結果説明・運動指導』を実施しました。

当日は雨にも関わらず、多くの参加者の方が健康のつどいへ参加されておりました。バランス測定には70名の方に参加いただきました。また、そのうちの14名の方は、昨年に引き続き測定していただいたため、比較ができるようなシートを作成し、結果を説明させていただきました。

【アンケート結果】

- 2年連続測定者（14名）
- ・男性1名 女性13名
- ・平均年齢66.14±16.37
- ・昨年から転倒 0名
- ・運動や転倒予防のきっかけとなっているか？
- なっている 13名
- なっていない1名
- ・来年も同様にバランスチェックをしたいか？
- チェックしたい 14名
- ・フリーコメント
- 待ち時間が長い



他にも参加希望の方が見えましたが、待ち時間や測定に手間取ったため、来年に向けて対策を立てていきたいと考えております。