

いきいき健康広場 in イオンタウン大垣 活動報告



開催日：令和5年11月12日(日)

開催場所：イオンタウン大垣

この度、大垣市が主催するいきいき健康広場 in イオンタウン大垣が開催されました。いきいき健康広場とは、多くの市民にフレイル予防や生活習慣病予防、健康づくりを周知・啓発するための事業になり、多くの市民が参加しやすい市内商業施設において開催されています。

今回大垣市からの依頼を受け、いきいき健康広場においてシルバーリハビリ体操を紹介し、参加者と一緒に体操を実践しました。午前と午後の部に分けられており、合わせて1時間程度の時間でシルバーリハビリ体操とコグニサイズを紹介させていただきました。参加者数は午前午後合わせて約100名程度、大垣市長やイオンタウン大垣モールマネージャーも参加され、皆さん楽しく笑顔で取り組まれ会場は盛り上がっていました。



岐阜県理学療法士会
八幡病院 土岐剛史