

事業報告書（東部地区駿東支部 望月成憲）

事業名称	長泉介護予防キャラバン	開催日	令和6年10月20日（日）
開催場所	長泉町福祉会館・いずみの郷	開催時間	9:00 ~ 13:00
参加者	一般参加：253名		

【活動内容】

2024年10月20日（日）に開催されました『第36回長泉町福祉健康まつり』にて、介護予防キャラバンとして参加しました。

参加スタッフは東部地区駿東支部士会員10名。活動内容は来場者に対する運動機能測定（①握力測定 ②片脚立位 ③立ち上がり〈CS-30〉 ④リハビリ相談・フィードバック）および運動指導を行いました。また、理学療法、理学療法士についての啓蒙活動として理学療法ハンドブック各種、理学療法ガイド、運動指導シート等の配布をしました。

当日は不安定な天候の中、253名と多くの来場者に恵まれ、幅広い年齢層の方への測定ができ、福祉健康まつりという特性上、ご家族での参加も多く大盛況でした。今年は福祉祭りの全体のイベントとしてスタンプラリーを行っていたことも、来場者の増加に繋がりました。

参加した来場者からは、「自分の運動機能、筋力を測定することがないので楽しかった。」、「思ったより筋力がなくて（平均より低くて）教えてもらった運動がんばります。」といった声が聞かれ、充実した測定、運動指導ができたと感じています。また、来場者をはじめ協力スタッフも笑顔が多く、人との交流を楽しんでいるのが印象的でした。

介護予防キャラバン活動を通して、運動機能の測定や運動指導、相談といった場を提供できることは、腰痛予防、ロコモ予防、介護予防など「予防」の重要性を啓発する良い機会になっていると思います。今後も運動療法の専門職として地域への還元活動を継続していきたいと考えています。

最後に、長泉介護予防キャラバン活動にあたり、多大なご支援を頂きました関係者の皆様に深くお礼申し上げます。

【活動風景】

