

介護予防キャラバン@第21回伊豆の国市市民ふれあい広場（東部地区田方支部/長田真一）

事業名称	介護予防キャラバン	開催日	令和7年10月18日(土)
開催場所	韮山福祉・保健センター	開催時間	10:00～14:00
参加者	静岡県理学療法士会員：7名		

【活動内容】

理学療法士を身近に感じてもらうこと、ロコモティブシンドロームの啓発を目的として、ロコモチェック（立ち上がりテスト、2ステップテスト、アセスメント）と握力測定をおこないました。実施人数は、106名（ロコモチェック58名、握力測定48名）でした。

多くはロコモに該当しない、もしくはロコモ度1の方でした。改善・予防の手段としてロコトレを紙面・口頭にて提案しました。

痛みや動きにくさ等を感じている方には個別にアドバイスをおこないました。

チェックを受けてくださった方には、楽しみながらロコモティブシンドロームについて知っていただくことができました。

【活動風景】

