

ほっとカフェあそか実績報告

令和4年5月13日

参加人数 9名

参加者の内訳

(男性0名 女性9名)

(黒野地域 9名 その他の市内 0名 市外 0名)

主な内容

介護予防体操

介護相談会

当日の様子など

今回は特養の介護員が中心となり、動画を活用した介護予防体操を行いました。参加者の皆さんが熱心に動画に合わせて体を動かされる様子から、健康維持、介護予防に対する関心が高いことがうかがえました。座ったままで行え、難しい動作がないため、「普段からやってみよ」との声も聞かれました。

今回、初めて参加された方も数名おられ、「知らなかった」「また誘って」などの声が聞かれました。帰り際、開催日時や内容を確認されていく様子に、さらに楽しんでいただける企画にしたいと思いました。

