

アンケート調査結果説明会（若林区卸町5丁目仮設住宅）が行われました

12月8日（土）、卸町5丁目仮設住宅にて健康診査結果説明会が行われ、多くの方々にお集まりいただきました。

今回は甲南女子大学准教授で理学療法士でもある瀬藤乃理子先生にご参加いただき、心身をリラックス、リフレッシュさせる体操教室が行われました。参加者の皆さんは瀬藤先生の指導の下、マッサージの効果や、呼吸法、開穴（身体のツボを開く）体操をしたり、音楽に合わせて身体を動かしたりしました。ちょっとした身体の動かし方や、気の持ち様で、心身がリラックスしたり、リフレッシュさせる効果があることを学ぶことが出来たと思います。

説明会では、渡邊医師からアンケート票結果や、そこで判明した心の問題の対応などについて講話を行いました。また、個別相談では、多くの方々が相談を希望されました。

（地域保健支援センター・中原篤史、公衆衛生学分野・渡邊 崇）

