

「おがっ一步一步教室」(石巻市雄勝地区)が始まりました

平成 25 年度の石巻市雄勝地区の運動教室「おがっ一步一步教室 (フォローアップ教室)」が5月21日(火)に大須老人憩の家、名振コミュニティセンターでそれぞれ開始されました。この運動教室は昨年度に健診などで要介護になるおそれが高いと判定された方が対象で、5～9月にかけて合計5回のコースで行われる予定です。「宮城県成人病予防協会」「石巻市雄勝地域包括支援センター」のご協力を得て実施しました。

2会場で合計38名の方々が参加されました。参加された方々からは、「運動の機会がない」などの声が聞かれました。この教室が地域での介護予防の力となり、皆様が自分の健康を見直し楽しく元気になれるような支援につなげたいと考えています。

「宮城県成人病予防協会」「石巻市雄勝地域包括支援センター」の方々、そしてご協力いただいた皆様にごことより感謝申し上げます。

(公衆衛生学分野：遠又靖文、運動学分野：大島京、佐々木里菜)

