

岡保地区社会福祉協議会 あったかサロン



歩き方チェックで転倒予防

岡保地区デイホーム「あったかサロン」では、数年前より、ほやねっと大東の協力で「よ」による歩行解析」をしています。専用アプリで後ろから歩く姿を撮影し、バランスやスピードなど、4項目を点数化。

お互いの点数を見て一喜一憂。

「次は、満点を目指すわ」「緊張してカチコチになってんだわ」「モデルになった気分」などの声とともに笑いが聞こえてきました。

最後に、個々のデータを元に、よおすすめの体操や運動を全員で行い、終わりました。

岡保地区専任職員 今村 和恵

栗地区社会福祉協議会 いってこ会



暑い夏に向けてうちわ作り

暑い夏に向けてうちわ作りをしました。

折り紙で朝顔を折ってうちわに貼るだけなのですが、このうちわは6年前にも作ったことがあり、参加者の中には前に作ったのをおぼえてる方もいてびっくりしました。

折り紙の貼り方も個人個人違うので、出来上がりをみんな「見せて見せて」といいながら「わく素敵に出来たね」と笑顔で微笑んでいました。

栗地区専任職員 林 時子

