

健康プラザ通信 ～指導士のみなさまへ～ 令和2年 創刊号

みなさまと情報を共有するために、これから月に2回程度、情報発信していきます。

5月1日発行

～大田管理者からみなさまへ～

今回の新型コロナウイルスの蔓延による社会的影響は計り知れません。世界中でこの難局を乗り越えようと努力しています。

私が心配しているのはコロナウイルスに感染しないことはもちろんですが、外出を自粛され、高齢者が外に出られないこと、また仲間と会えなくなることによって生ずる心身への影響です。

外出をするには、ぶらぶら散歩するのではなく、行き先があって、そこに行くために外出する、というのがベストで、行けば仲間と交流ができるからです。

外に出る、出るといっても「どこに行くのか」という目的がなければ、空念仏になる恐れがあります。体操教室はその意味では高齢者にはベストの対応です。月に1回でもはっきり行く場所が保証されているということはかけがえのない行き先づくりでした。そして高齢者にそのような場を身近に作っていくことが私たちの目標であったわけです。

現在県下に2000か所以上の体操教室を皆さん方は作り上げました。ここは高齢者にとっては通いの場であり、体操の場であり、私たちには地域活動の拠点でもあります。この場を通して体操だけでなく紙芝居を通して健康づくりの活動もできるからです。

皆さん方は茨城の宝です。またむざむざとコロナに負かされるような人たちではないと信じています。きっといいアイデアをお持ちかもしれません。そのような皆さん方のアイデアも生かしながら、今までとは違ったシルバーリハビリ体操の普及法を考えだしていきたいと思います。

またお目にかかる日を待っています。その時はたくさんの方のアイデアを絞っておきます。

～健康プラザから～

4/14～5/6 まで閉館

3級講習会 199, 200 コース中止

4/6, 7 研修委員研修会中止

4/27～5/1 1級フォローアップ研修会中止

～プラザが新しく始めたこと～

①体操の動画配信

3/18 YouTube『茨城県立健康プラザ シルバーリハビリ体操チャンネル』を開設

4/17 厚生労働省のホームページにも掲載

②体操パンフレットの掲載

『介護予防のためのシルバーリハビリ体操』が健康プラザのホームページから自由にダウンロード・印刷可能！

③NHK水戸放送局での撮影

NHK水戸放送局の「いば6」や「金曜は！いばっチャオ」で放送予定

お楽しみに！



～指導士会から～

記念すべき第1回目は土浦市指導士会の羽崎会長からのコメントです。

市の担当者とは日頃から連絡を取り合っている。今回教室閉鎖によるデメリットを心配し、市報にシルバーリハビリ体操が載るのが一番良いのだがと相談していたが、広報担当から掲載依頼が来たお知らせが入り、慎重に原稿を作った。多くの高齢者に届いて元気になることを願いながら。今回総会が書面決議となり、ブロック長に資料を渡した時と自地区のブロック長から資料を受け取った時、久しぶりに指導士と会った。お互いに元気な顔が見られて何よりだった。市の指示など緊急に知らせる必要が生じ、Sメールで発信、ブロック長が連絡網で回覧、各地区指導士に知らせる方法を探したが、正確に伝わらない場合があった。結論だけズバツと知らせれば良かったと反省している。

〔編集後記〕

いまだ収束の兆しが見えない新型コロナウイルスですが、皆さんと笑顔で再会できることを祈っています😊