

～大田管理者からみなさまへ～

笠間市指導士会笠間支部が調査したアンケートの中に「大声を出せない。大声を出したい。」という訴えがありました。コロナが蔓延以来高齢者は外出自粛が続き、人にも会えず、マスクをして声を潜める状態が続いています。みんなで「パタカ！パタカ！」と10回ぐらい大きな声を出して、ストレスを発散したいと思うのは無理ありません。この人の気持ちは万人の思いでしょう。でも、もうしばらくマスクの中で小さい声の「パタカ」で我慢しましょう。

【新型コロナウイルスによるシルバーリハビリ体操教室休止期間における影響調査報告】

新型コロナウイルスへの感染防止のために外出を控えることが、身体活動量の低下・心身機能の低下をもたらすといわれている中、教室参加者・指導士の状況を知りたいという思いから、笠間指導士会笠間支部では独自にアンケート調査を実施。笠間指導士会笠間支部から了承を得て、アンケート調査結果を一部ご紹介させていただきます。

[方法] 昨年11月、笠間支部の教室参加者及び支部に属する指導士を対象に、昨年3～6月にかけての「自粛期間中の生活の一部」を確認するために、アンケート調査を実施(複数回答可)。参加者への調査をする時は、参加者の状態を深く理解するために、指導士が質問内容を参加者へ投げかけ対話をしながら実施。また今回の調査にあたり、以前「体操教室の閉鎖が与える影響」について調査を行った(プラザ通信8号参照)阿見町指導士会菅原会長にも意見を伺ったとのこと。

[アンケートへの回答状況] 指導士:19名 教室参加者:86名 無記名提出者:11名 計:116名



図1 体操教室休止期間中何か体操をしていたか(名)

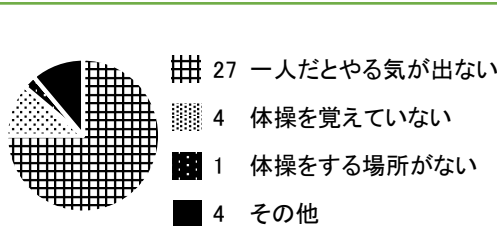


図2 シル・リハ体操をしなかった理由(名)

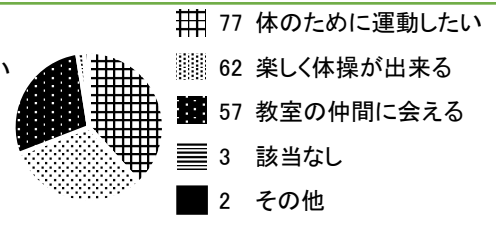


図3 体操教室に通う理由(名)

【まとめ】

図1 体操教室休止期間中「散歩」が最も多く、次いで「シル・リハ体操」の順だった。また、教室参加者(指導士を除く)で「シル・リハ体操」を実施していたのは31名で、教室参加者の約4割(31/86)だったため、「参加者の日常生活にシル・リハ体操を定着させるためにはどうしたらよいのか」が今後の課題として挙げられた。

図2 シル・リハ体操をしなかった理由として「一人だとやる気が出ない」が最も多く、仲間と一緒に体操が出来る体操教室の必要性が確認できた。

図3 体操教室に通う理由は「体のために運動したい」「楽しく体操が出来る」「教室の仲間に会える」が多く、教室での身体活動と参加者同士のコミュニケーションが教室参加への動機づけとなっていることが確認できた。

お知らせ

※会議・研修会は新型コロナウイルスの感染状況により、急遽中止や延期となる場合があります。ご了承ください。

●1級フォローアップ研修会

3月2・4・8・9日の4日間に分散して開催予定です。

●1級講習会補講

守谷市、かすみがうら市、つくばみらい市、境町の方を対象に3月11・12日に補講を行う予定です。

●3級フォローアップ研修会

3級フォローアップ研修会を3月16日に開催予定です。

●代表者会議

代表者会議を3月25日の13:30から開催予定です。

●2月8日に開催された『シルバーリハビリ体操全国オンラインフェスティバル』に関する記事が日本理学療法士協会から紹介されました

一部ではありますが、イベントの様子も写真で掲載されています。詳しくは下記を参照ください。

日本理学療法士協会 シルバーリハビリ
体操全国オンラインフェスティバル

検索

URL: <https://www.atpress.ne.jp/news/247483>