

いつでも・どこでも・ひとりでも・1日1ミリ,1グラム

かけはし



第9号

発行日 平成29年10月1日

発行者

茨城県シルバーリハビリ体操指導士連合会

茨城県立健康プラザ



平成29年度シルバーリハビリ体操指導士連合会総会及び感謝状贈呈式

平成29年5月14日、連合会総会及び感謝状贈呈式が開催されました。(茨城県立健康プラザ)。

総会に先立ち、大田管理者の「リハビリ忍法帖500回」掲載を祝して、連合会より大田管理者に花束が贈呈されました。総会では、大久保勝弘会長から、平成28年度の指導士会の活動について報告があり、「各市町村指導士が連携し実績を残すことができました。4,000人の会員がボランティア活動を行っている団体は他にないと自負している。今後も健康長寿日本一を目指して活動を続けていこう！」とあいさつがありました。また、茨城県保健福祉部長寿福祉課杉山順彦課長、大田管理者、茨城県理学療法士会斉藤会長から指導士連合会の日頃の活動へのお礼と、専門職との連携等について、大きな期待を寄せている旨のご挨拶をいただきました。

連合会総会後は、橋本知事、松岡保健福祉部長並びに大田管理者から、シルバーリハビリ体操指導士422名(知事賞219名、保健福祉部長賞35名、健康プラザ管理者賞168名)に感謝状が贈呈されました。

橋本知事は、「高齢化が進む中、介護予防は大事である。体操の普及に向けて、さらに頑張ってもらいたい」とあいさつされました。

受賞者を代表して、城里町の住谷里子指導士が、「感謝状を励みに、高齢者が茨城に住んで良かったと思えるよう、体操の普及に向けて活動します」と感謝を述べました。

茨城県シルバーリハビリ体操指導士連合会スローガン

- 茨城県民が“シルバーリハビリ体操”で健康長寿日本一の いばらき を目指そう！
- すべての高齢者が健康で明るく元気に笑顔で暮らせる、社会環境をつくろう！
- 茨城県・健康プラザ・全市町村と連携を図り“いばらき高齢者プラン21”を支援しよう！
- 各指導士会が一致団結し“シルバーリハビリ体操”の普及推進とレベルアップを図ろう！

県北地域

高萩市シルバーリハビリ指導士会

『念願の新教室開設』

念願の新教室を開設して頂きました。昨年、指導士活動10周年記念として、市が開設準備を進めてきたものですが、指導士会としてもチラシ配布など、開設へ向けて連携してきました。その結果、6月18日に開設し、募集定員通りの参加者を得て、上々のスタートを切ることができました。指導士会として今後の活動に大きな弾みとなっています。これで、行政の常設教室は18教室となりましたが、社協や高齢者クラブなど7教室もあり、そのほかに数多の出前教室があることから、80余名の指導士はフル活動で指導にあたっています。28年度の体操教室への参加者延数は、1万1千人を超えることができました。参加者(実数)は高齢者人口の4%程度です。

今年度は、参加者数を増やすこと目標としており、より一層の努力が必要です。また、高齢化とともに教室に通えなくなる参加者に目を向け、より近い場所での教室開設が課題として残っています。

今後とも行政との二人三脚の連携をより強固にして、住民のニーズに応えられるよう努力していきたいと決意を新たにしています。



新教室で体操に励む参加者の皆さん

県央地域

水戸市シルバーリハビリ体操指導士会

10周年記念アンケートで参加者から好評価

昨年10月、県民文化センターにて、水戸市シルバーリハビリ体操指導士の会設立10周年記念大会を実施しました。

大会は、会員など400名が参加し、県立健康プラザ管理者大田仁史先生の講演のほか、多彩な内容で盛り上がりました。

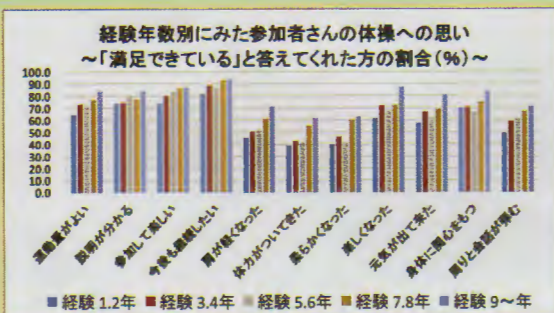


また、10周年記念事業の一環として、教室参加者の皆さん及び指導士あわせて約1200名にアンケートを実施しました。

「体操経験歴が長い方ほど満足度が上がっている」など、多くの好評価が得られました。(左グラフ)

「指導士の明るく楽しい説明がいい」というご意見も多数寄せられています。

最後に、健康長寿日本一の水戸を目指そう！ など5つの大会宣言文を読み上げ、大会の幕を閉じました。



県南地域

かすみがうら市指導士会

『つくば指導士会との活力をもらった交流会』

7月8日つくば市役所の大会議室で行政から5名の来賓を含めて、総勢143名の交流会を実施致しました。

大久保会長より「健康をとりまく社会環境について」と「つくば市の活動方針」についてご講話を頂き、佐藤副会長より「健康寿命の延伸と健康長寿日本一を目指して」と題して12年間の活動の歩みと新たなステージについて熱く語って頂きました。お二人の大変内容の濃いお話にただ感動するのみでありました。ファックス1枚で新規会場



作りが出来る程、行政と一体となった活動で知名度アップが出来ている事に感心致しました。3級養成講座の募集についても行政のバックアップ体制には目を見張るものがありました。まさに指導士会のスーパーモデルであることを認識させられました。つくば指導士会の行政と一体となった力強い活動を眼のあたりに見せて頂き、当指導士全員新たな活力を頂いた交流会でありました。つくば指導士会の皆様大変勉強になり、ありがとうございました。

県西地域

『みんなで進めよう健康なまちづくり！ ～笑顔あふれる元気な毎日を過ごすために～』



主催…茨城県西南医療センター病院
地域リハビリテーション広域支援センター
後援…境町、古河市、坂東市、五霞町、
境町地域包括支援センターファミール境
県西地域シルバーリハビリ指導士協議会、
境町シルバーリハビリ体操指導士会

1月21日境町中央公民館にて大田先生の講演会がありました。地域病院のテーマに沿った講演で、視点は違うが目標は同じ、地域の人々とのつながりを作り、お互い

に助け合い・支え合える「まちづくり」超高齢社会の介護予防、最後まで人間らしい生き方を！トイレに行く力を持つ、関節の動く範囲を保つ、自分で自分を守る。指導士養成が人づくり、教室開催が拠点づくり、指導士会運営がネットづくり、として地域のシルバーリハビリ体操教室がまちづくりにつながります。今回は県西地域シル・リハ体操指導士協議会の飛田会長の計らいで、近隣市町と協議会の後援となりました。その後西南医療センター病院のリハビリテーション部がリハビリ広場（自分の身体について知ろう！）のタイトルで次の通り計画しました、時間は10時30分～11時30分です。（1回目は7月20日済み）2回目H29年9月21日「レッツ・コグニサイズ～歩くだけで認知症予防」3回目H29年11月16日「レッツ・膝痛予防～体のメンテナンスしてますか」4回目H30年1月18日「レッツ・ロコモ体操～寝たきり予防はコレで決まり」日程は以上の通りで参加自由、参加費無料ですので近隣の興味のある方は参加ください。境町シル・リハ指導士会も普及推進活動として実技指導しています。

鹿行地域

鹿嶋リハビリ体操指導士会の活動状況

- ・昨年10月に設立10周年を迎え、当初5名でスタートした会員も現在は84名となりました。毎月開催の定例会（報告＆質疑応答や実技指導）では和やかな雰囲気、自由な発言等々活発に行われています。
- ・最近の動きとして、鹿嶋市介護長寿課とタイアップし「健康講話」の後に関連した内容でシル・リハ体操を行い、すそ野を広げる活動を開始しました。
- ・毎年恒例となっている「宿泊研修会」を今年もレイクエコーにて、9月2～3日に行います。定例会後、ウォーキングそして懇親会を行っていますが、話が弾み大いに盛り上がりその後仲間同士の絆が更に太くなり有意義な一時を過ごしています。
- ・今後の活動は、各地域での小単位ブロックでの開催を介護長寿課のご支援を得ながら地域の区長さんへお願いし更なる拡大へ向け、努力したいと思えます。



平成29年度フォローアップ研修会日程

	県北地域	県央地域	県南地域	県西地域	鹿行地域
日程	10月14日(土) 13:00～16:00	10月12日(木) 13:00～16:00	10月12日(木) 13:30～16:00	11月9日(木) 13:00～16:00	10月4日(火) 13:00～16:00
場所	高萩市 高萩市立体育館	大洗町 大洗文化センター	牛久市 中央生涯学習センター	五霞町 五霞町中央公民館	行方市 行方市文化会館
内容	体操実技：研修委員	講演 「豊かな人生を送るために」～マイコンピュータ(自分の脳)を鍛えよう～ 講師：吉田 真由美氏 体操実技： 1級指導士&研修委員	講演 講師：茨城県立健康プラザ 管理者 大田 仁史氏 講師：茨城県理学療法士会 会長 斉藤 秀之氏 体操実技：研修委員	講演 「体操指導に役立つ豆知識その2」 講師：茨城県理学療法士会 所 圭吾氏 体操実技：研修委員	「介護予防と健康維持のための生活支援のありかた」 講演 講師：健康プラザ 管理者 大田 仁史氏 筑波大学 教授 田中 喜代次氏 体操実技：研修委員

「シル・リハ全国フェスタ2017」が開催されました

シルバーリハビリ体操指導士や行政・その他体操に関係する機関が一堂に会し、職種を越えた交流や情報交換等を通じて、シルバーリハビリ体操における自助・互助の大切さや連携・協働の大切さを改めて認識し、「本県のシルバーリハビリ体操普及事業」並びに「指導士養成事業の取り組みを広く全国に発信していくこと」を目的に、7月10日(月)に茨城県県民文化センターにおいて、「シル・リハ全国フェスタ2017」が開催されました。

県内の各市町村指導士会から1,027名、その他行政、理学療法士会、県外の指導士等関係者299名を併せて、1,326名が参加し、各指導士会のエール交換では、拍手と歓声により会場は一気に盛り上がり、指導士の団結力の強さと素晴らしさをアピールできました。



プログラムは、大田健康プラザ管理者の講演のあと、水戸市指導士会中山会長、茨城県理学療法士会会長谷川氏、山口県介護福祉士会、いわき市シルバーリハビリ体操指導士会の報告がありました。その後、「二代目たいぞう」と各市町村指導士会代表の研修委員が舞台上に立ち、参加者全員による体操の実技が行われ、最後に、大久保会長の先導で声高らかに大会宣言を唱和し、盛会の内に幕を閉じました。

祝 シルバーリハビリ体操指導士養成 8,000人 突破

編集後記

立秋が過ぎたとはいえ、残暑厳しい日々が続いている中、会員皆様のご協力で、各地域の活動記事をよせていただきました。これからも「かけはし」を通じて、各地域の特色ある活動状況を報告させていただきます。次回は、フォローアップ研修会の特集を予定しています。

(鉾田市 菅谷 和夫)