

# 令和元年度

## 来て！見て！あけぼの体験ツアー

6月30日（日）に地域の方を対象として『来て！見て！あけぼの体験ツアー』を開催いたしました。今回は、午前、午後の二部制にし、午前、午後合せて、49名の方に参加していただきました。当日は、今年の4月からサービスを開始した短時間デイケアの内容を体験していただきました。その内容をご報告いたします。

### マシン体験

レッグプレスなど5種類のリハビリマシンとウォーターベッドを体験してもらいました。トレーニングジムと異なって負荷を軽く、動かすことに主眼を置いて、体験してもらいました。



### 集団リハビリ体験

リハビリの専門職の指導による体操を行いました。ボールを使う内容で、実際には、自宅でもできるようになることを狙って行っています。



## 物療体験

ホットパックなどを体験してもらいました。気持ちよく、リラックスした時間を過ごされていました。



## 体力チェック

握力や片足立ちなどのチェックとINBODYという機械を使って、筋肉や脂肪量などの測定を行いました。ご自身の体の様子を知ることができて、生活習慣の改善に役立ててもらえたらと思います。



## アンケート内容

当日の参加者の皆様に記入していただいたアンケートから一部ご紹介します。

- 自分の体力の程度等が何となくわかって良い経験となった。
- 機器も新しく、効果も実感できた。すべてに満足。
- 職員の指導、説明がわかりやすかった。
- 近所の方や母にも勧めたい。
- 有料でも結構なので、要支援じゃなくても利用できればとてもありがたいと思う。

## 編集後記

このイベントは、地域の方に介護保険のことを知ってもらうこと、当施設が地域の方のニーズを把握することを目的としています。今年で7回目の開催となりますが、今回は、4月にオープンしました『短時間デイケア』の体験をメインに行いました。これまでは、当施設の近隣地区にお声かけすることが多かったのですが、今回は、公民館活動等で交流している香春町の向堀地区、上香春地区にもお声かけさせていただき、多くの方にご参加いただきました。初めての二部制で、想定より多くの方が参加されたため、満足いくものが提供できたか不安でしたが、参加された方々も満足そうにされ、アンケート内容も良かったため、とても安心しました。 【来て！見て！あけぼの実行委員会】