

平成19年2月17日 開催の健康教室
「備えあれば憂い無し ~みて・ふれて・役立つ体験教室~」を終えて

今回の健康教室には55名の方に御参加いただきありがとうございました。

『みて・ふれて・役立つ体験教室』ということで、当日は実際に介護用品やオムツのサンプル等を手にとって見ていただきました。また、汁物等にむせやすい方がむせなく飲めるように、とろみ剤でとろみを付けたジュースの試飲をされたり、体におもりの入ったプロテクター

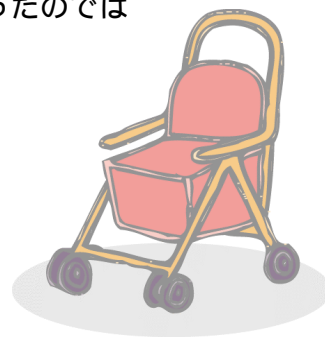
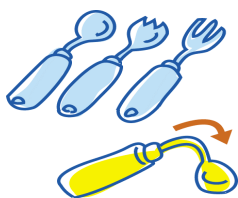


血管年齢測定の様子



高齢者擬似体験の様子

を装着し段差を昇降する高齢者擬似体験を経験されました。なかでも、体重と身長から分かる肥満度チェックや血管年齢測定は、特に皆様の関心が高かったようです。体験や測定結果から、より一層ご自身の健康に対する意識が高まったのではないのでしょうか。



今後も地域の皆様と楽しく学びつつ、健康増進に役立つ健康教室を企画していきたいと思っております。皆様の御参加を心よりお待ちしております。