

令和6年度事業連携実施報告書

連携団体	板倉町（健康介護課 包括支援係）		
連携事業名	元気・活躍シニア社会参加活動支援事業「足の健康講座（板倉会場）」		
目的	<p>地域での生活が中心となるシニア層は、加齢とともに孤立しやすく健康状態にも影響を与えることから、興味・関心を持ち仲間づくりに役立つ講座を開催し、シニアの社会参加を支援する。</p> <p>当講座では、足の不調からわかること、靴の選び方、履き方、脱ぎ方、正しい歩き方、家でのケア方法等を学び、幾つになっても健康で歩ける足づくりを目指す。</p>		
日程	令和6年5月23日（木）・30日（木）		
会場	板倉町中央公民館 3階 大ホール		
講師	A b e b y代表／群馬大学臨床教授 木嶋 千枝 氏		
参加申込者	30名	参加者	27名（1日目）・22人（2日目）
参加者の感想	<ul style="list-style-type: none"> ・学んだことを地域の体操教室で伝えたい。 ・60代にして歩き方を再認識した。 ・歩く姿がいかに大切かを再確認した。 ・今までは歩数と時間を気にしていたが、これからは正しい姿勢で歩きたい。 		
講座風景	 		