

# 市民ら16人が受講

## 館山介護予防サポーター講座

館山市が全6回の日程で実施した「介護予防サポーター養成講座」の最終回の講座がこのほど、市コミュニティセンターであり、市民ら16人が参加。講義やグループワークに取り組んだ。

高齢者が要介護状態

などになつても住み慣れた地域で暮らしができるようにする「地域構築を目指した地域づくりの一環。市では受講者らに各地域での集いの場づくりの中心となる活躍してもらうことを期待している。

最終回は「元気ができる体操教室」をテーマに、たてやま整形外科クリニックの高橋伸太郎理学療法士が講義し、その後、高橋さんをコーディネーターに、「自分が地域でやってみたい介護予防活動」をテーマにしたグループワークを開催。参加者らは「昔の遊びや昔話を伝えたい」「おもちゃ修理を通じて世代間交流を行っている」など活発に意見交換。最後には修了式もあり、修了証が手渡された。

同市腰越の飯田博幸さん(67)は「この養成講座で学んだことを



グループワークに取り組む参加者ら=館山