

神立病院リハビリテーション科のイベント報告

イベントについて

令和5年7月27日、神立中央一・二丁目児童公民館を会場に「腰痛について」をテーマにイベントを開催しました。当会場では近隣にお住まいの方々が集まり、早朝にラジオ体操を行っています。その中から計10名の方々にご参加を頂きました。

イベント内容は、①よくある腰痛の原因 ②ストレッチのポイント ③日常生活で気を付けたいポイント に関してお話させて頂きました。

参加者様からの声

- ・腰が痛いのでやってみたいと思います！
- ・ストレッチが大事なことが分かった！
- ・参考にしてやってみたいと思います！
- etc.

参加者の方々からはこのような声を頂きました。イベント後にはご質問を多く頂き、健康への意識が非常に高いと感じました。アンケートの結果では、イベント内容・アドバイスにおいて「**大変良かった**」と多くの方々に評価を頂きました。また、参加者全員から「**次回も参加したい**」とのお声を頂きました。

イベントの様子



〈ストレッチ指導の様子①〉



〈ストレッチ指導の様子②〉

今回のイベントでは、参加者の方々から日常生活で困っている事や悩みを直接伺い知ることが出来ました。僅かではありますが、地域の皆様に対して身体に関する不安の解消やサポートの一助となることが出来たと考えています。今後もこのようなイベントを企画し、地域の皆様の健康維持に対してサポートしていきたいと思っております。また企画した際は是非ご参加ください。