

『秋の健康フェア』開催しました

QC 委員会委員長 宮内 朋栄

11月2日（金）イオンモール大和郡山にて「冬支度 体の支度 これで安心」というテーマで健康フェアを開催しました。

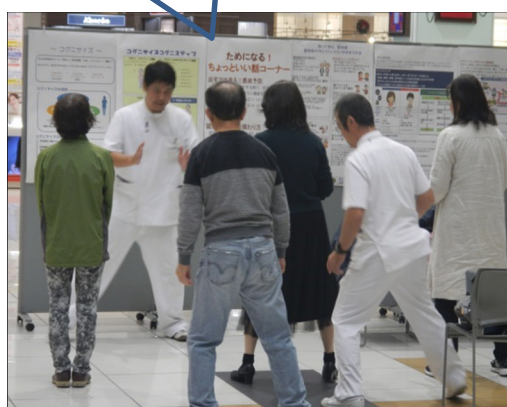
春に開催した「看護の日の催し」と同じく地域住民の方に健康への関心を高めてもらうことと、心と体の健康の維持・増進に寄与することを目的として企画・実施しました。

今回の目玉としては、冬に流行するインフルエンザやノロウイルスなどの感染症に対する知識をつけてもらい、マスクの装着や手洗いの方法などを分かりやすく伝えました。また、前回も実施した認知症の方との関わり方についての講演も行いました。

ハンドマッサージ



コグニサイズ



それ以外の内容としては、健康チェック（血圧測定・ストレスチェック）、骨密度測定、リラックスコーナー（ハンドマッサージ）、何でも相談コーナー（お薬相談・栄養相談・子育て相談・介護相談）、みんなの遊びコーナー（バルンアート）、コグニサイズです。

前回同様健康チェックを受けた方のみ骨密度測定ができるスタンプラリーを実施しました。結果、大きな混雑なく、骨密度測定には 176 名、健康チェックには 131 名の方が来られました。

また、「コグニサイズ」については、50～60 代ぐらいの女性の方が大勢参加してくださいました。最初は難しく、戸惑っておられる方がほとんどでしたが、ゆっくりと丁寧に説明し、一緒に行くことで、「なんとなくできた」や「家でもやってみます」などの声を頂き、好評だったと思います。

今年度 2 度にわたり健康フェアを企画・運営させていただき、改めてコメディカル部門・事務部門の有りがたさを実感しました。今後も来場者はもとより主催者も楽しめる WINWIN な健康フェアを企画・運営したいと思います。ご協力ありがとうございました。

