

事業報告書

事業名: なかよろずアップ企画

タオルを使った簡単体操！参加してみませんか！

報告日: 令和5年9月29日

～「胃がん患者の会」定例会～

開催日時: 5年9月23日(土)13時30分～16時30分

開催場所: なか区民活動センター 研修室

対象者: ご自身、またはご家族で胃がんの病気がある人、リハビリ体操又は同団体に興味のある人

参加者: 18名

主催: アルファ・クラブ横浜会

懇談会のようす

懇談会では「介護認定、ケアマネジャー、デイサービス」の体験談や、会員が日頃から抱える問題や疑問についてさまざまな情報交換を行いました。

「お勧めの運動」「病院転院について」など各参加者による対応策を共有し、一人ひとりが抱える

問題に対する不安が軽減されている様子でした。

タオルを使ったリハビリ体操では、街の先生福住さんの声かけに合わせて体を動かし、30分かけて体をしっかりほぐす事が出来ました。

和やかにリラックスできた様子で、有意義な時間となりました。



懇談会の様子



街の先生福住さんによるタオルを使ったリハビリ体操

参加者アンケート集計

■お住まいの地域:

中区(5名) 横浜市中区以外(10名)

その他(3名)

■リハビリ体操について

・楽しかった(15名)

・普通(3名)

■その他感想・ご意見:

(今回の懇談会)

・大変良かった。いろいろな意見が聞けて良かった

・病気の話は大事だがメンバーは高齢者が多いので介護の話やリハビリ体操は良かった

(会運営について)

・もう少し人数が増えると良い

(活動内容について)

・医療に加えて時々生活の話もしましょう

(リハビリ体操について)

・ためになりました。体に良いと思う。リンパを知りたい。