

ロコモ対策の重要性を学ぶ

府在宅保健師の会総会・研修会



府在宅保健師の会総会・研修会は、5月31日（月）に府国保連合会第1会議室で開かれ、約48名の保健師が出席した。

本会藤原総務部長、・野府在宅保健師の会会長が開会挨拶したあと、総会では、事務局より平成21年度事業報告と平成22年度事業計画（案）について説明し、原案通り採択された。また、府在宅保健師の会設立5周年を記念して、記念誌の作成・発行について役員より4名、会員より2名で構成された5周年記念誌編集委員会



を設置し、平成23年度5月の総会研修会で会員に配布できるよう、平成23年3月末までの仕上げをめざす。

研修会では、財団法人京都労災災害被災者援護財団京都市城南診療所健康運動指導士の岸野美明氏が、「メタボだけじゃないよ、ロコモ（ロモチブ：運動器症候群）対策も視野に入れた運動勧奨を！」と題して講演を行った。具体的にアドバイス方法の紹介等の説明があり、また、ウォーキングのポイント等の実技も行った。

参加者からは、「実際に実技があったので、わかりやすかった。」、「今後の指導時に活かしたい。」などの感想が寄せられ、有意義な研修会となった。

