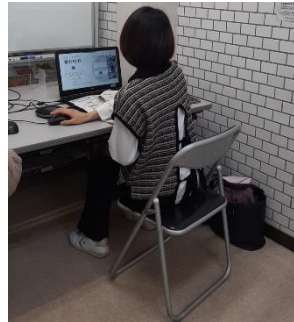


令和3年度 第3回 就労者経験交流会 (知的障害の方)

日時	令和4年3月5日(土) 10:00 ~ 12:00		
会場	オンライン開催(Zoom 利用)		
参加対象	就労中のセンター登録者	参加人数	13名 + 講師2名 + 職員3名 =18名
参加費	無料		
主催	障害者就業・生活支援センター ビック・ハート松戸		
内容	講座「ロコモ (ロコモティブシンドローム) 知っていますか？」 グループトーク + オンラインで楽しめるゲーム大会		

当日の様子



今回もオンライン形式で交流会を開催しました。内容は「ロコモ (ロコモティブシンドローム)」についてで、講師は保健福祉センターから2名の方に来ていただき、お話しいただきました。講義後は、グループトークやオンラインで出来るゲームをして、楽しい会になりました。

参加者の皆さんはロコモティブシンドロームについて講義を聴き、講義の後半では実際に身体を動かして、ストレッチ方法やバランスの取れた食事などについて学びました。グループトークでは、講義の感想や紹介していただいた体操を、今後取り入れたいという方や、それぞれの普段からしている運動方法などについて紹介しあったりして、他の参加者の方とコミュニケーションを取っていました。

ゲームではチームに分かれて点数を競い合い、大盛り上がりでした！

今年度も就労経験交流会にご参加いただき、ありがとうございました。

皆さんからいただいたアンケート内容を基に、次年度も楽しい交流会が出来るように検討してまいります。