

中央区生活支援推進員訪問記 令和4年度 VOL.11

今回は、予防センター大通公園主催のオンラインすこやか倶楽部にお邪魔してきました。



自宅からの参加者
講師、会場
3つが繋がって脳トレ

秋の食べ物
人気ランキング当て
クイズ♪

さんま、栗ご飯、
マツタケ…



▲オンラインすこやか倶楽部は、月に2回開催されていて、平均参加人数は8人ほどです。今回は試験的にサテライトの体験会場が設けられました。そちらの参加者には、すこやか倶楽部開始30分前に集まっていただき、使用するアプリの「zoom」をインストールするところから始め、操作説明等が行われていました。2層も補助要員として参戦です👏

自宅からの参加者、体験会場、講師がいざ繋がってみると、画面越しでギクシャクする部分もありながら、「〇〇さん元気〜？」などと声を掛け合い和気あいあい。お互いの顔を見てお話しができると、設定の苦労は吹き飛んでしまったかの様子で、こういったことがフレイル予防には大切なことだと感じた訪問になりました。いずれ困りごとのオンライン相談会ができるようになるといいな！