

公益社団法人 福岡県作業療法協会

働き盛りの心とからだの健康をはかる ～作業療法士と考える生活習慣(睡眠・飲酒・余暇)～

健康21世紀福岡県大会のテーマが「家族の健康パーク開園」ということで、子供連れの家族を対象に企画されていました。そのため、家族が参加しやすいように、作業体験ブースでは、子供たちが興味を持ちそうな「ジェルキャンドル作り」を企画しました。作業を体験している中で、作業活動が健康増進の一助になることを伝え、「人は作業をすることで元気になれる」ことを体験してもらいました。人にはそれぞれ大切な作業活動が存在しており、余暇活動の充実がストレスの軽減につながることを認識してもらえらる機会になったと考えます。

また、ジェルキャンドルの待ち時間を利用して、睡眠や飲酒の相談ブースに参加されている方が居たため、働き盛りの市民への啓発に有効的な手段であると感じました。



参加者数 合計:323人 (ジェルキャンドル(作業体験):259人/健康相談ブース:飲酒:26人/健康相談ブース:睡眠:26人/健康相談ブース:余暇活動:12人)

公益社団法人 福岡県柔道整復師会

あなたの町の整骨院

柔道整復師で出来る県民の健康増進につながる体の使い方を中心に来談者に対して、痛みや体の不調などを丁寧に伺って、それに対応をさせていただきました。

ブースPRでご紹介したような体操など、体の使い方によって背骨が矯正される簡単な運動等を行っていただきました。

運動前と運動後で改善度合いをお尋ねいたしましたところ82名中22名(27%)の方が劇的に症状改善し著効と回答いただきました。82名中55名(67%)の方が症状改善し有効と回答されました。82名中5名(6%)の方には残念ながら目立った効果は見られませんでした。

今回初めて出展させていただきましたが、結果は概ね良好でした。



参加者数 合計:82人

公益社団法人 福岡県獣医師会

ペットと一緒に健康づくり ココロもカラダも健康になるペットとの暮らし

テーマは「犬と一緒にのお散歩でココロもカラダもリフレッシュ」。獣医師会としては、犬との散歩について、以下の3つ効果があるということを訴えました。1)規則正しい生活、2)犬とのふれあいでセロトニンの増加、3)飼い主同士のコミュニケーション。

当日は、予想していた楽しさを上回る、笑顔溢れる交流となりました。特に視覚障害のある女性がセラピー犬との散歩をととても喜んでいました。犬に話しかけたり、立ち上がった犬の大きさを触って確かめている様子が印象的でした。また、多くの子供たちが、ふだんはマンション住まいなど、事情があって犬を飼えないけど本当は飼いたいと話していました。

日本レスキュー協会スタッフの方々はセラピー犬をかけがえのないパートナーとして接していて犬たちもそれに応えていました。信頼しあっている姿に感動しました。設置した動画について、散歩の順番を待っている間にもう少し説明して、動画を見ていただくようにすればよかったと思います。なお、今回設定した散歩の距離は、参加者とボランティアが話しながらうちとけていくのにちょうどよい距離だと思いました。



参加者数 合計:375人 (セラピー犬との散歩:40組120人/ペット飼育相談:15人/ブース立ち寄り者:180人(散歩者は除く))

