

はつらつ塾(第5回)の講師を担当させていただきました！



2019年2月20日、枕崎市的一般介護予防事業である元気シニア向け“はつらつ塾”の5回目が開催されました。当院の作業療法士が講師を担当させていただきました。

講義終了後には質疑応答があり、参加された皆様からは“理想的な睡眠時間について、夜中に目が覚めて分割した睡眠だがそれでも良いのか？”など、熱心に質問する様子が見られました。

実技では、“認知症予防のエクササイズ”を行いました。参加された元気な皆様の“頭の回転の速さ”に職員の方が驚かされている様子でした。

平成30年度の募集は終了いたしました。