

## 徳島アクティブシニアプロジェクト 終活フェア 2019 フレイルチェック 活動報告書

報告者 別部 隆司

日時：平成 31 年 2 月 12 日（火）10:00～16:00

場所：ホテルクレメント徳島

内容：フレイルチェック、リハビリ相談

歩行速度測定、握力測定、指輪っかテスト、イレブン・チェック

スタッフ：徳島県理学療法士会会員 7 名

参加者：フレイルチェック・リハビリ相談ともに約 120 名

平成 31 年 2 月 12 日に徳島アクティブシニアプロジェクト 終活フェア 2019 が開催され、徳島県理学療法士会として 7 名が参加。

鷲春夫先生による講演「いきいき百歳体操（徳島版）で認知症予防」では、認知症予防に対する最新の知識の説明や「いきいき百歳体操（徳島版）認知症予防編」の映像を見ながら、参加者の方々と楽しく二重課題での認知症予防体操が行われました。

また、会場では理学療法士によるフレイルチェックとリハビリ相談が行われ、参加者の体力評価と体操指導・日常生活でのアドバイス指導などが行われました。

