

## 若林障害者福祉センター

### 「冬の健康管理について」を開催しました

令和2年1月10日  
仙台市若林障害者福祉センター

去る令和1年12月20日（金）に当センター3階、研修室大にて「冬の健康管理について」を開催しました。

貸館の利用団体向けに、30分程度の時間で4名の参加をいただき、冬の健康管理について、日頃の体調・行動を知り、日頃から出来る事を中心に講話と実技を行ないました。昨年、お伝えしたことを取り入れて健康に気を付けて生活されている様子が伺えました。

日頃、行っている手洗いとマスクの着脱をしていただいた後に紙芝居を使い正しい手洗いとマスクの当て方を説明しました。その後、互いに何処が違うか確認していただきました。

一般的に言われている感染症予防と対策を、自分の生活（年齢的なこと・住宅環境・日中の行動・生活習慣）に照らし合わせて聞くことができ、分かりやすかった。無理せず続けられそう。出来ていることや不十分なことが分かった。等の感想をいただきました。

これからも地域の皆様と、健康について学び合う場を共有していきたいと思えます。

