

## 平成29年度 第1回実務研修会

今年度も、第1回目の実務研修会が開催されました。

日時 平成29年7月19日(水)18時30分から20時30分まで

場所 伊勢原中央公民館展示ホール

題目 介護従事者の疲労回復講座 ～体を動かして心身共にリフレッシュ～

参加者 ケアマネジャー19名 包括支援センター職員2名 サービス事業者22名  
行政1名(計44名)



今回は『スポーツ鍼灸接骨院B-spo』の平田麦氏と有国慎之介氏をお招きし、講義と演習を中心に、進めていただきました。



肩こりや腰痛は、誰もが悩みのタネ。  
そのメカニズムを講義で聞いた後、効果があるという体操を、実際に行ってみると…。  
自分の体の変化に、驚きや発見があったようです!!



しだいに、笑顔も多く見られるようになりました。楽しく行  
えて、日ごろの仕事疲れも、癒されたのではないかと思  
います。何人かの参加者からは、「職場でも、この体操  
をやってみます」という話がありました。

第2回目の実務研修は11月に行う予定です。参加された皆さま、お疲れ様でした。