

「地域における公益的な取組」

1 施設名

葛飾敬寿園

2 取組の名称

いきいき100歳体操の実施

3 取組内容について

- ① 実施に至る経緯：ご入居の皆様への介護予防を目的に始めました。元々は住民主体の介護予防体操として開発されたものですが、それを施設内入居者に行って頂き健康寿命を延ばしていただくことを目的としました。
- ② 具体的な内容：毎日午前9時過ぎに各階で、当体操ビデオを上映し実施しています。
- ③ 取組による変化や効果：入居者の積極的な取組として、健康管理は勿論のこと、毎日の日課として欠かせないイベントになってきております。
- ④ 今後の展望：今後も継続的に実施してまいります。

