

25年度パワーアップセミナー
「古武術介護セミナー」開催の報告

11月30日（土）に14名が参加して古武術介護塾の福井義幸講師が講義と、実習を行いました。介護職を目指す方、既に介護の現場で働いている方が、古武術介護のコツを活かして仕事定着支援を目指す講座となりました。

身体に軸をつくる体験として座位で背骨を感じてしっかり立てる体験。座位で股関節を意識しながら足踏みすると血流が良くなる。両方の人差し指を自分に向けて腕組みすることで関節をしっかりさせる体験等々。介護に活かせる様々な実習をしました。

★受講者の感想

Tさん「姿勢について考え直しました。良い姿勢を保つ様に心がけます。」

Oさん「今後は身体の負担のない介護ができるように努めたいと思いました。」

Mさん「最初は難しいと思いましたが、実際に身体を使うことで古武術介護を体感し、理解できました。」

