

エリサポ養成講座2回目・3回目終了

11月6日「赤平市の防災体制について」「災害時対応」
「避難所運営ゲームDoはぐ」

実際に避難所を運営することになった場合を想定して「避難所運営ゲームDoはぐ」を行いました。避難所の中で「タバコを吸って良いか？」など、いろんな難題に対しどんな風に解決していくか。そのチームごとに話し合っ解決していくゲームです。正解はないので、繰り返し話し合いを続けて行くことが大切ですね。



11月13日「生涯元気で過ごすカラダの動かし方」「ふまねっと運動」

北翔大学の上田知行教授による講義とゆる元体操の活用について学びました。その後、ふまねっとサポーターによる、ふまねっと体験を行いました。フレイル予防には社会参加をして、仲間と無理のない運動を共にする事が大切ですね。



そして、いよいよ**12月4日は「エリサポ誕生式」**です！

会場は、交流センターみらい4階かたらいホールです。改修工事が終わり1日からリニューアルされるそうなので、どんな風になっているか楽しみです。