

ブームのラジオ体操

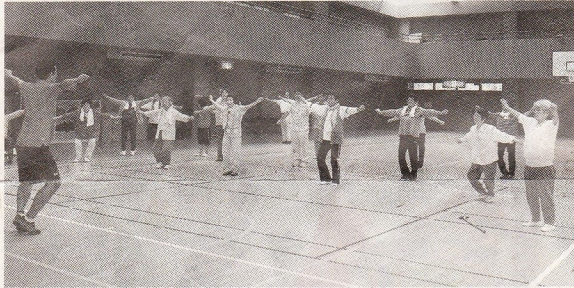
豊橋で「さくらカフェ」

障害者ら笑顔で基本学ぶ

豊橋市障害者福祉
会館(さくらピア)で
28日、生涯学習事業

会場には、福祉職全般に関する相談や求職登録、福祉系大学等教育機関による進路相談、県介護福祉士会や県社会福祉士会による資格取得に関する相談コーナーなども設けられ、来場者が足を運んでいた。(田中博子)

「さくらカフェ」が開かれた。市内の障害者ら30人が参加し、効果的なラジオ体操を学んだ。同館が2012年度から障害者や家族、介護者、友人らを対象に隔月で始めた自主事業。毎回30人ほどが参加し、植栽や健康、ス



ラジオ体操を学ぶ参加者＝さくらピアで

ポーツなど、毎回趣向を凝らした講義や体験、市内の福祉施設などが手掛けたスイーツの試食などを楽しんでいる。

今回は要望が高かった「ラジオ体操」がテーマ。講師に迎えた市内のパーソナルトレーナー・土屋優介さんの指導を受けながら、ラジオ体操の13種の動きを一

つ一つ丁寧におさらいした。基本に忠実にしっかり体操した参加者は「体が痛い」などと言いながらも、笑顔で懸命に動きを覚えていた。

次回のさくらカフェは9月開催。秋の夜空について学ぶ予定だ。(田中博子)