

かしわフレイル予防サポーターの現在の活動と今後について

昨年9月7日より令和2年2月から休止しておりました「かしわフレイル予防サロン」を内容、時間を短縮し、ミニサロンとして再開いたしました。

コロナ対策として、参加人数を制限し、サポーターも2名体制（通常は9名）で内容も簡易チェックのみの短時間（1時間以内）で行い、本年1月までにすでに14回開催いたしました。

一方で参加できないサポーターの皆さんが80数名おられますので、ほのぼのプラザますおのご担当者様がサポーターの皆様向けに各種講習会を開催していただいております。

又、サポーター連絡会を柏市のご協力で11月17日に本年度1回目として一部リモート参加も含めてウエルネス柏で開催いたしました。当日は東京大学の田中先生から色々なデータ等をご説明いただきフレイル予防の重要性のお話しをいただきました。ご講演の中で飯島先生からの熱い熱いビデオメッセージもいただきました。

現在、コロナ感染予防のために外出自粛が続き、柏市の高齢者の皆様のフレイル増加が懸念されます。その為、フレイル予防のためにも6月以降から通常のサロンの開催ができるようサポーターの皆様の再研修も含めて計画しております。

コロナ感染の状況がまだまだ不透明ですので、コロナ感染の推移を見ながら柏市のご担当者はじめ関係者の皆様と十分打ち合わせを行い進めていきたいと考えております。

かしわフレイル予防連絡会
中村禎宏