

5月21日(金)

いきいきサロンみらい 第2回を参加者15名に限定し開催いたしました。コロナ禍の中、皆様には感染予防対策にご協力頂きながらの開催となりました。



感染予防/ワクチン接種について

コロナワクチンの予防接種について、市より配布された用紙の見方や注意事項などの話がありました。感染予防では正しい手洗い、消毒方法を動画で確認しました。感染予防に重要な手洗いについては洗い残しが多い部位など注意点を聞き、皆さんに実践していただきました。



体力測定



体力測定では、身長・体重や握力、バランス機能、歩く速度など計測を行いました。今の自分を確認し皆さんそれぞれ目標も立てて、フレイル予防頑張りましょう！！

移動販売



新鮮な魚介に野菜・果物、お惣菜などたくさんの品物が並びました！

皆さんにご協力頂き、検温・マスク、手指消毒や換気などの感染対策を行いながら実施しました



みんなでフレイル予防！皆さんのご参加をお待ちしております