

# 福祉科 飛び出す市役所 in イオンモール大垣 いきいき健康広場 参加

令和8年8月8日(土)に、大垣市主催のいきいき健康広場に生徒が参加しました。

今年度、福祉科では、地域課題探究型学習推進事業の一環で「大垣桜高校オリジナル介護予防体操」を制作しました。実際に、地域住民の方々を対象として、介護予防体操の実演を行い、一緒に実践しました。

## 介護予防体操実演の様子



「365歩のマーチ」の曲に合わせたオリジナル体操です！

身体全体を使うので、1曲終わると程よく汗をかく運動量になってます。

## シルバーリハビリ体操の様子

岐阜県理学療法士会が中心となって行ったシルバーリハビリ体操も、地域住民の方々とふれあいながら、一緒に行いました。



上半身を動かす体操



コミュニケーションを取りながら行いました！