

（介護予防にお手玉を）

みやま市社協

指導者養成講座へ50人

みやま市社会福祉協議会（生清純会長）は五日、高田総合保健福祉センターあたご苑でお手玉遊び指導者養成講座を開催。伝承遊びとして親しまれてきたお手玉を、高齢者の介護予防運動に取り入れようと、約五十人が参加した。

同講座は介護予防や高齢者福祉のため開かれていた「いきいきサロン」や「老人デイサービス」などで活動するボランティアを養成するのが目的。日本お手玉の会副会長の春田智明さんが講師を務めた。

「いつでも・どこでも・だれとでも」と題し、春田さんはお手玉が年齢に関係なく技量に合わせ楽しめること紹介。お手玉の魅力については「やっているときは夢中で、ちょっととした嫌なことは忘れられる。脳の中をリセットできます」や「リハビリ効果があり、遊びながらするのがいい」と話した。

実習では、受講生がお手玉を目で追いながら熱心に練習。段位認定審査基準に沿ったお手玉も体

験した。

（斎藤 宣宏）



お手玉遊び指導者を目指し実習に取り組む受講生