

医療・介護・福祉職  
のための

千代田かがやきサポートネット  
～多職種でつくる学びの場～

第13回

# 「超カンタン！“手作りけん玉”で健康づくり！」

バランス  
訓練

認知症  
予防

全身  
運動

集中力  
強化

「けん玉」って…

ストレス  
解消

高齢者のリハビリに  
すごく効果的！



【講師】  
吉本 秀一 先生

- 公益社団法人日本けん玉協会 理事
- けん玉道 六段
- 作業療法士・理学療法士

今回の研修会では、高齢者の身体機能面での理解を深め、けん玉を取り入れたリハビリを紹介しながら、実際にみんなで遊びながら学んでいきます。

手作りけん玉（創作けん玉）は、作る楽しさと、作ったけん玉で遊ぶ楽しさがあります。保育園、小学生の遊びだけでなく、高齢者のけん玉体験として活用すると安全に楽しく、そしてローコストです。世界に一つのけん玉「マイけん玉」を作って遊びませんか？

日時 2022年 **5月13日(金)** 19:00～20:30 (予定)

会場 かがやきプラザ4階研修室  
(東京都千代田区九段南1-6-10 九段下駅4番出口徒歩5分)

対象 区内で医療・介護・福祉のお仕事に携わっている方。  
(リハビリ職以外の方も是非ご参加ください)

申込方法 5月9日(月)までにメールでお申し込みください。  
[chiyoda.ksn@gmail.com](mailto:chiyoda.ksn@gmail.com)

千代田かがやきサポートネット事務局 宛  
記載事項：①氏名 ②所属 ③職種



「千代田かがやきサポートネット」は、医療介護福祉の現場で働く方と一緒に自主勉強会を行うために、作業療法士を中心としたメンバーで2017年4月に立ち上げました。知識や技術向上に努め、“千代田区での医療・介護・福祉サービスの向上に寄与すること”を目的に定期的開催しております。

【共催】千代田かがやきサポートネット 代表)今井悠人 副代表)森本美和  
かがやきプラザ 研修センター