



7 リハビリ水泳教室

下妻市

サロン開設年月日	平成20年5月14日
開催日及び開催頻度	週1回 火曜日 (10:30~11:30) (13:40~14:40)
開催拠点	桜川市総合運動公園内 「サンパルプール」
代表者氏名	酒井 京子
1回の参加人数	平均6人
1回の運営スタッフ数	平均3人
参加費	1,000円



事業名

リハビリ水泳教室活性化事業

目的(趣旨)

- 当法人は通常の水泳教室で指導していますが、そこには入れない高齢者を少人数で指導することを目的としています。
また、リハビリを兼ねての指導を行っています。



対象者や具体的内容

- 障がいの有無に関わらず、成人に対して楽しく水泳ができるよう指導しています(少人数での指導)。

財源の確保

- 水泳指導事業の指導費の一部を財源としています。



生活課題への対応

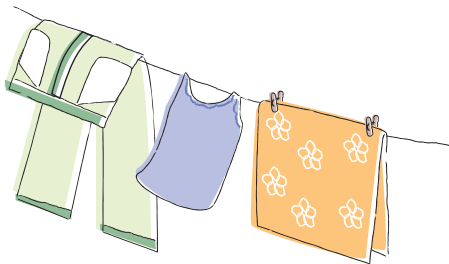
- 参加する人が限られてしまうので、もう少しチラシなどで募集を広め、参加者を募りたい。また、水中での運動はリハビリ・メタボ対策になります。

継続させるための工夫

- 毎週定期的に開催していますが、まだまだ浸透していないので、募集チラシなどで募ることや、高齢者への社会進出の導きもしていくことです。

サロンのPRポイント

- 指導は全員公認指導員であり、水泳の専門的分野では安心して指導を受けることができます（慣れるまでは一対一の指導となります）。



地域の社会資源の活用

- 桜川市営プールでの開催で、桜川市で活動している育泳会の障害者スポーツ指導員や水泳指導員が指導にあたっています。

他のサロンにはない特徴

- 地域では障害者スポーツの普及や高齢者水中リハビリ指導を事業としている団体は、当法人以外にはありません。



委員からの一言コメント

プールの中で歓声が響く。指導者の声に合わせてリズムカルに腕を振りながら水中を歩く。伝わってくるエネルギーは想像以上。隣ではマイペースに泳ぐ参加者。何とも心地よさそう。プールのある桜川市内だけでなく周辺からも参加者が集う。プールから上がれば、おしゃべりタイム。健康の話、家庭

のこと、地域の出来事。話題は尽きない。参加者も指導者も一体となった時間。体だけでなく心までリハビリできそう。「ここに来るだけで楽しんです」「水の中は最高」。プールを舞台としたサロン。なるほど、こういうサロンもあるのだ。その成果は皆の笑顔が証明している。会場を訪れただけで、元気をたくさんいただきました。(川上俊也 委員)