

贈



あなたと創るあずのふるさと

長崎新聞社



「笑活」で介護予防に取り組むケアマネジャー

やました ともひろ
山下 友浩さん

東彼東彼杵町社会福祉協議会のケアマネジャー。本業のかたわら、笑いで免疫力を高める「笑活」と題した介護予防レクリエーションを町内の高齢者サロンや老人会の集まりで実施する。

同町蔵本郷で12日に開所した集いの場にも登場。「暑く

あの人
この人

笑いで免疫力を高める

なってきた」と上着を脱ぐとポロシャツに張った「よか男でしょ」の文字が現れ、会場は大笑い。介護予防の体操をユーモアたっぷりに紹介し、盛り上げた。

頼まれて引き受けたレクリエーションが評判を呼び、あちこちに呼ばれるように。7年間ですでに100回以上重ねた。介護予防レクリエーションを競う県内大会で優勝経験もある。

こつは「適度なアドリブと方言」。「自分にとってもいい息抜き。少しでも地域の役に立てれば」と依頼があれば無償で出向く。新型コロナ禍で活動は減ったが「みんなで集まり笑える場所が徐々に戻ってほしい」。休日にはバドミントンで汗を流す。同町法音寺郷出身の42歳。

(六倉大輔)