

# 高齢者にサービス提供

理美容、飲食業の組合員ら 交流サロン型モデル事業

大船渡



手のツボを使った首や肩などのマッサージを体験する参加者

県美容業生活衛生同業組合（佐々木靖理事）三陸町越喜来の三陸公づくりのための「交流サロン型サービス」は15日、大船渡市民館で、高齢者の健康

サロン型サービス」のモデル事業を行い、気仙地区の理美容業、飲食業の組合員が各業界の特性を生かしたマッサージや料理の作り方などの技を伝授した。同事業は、厚生労働省の生活衛生関係営業地域活性化連携事業の補助金を受け、平成26年度から高齢者の健康づくりなどのサービス提供モデルとして県内で行っている。気仙地区では今回が初開催。佐々木理事長は「地域の元気な高齢者の皆さまへ、『交流サロン型サービス』の展開を目指しているところであり、モデル事業を通じてニーズの把握に努めていくこととしている」とあいさつした。美容業組合大船渡支

部の2人がハンドマッサージ、理容組合気仙支部の5人がアイスパとマッサージ、飲食業組合大船渡支部の1人がサンマのつみれ汁の作り方講座の各サービスを提供し、地域の高齢者10人が参加した。美容業組合大船渡支部の柳本敦子支部長らは、手と全身の相關図を参考に手のツボを押し、首や肩の凝り、腰の痛みなどを和らげる「指ヨガ」を紹介。手のひらを正面に向け、中指を立てて息を吐きながら手前に引っ張ったり、回したり、手の甲をもむことで「凝りがほぐれ、血行が良くなる」と説いた。上下左右を見渡し、「首の可動域が広がった」と効果を実感した参加者もいた。

理容組合気仙支部の佐々木俊夫支部長ら5人は、握った拳の第2関節の部分で髪の生え際からこめかみにかけてをほぐすと「リンパの流れ、血流が良くなる」と顔のマッサージ方法などを紹介した。ぬらしたタオルを電子レンジで500ワット分を目安に温めた「蒸しタオル」を首に当てると、「全身の血流が良くなり、体の不調を緩和してくれる効果がある」と説明した。飲食業組合大船渡支部の千葉武継支部長は、大船渡のソウルフード・サンマのつみれ汁のレシピを伝授したうえで振る舞い、参加者が持ち帰って味わった。

片月江さん（67）は「今まで首を後ろに倒すと痛みを感じていたが、指のツボを押してから和らいできた。効果があり、すごく良かった。忘れないようにしたい」と喜んだ。