

# 新しい「虹のキャラバン」体操指導の先生をご紹介します。

本年度から「虹のキャラバン」体操指導に従来の「モモちゃん(坂先生)」、「てつまる先生」に新しく音楽健康福祉士で笑いも交えた楽しい指導が得意な櫻田先生が、加わります。ぜひご期待ください。



## (櫻田先生のプロフィール)

介護福祉士・音楽健康福祉士  
デイサービス等で生活相談員として6年間従事。2015年より公益社団法人虹の会音楽療法部門コンシェルジュとして音楽療法を使ったレクリエーション的介護予防・認知症予防法「心音(こころね)レインポートレーニング」の実践指導を行っています。

## ■櫻田先生のご挨拶

「虹のキャラバン」は、介護施設様に特化された歌と体操を一緒に楽しめる素晴らしい活動であり、その体操部分を担当させていただくのはとても嬉しいです。歌も施設の皆様が好きな昔懐かしい歌がメインなので施設の皆様に喜んでご参加いただけます。

私が担当する体操指導は10分程度ですが皆様が「クスッ」と一笑いして楽しく笑顔でご参加いただけるように、私自身も楽しみながら体操をしたいと思っています。皆様にも声を出していただく体操やオンラインのメリットを活かして声かけなどをすることで、多くの方にご参加いただける工夫をしたいと思っています。また皆様が楽しんでいただくためには“雰囲気”づくりがとても大切。



ぜひ職員の皆様も一緒に楽しんでもらいたいです。今回のキャラバンに向けて出演歌手の応援ウチワなどのグッズをご入居者様と共に作ってご参加いただくとさらに楽しめるイベントになると思いますのでぜひご支援をよろしくお願い致します。

# 現役介護福祉士が「虹のキャラバン」体操指導にチャレンジ!

本年2月の「虹のキャラバン」体操指導に現在施設で音楽レクを担当している現役介護福祉士で音楽健康福祉士でもある伊藤あけみさんが挑戦。視聴施設の皆様も笑顔でご参加いただきました。

## ■伊藤音楽健康福祉士の感想

オンラインなので一方的でなく色々な施設の皆様の動作や反応を見ながら指導できたので全国の皆様と繋が

っている感じがしてとてもやりがいがありました。実施にあたっては“あまり早くなく、なるべくゆっくりめ”に、滑舌良く話すことを心がけました。歌手の方と一緒に体操を行う部分は、皆様が歌いながらできるように声を出しやすくするような体操を取り入れてみました。歌手の森さんも手拍子を一緒にやってくださってとても楽しく、新鮮な感じがしました。自分のモットーでもあるんですが“指導する側の人間が、楽しんでないとご入居者様も楽しめない”と思うのでぜひ施設で指導される方は、ご自身も遠慮なく楽しみながらやっていただくのが良いと思います。



(伊藤音楽健康福祉士の体操指導の模様)