

有限会社ViVifala島ゆかこ（所在地：和歌山県和歌山市）

事業名

楽しみながら健康的な身体作りを

事業の趣旨・目的

・障がいのある方が、学校を卒業した後も楽しく学ぶことができるように「こんなことを学んでみたい！」を実現するための場づくりと、一緒に支援をする仲間を増やす活動をしています。地域活動支援センターⅡ型（旧名称：障がい者デイサービス）カムカムを拠点とし、令和5年6月より生涯学習事業に取り組んでいます。

事業実施体制・連携先

・地域活動支援センターⅡ型カムカム（073-499-1025）
・連携協議会：IBW美容専門学校、伏虎リハビリテーション病院、Bodymake salon
Re:LIEF、和歌山市広瀬第11地区自治会長、社会福祉法人つわぶき会、哲人会

主な対象

・障がい者手帳をお持ちの方 全般／その他

事業の取組内容

1、参加者が主体となって行う「体験型 出前講習会」

- ①IBWメイクイベント：IBW美容専門学校の福祉理美容科専攻の生徒さんのカリキュラムの中で、イベント形式で障がいを持った方たちにメイクを実施しました。メイク実施後におでかけをしたりして写真撮影を行いました。1回2時間程度。
- ②Youtubeチャンネルの動画制作：動画を撮影、編集、投稿しました（ラジオ体操、クイズなど、パーソナルトレーナーとのトレーニングでの開発メニュー、歩き方などの改善ビフォーアフター動画を自主制作しプロジェクターで投影した映像を見て活動に取り組みました。）
- ③将来なりたい姿を探す体験会：将来なりたい姿を探している障がいの方へ、現役で活躍している各分野の先生から学びました。
(1)歌って踊って太鼓を叩こう！！：音楽療法の先生からドラムサークルとミュージックケアを開催。1回1時間程度。

2、障がい種別に合わせた運動プログラムの開発、実践：パーソナルトレーナーの先生とメニューを思案し、個別と団体で分けたパーソナルトレーニングを行い、体重測定や効果測定の経過の統計をとり、効果検証を行います。メニューに関して、カムカムスタッフも実践できるようにしました。地域活動支援センターⅡ型のサービスでも提供できるように各所に発信していくことを視野に入れてます。
※痩せたいと意識を持っている方に向けて、食育にアプローチをかけ、料理・調理など考えています。

活動の様子



その他

- ・SNS情報発信：Instagram（@vivifala_shimayukako_kamu）
- ・メディア取材：テレビ和歌山「はばたく紀の国」令和6年11月3日10:30～放映