

<p>8月19日</p> <p>水</p>	<p>1回目 13:00 ～14:00</p> <p>2回目 14:30 ～15:30</p>	<p>理学療法士協会出張講座 九度山町 サロンやすらぎ テーマ「腰痛について」 講師：橋本市民病院 吉岡理学療法士 参加者 1回目 13名 2回目 8名</p> <p>新型コロナウイルス感染症対策として、人数制限のため2回にわたり同内容のお話をさせていただきました。「腰痛は必ず原因があるとは限りません。」から始まり、腰痛との向かい合い方、冷やすのがいいか温めるのがいいか、「高齢になって寝たきりになったら」という怖い話もありました。「痛みと心身との関係に効果があるのは」「年齢に関係なく筋肉はつけることができます。」といった希望の持てる研修内容でした。</p> <p>参加者からは、「コロナ、気温の上昇等で外出する機会も減り、ストレスがたまる」と、自ら率先して畳の上に寝転がって、技を習得しようとする姿が印象的でした。また、「歩くのが嫌いです。」と発言された方には、椅子に座ってできる運動と、軽い運動でも効果がある運動を具体的に教えていただきました。</p> 
<p>8月27日</p> <p>木</p>	<p>19:30 ～ 21:00</p>	<p>伊都薬剤師会 在宅医療介護連携推進サポート事業 橋本市高野町 産業文化会館アザレア 薬剤師会30名出席 「服薬支援事業にあたって」：在宅医療介護連携支援センター センター長前田至規先生 「服薬支援ロボ事業について」伊都薬剤師会 理事 田中久美子薬剤師 「服薬支援ロボの使い方」伊都薬剤師会 児嶋基樹薬剤師</p> <p>服薬管理・支援事業の一つとして「服薬支援ロボ」を活用してみようという伊都薬剤師会から提案され、取り組みを開始いたしました。特に高齢者、軽度認知症の方、一人暮らしの方を対象に、服薬コンプライアンス改善することで、本人含め家族や支援者の自律と負担軽減になるように開始された事業です。医師からは実際のこの地域でモデルケースとして活用している方の情報提供がありました。また、薬剤師会からは、ロボ活用の流れと実際の使い方などの説明がありました。</p> <p>非常にボランティア色の強い事業で、薬剤師の負担は大きくなります。しかし、多職種連携により、安全に薬を提供しようという伊都薬剤師会の皆様の活動に感謝申し上げます。</p>  <p>当日の空には特大の虹</p> 
<p>8月28日</p> <p>金</p>	<p>9:30 ～ 10:30</p>	<p>伊都薬剤師会出前講座 九度山町 サロンほっこり テーマ「薬の正しい使い方」 講師：コジマ薬局 児嶋基樹薬剤師 薬剤師研修生 奥野さん 参加者 18名（男性2名 女性16名）</p> <p>薬の役割、副作用から始まりました。常に参加者の意見を伺いながら、みなさまはどう思いますか？と参加型の研修会でした。粉末、錠剤、目薬、シロップ剤、塗り薬の正しい使い方を丁寧に話していただきました。</p> <p>参加者からは、一包化してもらって飲み間違いがなくなった、オプラートは使っていないか、痛み止めを飲んでふらつきが起こる、なま水で飲んでもいいか、眼科・内科・整形とあちこちから薬をもらっているなど質問や意見が沢山ありました。そのたびに、「かかりつけ医はもちろん、かかりつけ薬局を持つことの必要性」「一冊のお薬手帳の役割」など丁寧に回答いただきました。</p> <p>研修生の奥野さんからは、熱中症予防の自作パンフレットが配布され「ここに出席されている誰一人も熱中症にならないように」と懇願されていました。一生懸命さが伝わったと思います。</p> 
<p>8月29日</p> <p>土</p>	<p>10:00 ～ 12:00</p>	<p>伊都薬剤師会出前講座 橋本市 原田ひだまり会 第1部「感染症対策」 講師：コジマ薬局 児嶋基樹薬剤師 参加者 16名（男性3名 女性13名）</p> <p>感染症、特に現在世界中を苦しめている新型コロナウイルス感染症対策についての話がありました。どうやってウイルスは人から人に運ばれるか、感染防止のために自分たちができること。接触・飛沫感染対策について ソーシャルディスタンス、手洗い方法、マスクのつけ方・外し方、熱中症予防とマスク、イソジンが薬など、少ない資源を無駄なく正しく使おうと説明されました。</p> <p>参加者からは、実際マスクの装着、外し方など実施してみても自分の間違いが分かった。フェイスシールドの安全性、布マスクの安全性、マスクのリサイクル使用、咳エチケットって、等々次々と質問が飛び交い、とても心配しながら生活されているのが手に取るようわかりました。</p> <p>第2部「コロナ禍における人権を考える」 橋本市人権男女共同推進室 中田幸</p> <p>新型コロナウイルス感染症が感染者や地域への差別につながっている。敵は見えないウイルスであるため、見える感染者を特別視したり遠ざけることで自分が安心している。いつ自分が当事者になるかわからない状況で、自分がとるべき行動を考えよう。ウイルスを断ち切るための行動（手洗いやうがい）、不確かな情報に同調しないなど、みんなが一つになって負のスパイラルを断ち切りましょう。といった内容の話がありました。</p> 