

<p>5月12日</p>	<p>水</p>	<p>9:30 ～ 10:30</p>	<p>伊都薬剤師会 出張講座 九度山町サロン 井戸端会 参加者：15名 「現時点における新型コロナウイルス感染症対策」 講師：三平薬局 平越考平薬剤師</p> <p>新型コロナウイルス感染症について、現在わかっている範囲での情報を伝えていただきました。 ＊インフルエンザウイルスと新型コロナウイルスとの違いについて。 ＊接触感染予防・飛沫感染予防について、手洗いやうがいの正しい方法について。 また、どんなどころで、ウイルスは何時間くらい生きているか。それによって対応をきちんとしていけばよい。 例えば、プラスチックやステンレス製品では2～3日くっついている。ドアノブは何でできているか？では、どうしたらよいか？等 ＊年齢別の感染確立や、重症化しやすい基礎疾患って何？ など、くわしく教えていただきました。</p> <p>参加者からは、 潜伏期はどれくらい？ 変異株との違いって何？ 雑誌なんかはどれくらいウイルスがくっついていますか？ ・等、少しでも感染を避けるために、関心を持って質問をされていました。</p> 
<p>5月12日</p>	<p>木</p>	<p>9:30 ～ 10:30</p>	<p>理学療法士協会 出張講座 九度山町サロン えびす 参加者：15名 「膝痛とリハビリテーション」 講師：橋本市民病院 吉岡徹理学療法士</p> <p>＊膝痛とは ＊膝痛の原因で最も多い変形性関節症について ＊自宅でできる運動療法 ＊膝の健康自己チェック ＊右足が痛いとき杖はどちらに持ちますか？ ＊痛いときに痛い場所を記録しておくことも受診時の大切な情報になります ＊貯金もいけど貯筋もお願いします など、盛りだくさんの話をさせていただきました。</p> <p>それと私、いつも大爆笑してしまうのですが・・・ 「この（写真の）トレーニング、この程度でいいのですか (((´▽`)))カララ」</p> 