

| | | | |
|---------------|----------|-----------------------------|--|
| <p>10月10日</p> | <p>木</p> | <p>9:30 ～ 11:00</p> | <p>理学療法士協会 出張講座 場所：九度山町 サロン夢 参加者：7名 内容：「転倒予防とリハビリテーション」 講師：横田整形外科 中野庸介理学療法士</p> <p>体調不良・入院しているなどの理由で参加者が少ない状況が続いています。 転倒は病気とは違って、避けることができる。特に外的な要因は自分でなんとかできる：スリッパ・電気コード・ヒールのあるつっかけ・・・転ばぬ先の杖対策をしましょう。</p>  |
| <p>10月15日</p> | <p>火</p> | <p>9:30 ～ 10:30</p> | <p>薬剤師会 出張講座 場所：橋本市 垂井 参加者：29名 内容：「薬の正しい使い方」 講師：コジマ調剤薬局 児嶋基樹薬剤師</p> <p>「よー来たね。」「会いたかったよ!」とお互いに挨拶をする活気のあるサロンです。 薬と食品の飲み合わせやサプリメントについて・・・確認されていました。 薬剤師実習生は誤嚥の原因と予防についてわかりやすく説明してくれました。 その後、いつも実施されているパタカラ体操でうまく講義がつながりました。</p>  |

| | | | |
|---------------|----------|------------------------------|--|
| <p>10月16日</p> | <p>水</p> | <p>10:00 ～ 11:00</p> | <p>理学療法士協会 出張講座 場所：高野町 サロンささえ合い 参加者：18名 内容：「フレイル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>フレイル2回目、運動を中心という希望で開催。 ＊80歳台女性 握力が15でペットボトルは「普通では開けにくいです。」と。しかし「道具を使わなくても知恵を使えば開けられます。」素敵な笑顔で話してくれました。こんな方はフレイルにはなりませんね。 ＊80歳台女性「病院に行って検査受けてきた。」と途中から参加。とにかく参加したい・と思ってくれることに感謝。参加することに意味があります。</p>  |
| <p>10月20日</p> | <p>日</p> | <p>10:00 ～ 12:00</p> | <p>畿央大学看護実践研究センター認知症ケア部門主催 「認知症の人と家族の思いに耳を傾ける」 第2回「認知症の人と家族の支援者交流会」に参加しました。 場所：奈良県北葛城郡広陵町 畿央大学 参加者：約50名 内容</p> <ul style="list-style-type: none"> ①リレートーク 認知症当事者の方、西光寺の寺こやの活動、介護予防リーダーの活動 ②認知症マップ&活動紹介 ③みんなでマップづくり&交流会 <p>認知症マップにどんな効果があるのか。目的や意義を理解して作成する必要があります。 編み物ボランティア、編み物ができない方でもアイデアを出し合って社会貢献ができる。性別も関係ないし、子供も学生も高齢者も参加できる。 色々なかたの話を聞き、とにかく一緒に楽しむことができました。</p>  |