

<p>6月6日</p>	<p>金</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 サロンほっこり 参加者：11名 内容：「肩こり」 講師：橋本市民病院 吉岡徹理学療法士</p> <p>体組成測定の結果、脚点の低い方が多く、肩こりの講義の後で追加で運動を教えてくださいました。九度山町で坂道が多くどこに行くにも皆様苦勞されているようでした。以前玄関にシルバーカーが4台程停まっていたのに今日は1台も停まっていなくて、逆に車がいっぱいでした。..梅雨突入の時期の影響もあるのでしょうか！</p> 
<p>6月10日</p>	<p>火</p>	<p>10:30 ～ 12:00</p>	<p>理学療法士協会 出張講座 場所：橋本市 細川区民会館 参加者：17名 内容：「腰痛とリハビリテーション」 講師：隅田クラブ 菅野良信理学療法士</p> <p>男性の参加者が多い（7名）ことがうれしかったです。 どのサロンでも参加者の殆どが女性です。こちらでは男性の参加者も皆様笑顔で、体組成や握力も率先して測定していただきました。..自分の握力低下に驚き、測り直しされていました。 参加者の半数以上の方は、腰痛の経験および現在も腰痛があると手上げされていました。 しかし、チェックリストでは体を動かして良いとの診断でしたので、無理せず簡単にできるリハビリを実践しました。</p> 
<p>6月17日</p>	<p>火</p>	<p>9:30 ～ 10:30</p>	<p>理学療法士協会 出張講座 場所：橋本市 中島つなぐ会 参加者：43名 内容：「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>コロナ禍に始まったサロンだそうです。43名の大人数で男性は内5名、若い人に頼るとか、男性陣に頼るとかではなく、それぞれがみんな役割を發揮し支え合っているサロンというイメージがありました。全員握力だけ測定しましたが、女性38名中5名 握力低下（18以下）がありました。ペットボトルが開けられないなどといった生活への影響は少ないようでした。是非みんなでサロン運営を継続していただきたいです。サボセンも講師派遣で協力いたします。</p> 

<p>6月18日</p>	<p>水</p>	<p>9:30 ～ 10:30</p>	<p>薬剤師会 出張講座 場所：九度山町 サロンやすらぎ 参加者：11名 内容：「薬を忘れず飲む工夫」 講師：コジマ調剤薬局 児嶋基樹薬剤師・学生1名</p> <p>薬を忘れないために大切な事：病識と薬識・・・みなさん納得していました。あとは、忘れないためのグッズを色々紹介していただきました。 薬学部学生が「熱中症予防について、脱水症について」の講義を10分程度実施。脱水症のサインについてチェック方法も実際やってみるなどタイムリーで身につくお話でした。</p> 
<p>6月19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 サロン愛 参加者：8名 内容：「転倒予防」 講師：横田整形外科 中野庸介理学療法士</p> <p>92歳の女性は、同じサロンに参加している96歳の方を目標にして参加されていました。目標を持つことも持たれることもとてもいい刺激になりますね。坂道の多い九度山町で生活されており、転倒やつまづき経験がある方がほとんどでしたが、椅子からの立ち上がりテストは全員10秒でクリア、握力が18以下の方が3名いましたが、生活上の不便がないとのことでした。</p> 
<p>6月24日</p>	<p>火</p>	<p>13:30 ～ 14:30</p>	<p>薬剤師会 出張講座 場所：橋本市 杉尾集会所 参加者：8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・薬学部5年生</p> <p>大雨の中参加いただきました。薬はあくまでも自己の自然治癒力をサポートするものと考え、健康な毎日を過ごすための3原則は怠らないでくださいねという話でした。 最近では、橋本市杉尾にある「不動山の巨石」を観るため多くの方が訪れるそうです。講師を誘ってみました、635段の階段の上にあると伝え、即断されました。</p> 

6月26日	木	13:30 ～ 15:00	<p>九度山町ケアマネスキルアップ研修 場所：九度山町ふるさとセンター 5階大ホール 参加者：60名 内容：「ACPを踏まえた看取りケアについて」 講師：医療法人南労会 紀和クリニック 在宅ケア科 川邊圭一 先生</p> <p>日本の高齢化率と死亡者数の推移、死亡場所、実際起こっている困りごと等・盛りだくさんに話をさせていただきました。ACPにおける多職種役割と連携については、より質の高いACPの実現にはチームアプローチが有効であることがよくわかりました。フロアからの意見も引き出し、丁寧にディスカッションしていただき、満足度の高い研修会でした。</p> 
-------	---	---------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------