

6月12日	金	19:00 ～ 20:00	ACPシート作成部会 ACP普及活動 場所：JAわかやま かつらぎ東支店 参加者：23名 内容：ACPとは 講師：訪問看護ステーション はなぶさ 辻尚子看護師 「ACPとは」について勉強会をしていただきました。すでに、夫と話し合いをしている方もいました。テーマについても嫌な感じはなく、「必要な事なので・・・」と前向きな回答でした。こころの準備シート・説明文書を準備していき、実際に書いてみましょうと声をかけると皆様ペンをとり、隣の方とガヤガヤ・・・書くだけでなく隣の方とACPについて話をされていました。辻先生もラウンドし相談を受けてくれました。とても充実した研修会でした。 こころの準備シート・説明文書を多めに準備していましたが、「姉と一緒に、夫と一緒に書きます。」と殆ど持ち帰りいただきました。
6月18日	木	9:30 ～ 11:00	理学療法士協会 出張講座 場所：九度山町 サロン夢 参加者：10名 内容：「健康寿命」 講師：横田整形外科 中野庸介理学療法士 参加者は72歳～90歳代の10名 健康寿命を延ばすにはまず運動。運動の効果に年齢は関係ありません。 加齢により運動の効果はゆっくりになりますが必ず効果はありますので 「年だから・・・」とあきらめないこと。多くの運動はしなくていいので、腕を振るだけでもいいので始めてみましょう。
6月19日	金	14:00 ～ 15:00	薬剤師会 出張講座 場所：橋本市 紀見地区公民館 参加者：48名 内容：「薬の正しい使い方」 講師：アオイ薬局 西前多香哉薬剤師 何故薬は少量の水、唾液だけで飲まない方が良いのか。 イソジンガーグルでうがいをした後は何故5分程そのままにしておいた方が良いか・・・等 何故を説明してくれたので納得していただけたようでした。 「とてもわかりやすい内容でした。」と好評でした。