

第30回家族会「今から始めよう！介護予防！！」 H29.1.21 (sat)

家族会もはや30回目を迎えることとなりました。足掛け5年…いろいろありましたが、こうして継続して行えていることは素直に嬉しく思います。これも協力してくれるスタッフ、参加してくれる患者さんやご家族、病院。大変多くの方々に協力をしてもらい今があります。本当にありがとうございます。

今回の家族会は介護予防についてわたくし原田がお話しさせていただきました。高齢者が増え、医療費と介護保険料などの社会保障費はうなぎのぼり…それをなんとかする1つの手段が介護予防。高齢になっても適切な量の運動をすれば身体機能は向上すること、運動すれば認知機能や口腔機能、排泄機能も向上することなどをお話しさせていただきました。

参加者の方々は患者さんやご家族を含めて、15名、スタッフ5名と計20名でした。スライドが見にくい部分もありましたが、みなさん一生懸命話を聞いていただき感謝の気持ちでいっぱいです。

参加者さん同士の話し合いの場でも、自分の体験をお話ししてくださいました。無理をしてしまう性格な方だそうで、退院後は無理をしないように自分で言い聞かせていました(^_^)

次回はいよいよ6年目に突入です。3月4日(土)に腰痛予防について当院理学療法士に話をしてもらいます。ぜひ多くの方々の参加をお待ちしております。よろしくお祈りします！

