

## “ころばん体操” 出前講座

各地域の“ころばん体操”に出向き、出前講座として講話を行っています。

1 「いつまでも自宅で暮らすために」（在宅医療）

講師：地域包括支援センター 久保 小百合

2 「がんばりすぎない介護を応援します」事例紹介

講師：医師会コーディネーター 南新 敦子

県医師会エンディングノート（マイライフ・ノート）の配布

※7月の講話から終了後に[アンケート](#)をいただいております。