

## ころばん体操出前講座活動報告(平成29年5月30日)

### 【講話】

- 1.「いつまでも自宅で暮らすために」地域包括支援センター保健師 久保小百合
- 2.「がんばりすぎない介護を応援します」  
在宅医療・介護連携推進事業コーディネーター 南新敦子

### 参加者の声

平成29年4月5日(水)大六野公民館(参加者10名)

いつまでも、大六野の自宅で暮らして行きたいと思います。元気で最期まで自宅で過ごしたいです。

訪問の診療について準備をしたいと思いました。

訪問看護については、まだあまり知りませんでした。

ころばん体操に来て、ここでおしゃべりをしたり、近所の人たちと繋がりを持って行きたいと思います。

(楽しい話ではなかったが、参考になったとの感想が聞かれました。まだまだこの体操にきて元気に自宅で過ごしたいと、皆さんが話されていました。)

平成29年4月13日(木)緑町公民館(参加者13名)

「ピンピンころりもいいけど、もったいないよなあ。昨日までは元気だったのに、って思う。少し一週間かな、一ヶ月か入院してから、亡くなりたかなあ...(笑)」

「自分たちも親を見てきたんだから、病院ばかりにまかせず、子供達にも頑張ってもらって介護をしてほしかよなあ」

むかしは、往診の先生がよく家に来て、看てもらっていたんだよねえ。

両親は介護保険のサービスが無い頃に亡くなってしまった。こんなサービスを受けられる事も知らなかった。これからは自分達はその順番になるので、参考にしていきたいと思いました。

(一つ一つの問いかけに、それぞれご意見を頂きながらの講話となりました。マイライフノートについても「これから必要になってくるよね。」とのご意見にうなずかれ、「家族や友人にも渡します。」と持ち帰っていただきました。)



(大六野公民館)



(緑町公民館)