

2024年1月18日

## 遠野地区第二回交流会

日 時：令和6年1月17日（水）10：00～12：00

場 所：遠野福祉センター会議室

参加者：5名

- 内 容：・娘と孫（小1）に助手として手伝って貰いハビリ体操からスタート先ずはお口の体操アイウエオの発声練習から始まり、口、手、足、膝、肩など椅子に座っての体操を実施しました。
- ・前回問題の多かった便秘対策について、端坂さんより資料を送っていただいたのでそれに基づき話し合いをしました。便秘対策は永遠のテーマとなりそうです。
  - ・私の症状ノートの記入によりお医者さんとの意思疎通が明確になることを確認、薬の服用におけるオンオフの問題も出てきました。
  - ・請願署名は今日現在で238名集まりましたので有効に生かしたいと思います。

次回は3月22日に開催します。レクレーションを取り入れた開催と今回答えられなかった問題がたくさんありましたので端坂さんに来ていただければと思っております。

追記、賛助会員1名ありました。合計8名になります。

代表世話人 菊池正晴、佐々木定則