

介護予防のためのサロン

2024年3月2日
サロンレポート

☆主催・高齢社会をよくする下関女性の会（ホーモイ） 代表 田中隆子
ホーモイURL・・・ <http://www.yg-life.net/homoj/>



桃の節句・春めく日々、何かしらウキウキして来るこの頃です。皆さんお元気で参加してくださいました。設立20周年記念祝賀会に色を添えてくださったアンサンブル・アボの演奏を、半年ぶりに楽しみ、高齢者の多いメンバーの方々にエネルギーを頂きました(参加総数18名)

健康講話

放射線を用いたがん治療

済生会下関総合病院 がん放射線治療看護認定看護師 倉富 彰さん

放射線治療の基礎知識

- ・ 診断・治療→放射線（発生装置を使って出します）
- ・ 核医学→放射能（放射能が出続ける）

放射線治療の目的

- ・ 根治的照射→腫瘍が限局していて放射線治療効果が期待できる場合に選択
- ・ 予防的照射→可視的な腫瘍は存在せず再発防止として選択（乳癌、子宮癌等の術後照射）
- ・ 姑息的照射→根治の期待はできないが症状を一過性に緩和する目的で選択（脊髄圧迫を有する骨転移、がん組織の腫瘍、出血等）



リズム体操(脳トレ)



▲じゃんけんに勝ったら手をにぎる、負けたらにげる

筋力トレーニング



アンサンブルABOの皆さん



▼伴奏に合わせて、歌いました



・・・・・・・・・・これからのサロンのご案内・・・・・・・・・・

場 所：下関市立大学体育館(上履き持参)

時 間：10:00～13:00

要予約 お弁当は希望者のみ
お茶は各自ご用意ください

※お休みするときの連絡先
083-253-1133(山野上)

