

出前講座報告書

実施日時	2022年 7月 16日 9:30～11:30	主催者名	津軽保健共同組織黒石支部
講師名	大川誠也	会場名	追子野木会館
テーマ	フレイル		
参加人数	24人	報告者	大川誠也 中西茉季

【講演内容】

- ・フレイルについての説明、またフレイル予防のための運動を行った。
- ・健康に関するウソ、ホント パート2を講演した。

《質問された内容など》

薬を何種類も飲んでいて、その飲み合わせで具合が悪くなっていると思うのだが、医師や薬剤師に聞いても、今の組み合わせでどういったことは起きないと言われる。本当なのか？→薬は1対1での組み合わせで飲み合わせを調べていますが、それ以上では行っていませんので起こる可能性は高くなります。

目薬をもらっているが、1本で2か月くらい使っている。今日の話では手を付けたら1か月と言っていたが大丈夫なのか？→目薬の種類や、防腐剤が入っているかどうかによっても変わってきますので、もらった薬局の薬剤師に聞いてみてください。

《気づいたことや今後の教訓など》大川誠也

- ・中西さんの運動がとても楽しかった。また行う際は中西さん指名でやってもらいたいです。
- ・今回は薬学生にフレイルの講演をしてもらったが、若い人のエネルギーをもらえたという意見もあり良かったと思う。

