

在宅医療相談室だより

発行：瀬谷区在宅医療相談室 〒246-0037 横浜市瀬谷区橋戸1-36-1 ☎ 045-520-3122

ごあいさつ

今年も、あちこちで大雨や土砂災害など、大きな災害が起こり多くの人が苦境に立たされていますね。被災された方々が少しでも早く日常に戻れることを、心よりお祈りしています。瀬谷区では、今のところ大きな災害はありませんが、暑さは年々ひどくなるばかりで、高齢者や小さい子供たちには厳しい夏となっています。みなさん、周囲のお年寄りに気を配り、お互い助け合っていきましょう。さて、在宅医療相談室は、ケアマネ資格を持つ看護師二人と、事務1人で業務にあたっています。今年、相談員1人が交代となり、新体制での活動となります。また、相談室業務に専念する時間がとれるようになり、相談室主催の事例検討会も適時行い、この地域の円滑な地域連携に貢献していければと思っています。

相談室の活用方法

在宅医療相談室では、区民や在宅現場のスタッフ対象に、講習会や相談会などをお受けしています。デイサービススタッフやヘルパーの不安解消や、区民向けのおむつ交換指導、褥瘡の予防や在宅療養のお話など、無料で伺うことができます。時間や場所、内容に関してはご相談の上調整します。

また、「どこに相談すればいいかわからない。」などの「困った」を、一緒に解決出来たらいいなと思っています。

在宅療養中の方や、どこにも病院にかかっていない方が、急に状態が変化するなど、どう対応したらよいかかわからない時は、一緒に訪問して、ご様子を見たり、受け入れのできる病院をご紹介します。急に退院が決まって、一旦は帰ったものの、やはり在宅は困難…などの時も、一緒に受け入れ先を探すことができます。現場のケアマネさんからのご相談お待ちしております。

平成28年度あく手の会活動報告

ファシリテーターからの発表

平成29年3月23日(木)

第一回 あく手の会が開催されました。

今回は、「介護者の会」ということで病気や年齢を問わず、介護をされているご家族をお招きしました。第一回ということで、少人数、小グループで思いのたけを話して頂きました。家族ならではの喧嘩、面と向かって口に出せない思い、辛かったり、苦しかったり、おかしかったり引きこもものお話が、各グループから飛び出しました。やがて、自分一人ではないこと、耳寄りな情報、あらたな知識を胸に、笑顔で終了しました。



グループワークでは
たくさん体験談が...



あく手の会
スタッフ!!



第一回の講師は、瀬谷医院の川口先生でした。各グループの発表を聴いて、今出席者が聴きたいこと、知りたいことを素早くキャッチして、わかりやすく話して頂きました。参加者の皆さん、くぎ付けでした!



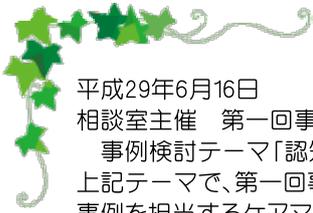
あく手の会について

あく手の会は、瀬谷区在住で介護をされている方を対象に、介護者同士が互いに支えあう場所、介護に関する学びの場所、将来の不安を軽くできる場所を提供することにより、介護で疲弊することによる様々な問題を解消することを目的として、近隣区の居宅介護事業所の有志と、瀬谷区在宅医療相談室が中心となって企画、運営する任意団体です。

次回あく手の会は「神経難病の家族を抱える介護者の会」を企画中です。

Akushu





平成29年6月16日

相談室主催 第一回事例検討会

事例検討テーマ「認知症を持つ高齢独居者と、介護力の不足する家族をどう支えるか」
上記テーマで、第一回事例検討会を開催しました。

事例を担当するケアマネ、看護師、ヘルパー、訪問看護ステーション管理者、デイサービス担当者、地域包括支援センター3か所、瀬谷区高齢障害支援課2名、そして主治医も交えて計13名で事例検討会を行いました。

冬の低体温、夏の熱中症、低栄養、認知症の知識の不足など、危険な状況の中で、地域での見守りやサービスの導入を行い、少しずつ安定した在宅生活を送れるようになるまでの、支援を振り返りつつ、今後の方向性を話し合いました。



瀬谷ふたつばし病院 地域交流会 平成29年7月29日 (土) 17:00~18:00

瀬谷区在宅医療相談室では、瀬谷区内の病院との連携を強化し、いつでもスムーズな医療連携が出来る事を目指しています。この度、瀬谷ふたつばし病院が、新たな体制を整え、地域に根差した病院づくりを目標に地域交流会を行うこととなり、医師会のバックアップとともに、在宅医療相談室が、交流会の後援を行いました。

当日、瀬谷区内外から訪問看護ステーション管理者や、ケアマネなど30名以上が集まり、地域交流を深めました。

救急病院ではなく、地域のニーズにこたえる病院として、体制も見直すなど、地域連携への熱い思いが感じられる交流会となりました。藤原里沙院長先生の骨粗しょう症のミニ講義もあり、とても有意義な交流会となりました。



29年度前半 活動予定

平成29年8月24日(木) 18:00~20:00 瀬谷区高齢・障害支援課瀬谷区在宅医療相談室共催
『セルフコントロールを学ぶ ～元気に仕事と向き合える術～』 講師：大野 裕氏

平成29年9月5日(火) 19:00~20:45 第一回瀬谷区在宅高齢者サポートネットワーク全体連絡会
区レベル地域ケア会議

平成29年9月12日(火) 13:30~15:00 介護者の集い オープン講座 医療講演会『看取りについて』
講師 せや在宅クリニック 大村 在幸先生、瀬谷区在宅医療相談室 大嶽 朋子

介護職向け

けあのつぼ



夏なので、**熱中症**の話。熱中症は、高温の環境下で体内の水分や塩分のバランスが崩れたり、体内の調節機能が壊れたりして発症する障害の総称で、死に至る恐れのある病態です。最近、熱中症の話がうるさいくらいに出ていて、エアコンを使うようになったお年寄りも増えてきました。でも、まだまだエアコン拒否の方もいて、説明してもなかなか納得していただけないこともありますね。また、エアコンがあっても壊れていたり、そもそもなかったりということもあります。そんな時は、とにかく空気の通り道を作ること、水分をこまめにとらせることが大事です。水分と言っても水だけバカバカ飲むと水中毒という恐ろしい病気も発症してしまいます。なので、水は一度に飲まずちびちびと。

汗をたくさんかいている時には経口補水液(OS1など)が有効です。汗と一緒にナトリウムやカリウム、マグネシウム、カルシウムなども失われるので、もし補水液がなければ、**水1リットルに食塩小匙1/2、水分の吸収を早めるために砂糖大匙1/4、これにレモン果汁など加えて**飲みやすくしてくださいね。



美しい瀬谷：よく、瀬谷区を知っている方に「横浜とは思えない」と言われる事があります。

自虐的に「横浜の子ベットだから…」などと笑って答えたりしていましたが、なんのなんの、瀬谷区は自然に恵まれた、穏やかで美しい街ですよね。ことに、上瀬谷通信隊跡地は、長らく米軍に管理されていたせいもあり、人工的な建造物も少なく、たくさんの動植物が自然の生態系を保っていて、本当に素晴らしい場所です。先日海軍道路にある畑で、キジのつがいの仲睦まじい姿を目にしました。きっともうすぐ小さなひなを従えて、森の中を歩く姿が見られると思います。

いろいろな思惑が渦巻く通信隊跡地ですが、瀬谷の宝物なんですよ。。



瀬谷区在宅医療相談室 編集 大嶽 朋子