

瀬谷区 在宅医療相談室だより

発行:瀬谷区在宅医療相談室

〒246-0021 横浜市瀬谷区二ツ橋町 489-46 ☎ 045-520-3122



5月27日 せやまるカフェ 「アルコール問題を抱える方への支援について」



神奈川病院院長 玉澤 彰英先生をお招きし、アルコール依存に関する勉強会を開催した。高齢障害支援課との共催で、高齢者のアルコール依存や高齢者家族のアルコール依存に日々奮闘している地域の多職種を対象とした。実際の事例を通して、制度や疾患の理解、薬物療法や支援の方向性などを学び、有意義な勉強会となった。

7月22日 神奈川臨床倫理研究会(かなりん)IN瀬谷
事例検討「必要な支援を受け入れない独居療養者への支援」

ファシリテーター北里大学看護学部准教授 長尾 式子氏、

帝京大学教授 金城 廉太郎先生

東海大学教授 竹下 啓先生による総合討論と事例解説

訪問看護連絡会と共に瀬谷区にお招きして、地域に向けて

医療倫理的なアセスメントでの事例検討会を行った。当日、区内多職種のほかに区外からも参加者があり、熱気のある勉強会となった。



9月13日 区レベルケア会議 「見守りツールの活用について~その後の効果を知る~」

瀬谷区高齢障害支援課との共催で、毎年1回~2回行われる。前年度「孤立者への支援」を検討する中でキーワードとなった「見守り」。そのツールとして「安心カード」や個々の地区での見守りツールがどのように活用されているか、現状までの経過報告のあと、活用状況についてグループディスカッションが行われた。そこで、救急現場での問題や、区民の要望などに課題が残り、今後も地域としての検討課題となった。多職種連絡会の代表、病院連携室、社協、自治会代表、包括支援センター、ケアプラザ代表等で話し合われた。

11月30日 市民啓発講演会 テーマ:在宅看取りで救急車!?

県医師会、区医師会、瀬谷消防署、訪問看護連絡会、主マネ会、ケアマネットと共にサブタイトルを「救急現場における心肺蘇生を望まない傷病者への対応と在宅医療のありかた」とし、消防・警察・医師、それぞれの立場で「もしもの時の対応について」講演していただいだ。シンポジウムでは、来場者からたくさんの質問を頂き、とても有意義な講演会となった。

令和元年度 活動報告

ごあいさつ

令和に入り、初めての発行です。

今年度の活動を報告させて頂きたいと思います。今年度は在宅看取りに関連した講演会などを2つ開催しました。これからも、もしもの話を気軽にでき、一人暮らしでも安心して在宅療養を出来る瀬谷区を維持できるように活動していきたいと思います。

12月9日 第17回瀬谷区医療・福祉セミナー

今年も東海大学教授 竹下 啓先生をお招きし、「医療倫理の4原則と4分割表の活用」について講義をして頂いた。訪問看護連絡会、高齢障害支援課、西部病院ホームケア係と共に、訪問看護ステーションスタッフやケアマネを対象に開催した。グループワークでは活発な意見交換が出来、医療倫理に関しての理解を深めることが出来た。



2月1日 市民啓発講演会 テーマ:看取りと家族の心のケア

1部:映画「ピア～まちをつなぐもの～」上映会2部:シンポジウム「大切な人を見送るということ」シンポジストには瀬谷区内で在宅療養を支える仲間をお招きし、市医師会、区医師会、高齢障害支援課、ケアマネット、訪問看護連絡会、主マネ会と共に開催した。来場者は医療介護職や一般区民がほとんどで、瀬谷区は安心して在宅療養ができるという言葉を頂いた。



2月14日 第4回 三師会とケアマネジャーの交流会



1部では武岡クリニック院長 武岡 裕文先生によるケアマネ向け「緊急時の対応について」の講義が行われた。2部では三師会とケアマネの交流会を行った。高齢障害支援課、主マネ会、ケアマネットと共に日頃、直接話す機会の少ない三師会の先生方と交流することで瀬谷区の在宅医療を活性化すること目的として開催した。和やかな雰囲気で交流することが出来、顔の見える関係づくりが出来た。



あく手の会 活動報告



6月25日(木)「詩音の会」(遺族の会)を開催した。最愛の方を亡くされた10名の方が参加され、心理カウンセラーで音楽療法セラピストの講師をお招きし、心理学で活用する箱庭をみんなで触ってみましょうという企画(専門家主導で1人1個ずつパートを置き、全員がパートを置くと、それを見ながら、季節や風や匂い、天気、なぜそこにおいたのかなど、それぞれの感じたままに話す)、歌を聴いたり歌ったり、それぞれの自由な話をお茶やお菓子を食べながら過ごした。最後は「あく手の会」らしく参加者全員で握手をした。今回も泣いてしまう人、前回よりも元気になった人、初めて来てあまり話せなかつた人、それぞれの想いはあったが、「また参加したい!」との声が沢山ありとても充実した会となつた。

9月12日(木)「認知症の方を支えるご家族の会」を開催した。参加者の皆様・スタッフがそれぞれ自己紹介をした後、日々抱えている悩みや介護の工夫、気分転換の方法等の話ができ、「あーそうやってるんだね。」「わかる!わかる!家もそう!」など盛り上がり、同じ疾患を抱える方を支えているご家族同士ならではの情報交換が行えた。後半は瀬谷医院の川口浩人医師による「認知症患者とのやさしい接し方」の講義をしていただき、認知症の疾患についての心構え・どう接していくべきか・周辺症状に合わせた具体的な対応方法等、実践できる内容で、質疑応答では直接医師に認知症についての質問をすることができ、参加者だけでなくスタッフも学びの場となつた。

12月19日(木) 介護者の会、詩音の会合同の「芋煮会」を開催。12月に温かい芋煮やおにぎり等を食べながら、和やかな雰囲気で、泣いたり笑つたり自由に話をして頂いた。区役所高齢障害支援課係長、二ツ橋第2地域ケアプラザ主任ケアマネジャー井上さんにもご出席頂き、音楽セラピストの遠藤さんを招き、ウクレレ演奏に合わせてみんなで合唱した。

2月1日 映画「ピア」上映会＆シンポジウム「大切な人を見送るということ」に代表の渡邊さんがシンポジストとして参加した。瀬谷区を代表とする支援者たちとこの場に参加できることを心より感謝しますと共に、今後もこのあく手の会でできる活動を広げ益々、介護をされている方、遺族の方々のお力になれるよう努力していきたいと改めて再認識する場となつた。



もしもの話を身近に…

もし、自分が余命半年から1年くらいと言われたら…最期の時までどのように生きたいのか考えたことがありますか？

ACP(アドバンスケアプランニング)はまず、自分がどうしたいのかを考え、意思表明することから始まります。

しかし、漠然と「どうしたい？」と聞かれても難しいですよね。

『もしバナカード』というものをご存じでしょうか？米国の医師と患者のコミュニケーションツール“Go Wish Game”というカードゲームを日本語に訳したもので、カードゲームを通して自分の本当の思いを知り、他者と共有することで新たな考えに気付くこともあります。今までに医師、ケアマネ、包括、区民



に体験していただきました。体験した皆さんからは「もしもの話を楽しく話すことが出来た。」「自分がどう生きたいのか整理することが出来た。」などの意見を頂いております。エンディングノートを書く前やもしもの話をする前などに活用することができると思います。相談室にカードがありますので、体験してみたいなどお気軽にお問い合わせください。

介護者向け ケアのツボ

乾燥が気になるこの季節、皮膚が乾燥するとバリア機能が低下し、皮膚トラブルが起こりやすくなります。バリア機能は、外部の刺激(紫外線や細菌など)から肌を守る大切な役割をもっているのですが、高齢者の皮膚は薄いうえに乾燥しており、バリア機能が低下しているので、細菌に感染しやすいです。衣服やおむつのちょっとした摩擦でも傷ついてしまい、そこから感染してしまいます。しっかりと、肌に合った保湿をすることで皮膚トラブルのリスクは低下し、「老人性乾皮症」の症状も落ち着きます。お風呂上りなどに全身の保湿を心掛けてみてください♪

2020年いよいよ夏には東京オリンピックが開催されます。

前回、東京でオリンピックが開催されたのは1964年(昭和39年)10月10日でした。その年に世界初の高速鉄道「東海道新幹線」が開業しました。当時の東京-新大阪間の運賃料金はひかり号で2480円でした。56年でこんなに経済が発展したことに驚かされます。瀬谷区の在宅医療もぐんぐん発展できるように、医師・ケアマネ・訪問看護師・介護職・包括・行政みんなで力を合わせて連携できるようにしていきたいですね。感染症・花粉症など怖い季節ではありますが、体調に十分お気をつけください。

