

ころばん体操 出前講座 岳釜公民館

平成28年7月22日(金) 9:30~11:30

参加者 計 26 名 (男性4名 女性22名)

【講話】

I・「いつまでも自宅で暮らすために」・・・(在宅医療)

いちき串木野市包括支援センター 保健師久保小百合

日本人の死亡率は・・・人は必ず亡くなる 100%の死亡率です。どこで最期を迎えたいか、どんな生活を受けながら最期を迎えたいか一人一人がこれを機会に考えてみてください。2025年問題について・・・踏まえて高齢化社会となっていく。いちき串木野市はすでに65歳以上が30%を超えている。国は施設や病院を増やさない方向で進めています。地域で支え合って元気で自宅で過ごしていけることが大事です。市が行った地域のアンケートでも自宅で最期まで暮らしていきたい人が41%、考えたことがない人36.3% 病院の人は11%でした。やはり自宅で最期まで暮らしたい人が多いです。



II・「がんばりすぎない介護を応援します」 退院支援について

いちき串木野市医師会 在宅医療推進コーディネーター 南新 敦子

- ・訪問の看護師やリハビリのスタッフの支援もサービスで受けられます。ご家族の介護負担がすこしでも軽減できるようにサポートしていく相談も受けています。介護度が高い患者さんでも、家族や本人の意向に沿って入院中からサポートしながら自宅に帰るための準備をしていきます。

IIIパンフレット:「がんばりすぎない介護を応援します」紹介 マイライフノートの紹介と説明

【参加者の声】

- ・マイライフノートを娘と一緒に書こうと思う。
- ・「ころばん体操」のおかげで年を取らない。若返ったかも～
- ・健康寿命からすでに10年は過ぎている。
- ・在宅は希望するけど実際は難しいと思っている。
- ・在宅医療の費用はどうなっているか？
- ・ためになる話を聞いて良かった。
- ・その時になれば相談したいと思う。

マイライフノート開いて考えたり、講話後のアンケートにも熱心に書いていただきました。

