

ころばん体操 出前講座 元町公民館

平成28年8月26日(金) 13:30~15:00

参加者 計11名 (男性1名 女性10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・・・？ 会場に質問

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、どんな生活を続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。健康年齢は、だいたい10年とされています。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。が介護が必要になってしまう事もこれから少し考えてみていただきたいと思っています。

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くいます。



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・介護連携推進事業 コーディネーター 南新 敦子

- 退院に向けて入院中から院内スタッフ、在宅関係スタッフが連携を取り在宅生活への準備を支援します。ご家族の介護負担がすこしでも軽くできるようにサポートしていく相談も受けています。介護度や高い患者さんや医療が必要な時でも、訪問看護等を利用しながら自宅生活を続けられるようサポートしていきます。家族や、ご本人の思いに沿って在宅での生活を希望され退院された事例を聞いて在宅支援のイメージを知っていただきたいと思います。

参加者の声

介護のお話を聞いたが、費用の事も心配、もう少し費用についても聞きたいと思いました。

今まで気にしていなかったのでこの先、勉強していきたい。

「自宅で介護してほしいけど、家族に迷惑をかけるからねえ～」

の声に皆さんが、うなずいていらっしゃる場面がありました。

マイライフノートに「これが、ほしいと思っていたのよ！」の声も・・・。

体操の後の暑い中にも関わらず熱心にお話を聞いていただきました。マイライフノートを夫にも書いてもらいます。話された方もいらっしゃいました。