

令和元年9月13日(金)出前講座 浜西公民館 13:30~15:00(参加者12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 久保 小百合

地域包括ケアシステムとは、出来るだけ住み慣れた自分の家で暮らして行けるように、医療や介護、福祉、地域で連携して支える仕組み、体制になります。今、いちき串木野市もこの体制を整えるために地域の関係する職種や行政が協力して取り組んでいます。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年と言われていいます。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あります。どこでどう暮らしたいか、誰に介護してほしいかなどを、元気な時に考えておいて頂きたいと思っています。在宅での看取りなど本人やご家族の強い意思や思いが大事になってきます。

II 「がんばりすぎない介護を応援します」

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

このいちき串木野市の医療機関や介護の関係する機関が協力して、入院した患者さんが安心して自宅生活に戻するための準備をして退院ができるような取組を進めています。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。介護度が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、ご本人の想いに沿って在宅での生活を希望され退院された方の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。これからはご本人や家族の想いに沿った支援ができるよう医療も介護も連携を取って進めています。ご本人が自分の想いを伝える為のメッセージを残しておく手段としてマイライフノートをお勧めしています。

【参加者の声】

- いつまでも、自分の家で暮らして行きたいと思っています。
- 元気で、出来る限り長く、自分の家で暮らして行けたら一番いいですね。
- 健康寿命年齢って平均は低いんですね、この人たちはもうとっくにその年齢を越している人が多いよね…
- やっぱり、寝たきりの人を自宅で介護するのは、すごく大変だと思います。「できない」と思う…
- 自分がどうしたいか…「思う事を書いて置くことは大切だね。」「元気な内に書いて置かないとね。」
- 「主人にも書かせておかないと…」
- 毎回、娘と孫から今日聞いたような話をされます。

在宅医療の選択について、“ご本人、家族の心構えが重要”との話に皆さんが深く肯いて聴いて頂いたところがとても印象的でした。まだまだ実感がわからないという思いもありましたが「元気な内に自分の想いを書くことは必要だね」と皆さんで話され「マイライフノート」をご主人にもと持って帰っていただきました。