



# 幸樹

こう じゅ

## 第45号

2018年12月1日

発行・一般社団法人幸樹会「幸樹」編集委員会  
……………幸樹会事業所……………

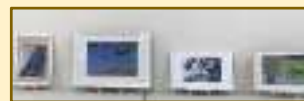
からたち薬局・介護ショップからたち ☎047-710-2785  
あんず訪問看護ステーション ☎047-701-5559  
あんず居宅介護支援事業所 ☎047-701-5558  
ケアステーションゆず ☎047-701-5506  
看護小規模多機能型居宅介護さんしょう ☎047-710-0331  
幸樹会本部 ☎047-701-7550  
〒270-2254 千葉県松戸市河原塚 411-1 幸樹会館



絵・井上 忠司

### 2人展を挙行(強行!?)

村里恵看護師(写真下)が思い立って、井上さんの「鳥」シリーズの絵と自分のイラストの展覧会を11/4-7に「あつまーれ幸樹」で行いました。「あつまーれ幸樹」は地域の皆様にも開放しています。集いの場、通いの場、企画実現の場としてご活用ください。問合せ・本部へ。



## 第18回地域交流カフェ 12月18日(火)、12時から

●場所：さんしょうリビング●

# クリスマスを楽しみましょう



岡野牧師のお話、聖歌隊の合唱、さんしょう合唱団

職員ハンドベル部演奏

★自分のパス・ケースを作ろう★

●参加自由です、ぜひご参加ください●



## 「在宅看取りを語り考える会」ミニ講座要旨

10月に開催した「看取りを語り考える会」(勇美財団助成事業)で、『人生の最終段階の医療と、最良の選択』というテーマでお話しされた高林克日己先生(写真、三和病院顧問・前千葉大病院副院長)の講演要旨をご紹介します。



# 事前指示書・かかりつけ医・在宅医療を進めることが重要です

今、少子超高齢化・人口減少社会が進行する中で、日本の人口はピークを越え、ジェットコースターのような急降下が始まっています。いまのままなら2100年頃は人口5000万人程度になると予測されています。少子化対策などがあっても、それでも確実に人口減少はやってきます。65歳以上の高齢化率は2030年31.8%、2030年39.6%と予測されており、社会構造や国民生活にも大きな変化をもたらすと思います。

75歳以上の高齢者数が増加し、医療や介護が必要になってくる方々が増えてきます。医療費の増大、医師・看護師数、病院・病床数の推移を考えても、いままでのままの医療を続けていくことは、10年以内に不可能になるでしょう。“入院先が見つからない”ということは地方でなく、特に千葉・東京などの都市部で起こってくることです。

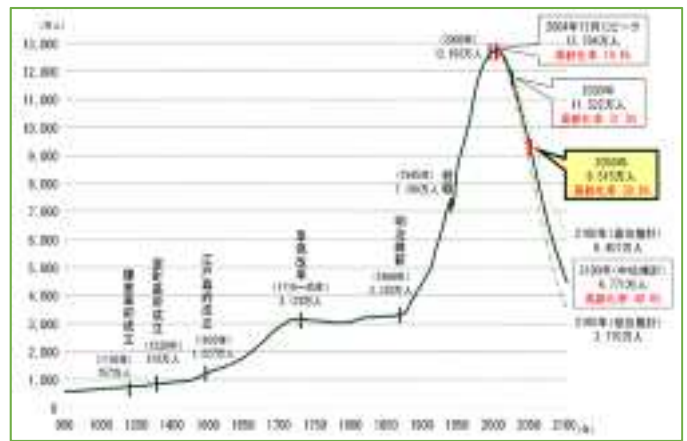
したがって、高齢者の医療需要に応える医療機能の再編戦略や、在宅医療・介護の充実などへ、発想の転換をはかることが必要なのだと思います。

誰でも最良の医療を受ける権利があり、そのため最新機器が備わっている大病院にかかることが最善と考えることは自然なことです。しかし高齢者にとってはその最新医療を受けることが逆に苦痛につながる場合があります。医師にとって、目の前に心臓が止まった患者さんがいるときに、心臓マッサージで息を吹き返らせることを試みるのか、あるいは静かに看取るのかの判断は容易ではありません。もしその患者さんが若年で初対面であったら考える間もなく救命処置を始めるでしょう。しかしその患者さんを長い間診てきていて、本人の命がもう燃え尽きるころにあり、かつ本人がどう考えているのかを熟知している場合は判断が変わってくるでしょう。

長い間このような経験を踏んで、私は事前指示書なるものを広めようと考え始めました。

それは死期が近くかつ自分で意思が表現できないような状況では、本人が前もって自分の診療に関する

## 日本の人口は急激に減少する!?(国交省国土審議会)



希望を書いた指示書に従うというものです。

私はその事前指示書をつくり、おそろおそろ義父に渡したら、「これが欲しかった」と喜んでくれました。実際彼は89歳まで現役で働いて脳梗塞で倒れた後、この一枚の紙を医師に見せることで尊厳ある死を選ぶことができました。

しかし、実父の場合は違っていました。もう食べることもできなくなっていた父がこの書類をみせても、救急車で3次救急病院に運ばれ、それなりの処置を受け亡くなりました。先進国では事前指示書が法制化されつつありますが、日本では法的根拠がないので、救急隊に連絡すれば、救急車は救命第一で救急病院に運びます。せめてかかりつけ医がいたら、高度な救急救命措置ではなく、適切な処置の中で静かに看取ってもらうことができたでしょう。

私は、地域の高齢者の皆さんが安心して入院できる病院づくり、そして事前指示書・かかりつけ医・在宅医療を推進したいと思い三和病院に参りました。

私と渡邊聡枝先生の二人の医師を中心に本格的に在宅医療を始めてから2年半が過ぎました。

在宅では患者さんの生活第一なので、その暮らしを尊重して医療も行われます。入院中より明るい人々の笑顔をみることが出来ます。そして、最期まで自宅やさんしょうで看取った方々も増えてきましたが、みんな安らかで幸せそうでした。

余命は長くはないと思われる一人暮らしの男性が在宅で頑張り続け、春に幸樹会の訪問看護師・ヘルパーさんたちに囲まれて部屋の中で花見の会をやったかと思うと、今度は先週焼肉屋で会食会をやったそうです。幸せな方だと思いますね。

私は、毎年計20数回の膠原病・リウマチ患者さんのための海外旅行を実施してきました。大変重度な方が旅行に行くと元気になるんです。同じようなことが在宅生活で起こります。自らの意思で自由に判断し、在宅医療・訪問看護や在宅介護を受けて、最後まで自分の人生を全うできる方は、とても幸せな方なのです。

## あんず居宅会議支援事業所・石原育子

11月1日に、あつまーれ幸樹で開かれた「介護者の集い」（東部包括支援センター主催、幸樹会協力）に参加させていただきました。ご家族の介護をされている方、看取られた方、参考のためにという方、職員など34名が参加されました（写真下）。

皆さんのお話は、ケアマネジャーの私にとっても、驚きと感銘を受ける内容でした。



## 「新しい発見や生きがい、友人との交流が支え」

「主人を介護していて泣きたくなる現実があるが、夫婦や家族の良い関係性がうまれ、新しい発見があり生きがいもあります。年に数回の友達との交流が心のおおきな支えになっています」

「夫は昔から自分にとっても愛情をもって良くしてくれたので、その分お世話をしたいと思っている。専門知識を活かして、目でも楽しめるペースト食を作っている。おいしいと言ってくれるので頑張れます」

「認知症の親に対して、本人の意思決定を尊重して、ゆっくり支援を心がけた。同じ話を繰り返しているが、その都度対応してきました」

「妻の介護をして、家事というものがここまで大変だったとは思わなかった。主婦の大変さがわかった」

「生活支援や介護・看護をしてくれているヘルパー・訪問看護師のみなさんの社会的評価をもっと高めて給料や介護報酬を上げるべきだ」

「今、介護を終えて、さびしい気持ちもある…」

皆様、大変な時期や戸惑い・葛藤・模索の日々をどうやって乗り越え、この愛情あるお話となったのか？穏やか雰囲気の中、涙も笑いもありのお話でした。

専門職として、何が出来るのかを考えさせられた「介護者の集い」でした。支援者の一人として、家族の皆さまの声にも耳を傾け、一緒に前を向いてより良い介護にとりくんでいきたいと思ひます。



## 市川動植物園へ遠足

絶好の外出日和となった11月27日、さんしょう利用者14名職員14名で市川動植物園へでかけました。

着くころには汗ばむくらいの秋晴れ、園内は木々の紅葉も見られ、家族連れでにぎわっています。

まずは腹ごしらえ!! メニューはコロケサンド・卵サンド・餡マーガリンサンドとコンソメスープ・サラダ・デザートです。皆さん普段とは違う環境での食事でしたが、わいわい楽しく食べました。

お腹もいっぱいになったところで園内見学に出発です。まずは人気者レッサーパンダとご対面、かわいらしい顔のレッサーパンダに皆さんの顔もほころんでいます。続いて、小動物のミーヤキヤット・小さなサル達・カワウソのエリアへ。小さく動きが早い動物たちに目が回るようでした。その先には、日本猿の大きな猿山が待ち構えていました。うたた寝する猿や毛づくろいする猿、追いかけてこする猿など様々。どの猿がボスなのかはちょっと分かりませんでした。

中盤を過ぎ鳥たちのゾーンにやってきました。鮮やかなフラミンゴには皆さん目を奪われました。ちょうどお昼ご飯タイムで食事をする鳥たちを見る事が出来ました。

園内一番奥のゾーンに到着して、ベンチに座り一休み。小さな子供たちとのふれあいもあり皆さん疲れも吹っ飛びます。その後ろをミニ鉄道が走っています。「皆で乗りましょう!」の一声。職員と一緒に乗車。最初は乗る気がしなかったかもしれない方も乗れば皆笑顔!! 乗り物って楽しい。

最期にオラウータンの母子とご対面。たどたどしい動きの子オラウータンに一喜一憂、締めくくり最高の笑顔が見られました。

天気にも恵まれ、安全に外出でき最高の1日となりました。

(西川智恵)

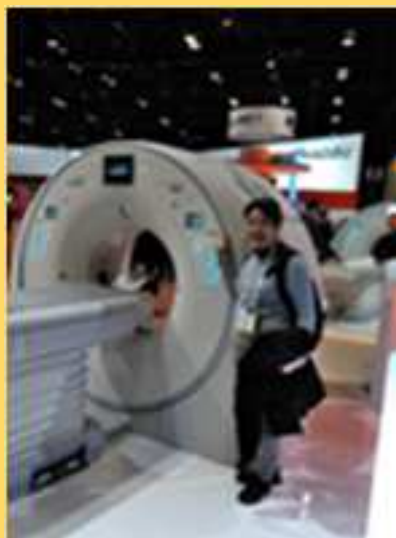


## デンマーク便り...⑪

ラスムッセン 京子

### シカゴでの学会参加中です

11/25～30、シカゴで開かれている放射線科医にとって世界のイベントと言っている北米放射線学会(RSNA)の会議に参加しています。この北米放射線学会は約5.4万人の会員数を誇り、その約30%が海外の会員です。参加者は医師、放射線技師、医療物理管理者です。会員数に近い参加者があり、デンマークからは105名が参加しています。医療物理管理者とは、放射線医学における物理的・技術的課題に関する専門技術者で、放射線被曝を最小限に抑え副作用を少なくするよう制御したり、放射線同位元素を使って診断や治療をするPET((陽電子放出断層撮影)等の核医学関係の装置の管理や開発をする専門職です。CT等の画像検査では、通常部位を絞って検査を行います。PET検査では、全身を一度に調べることが出来ます。



その他には医療機器会社が663社、この関係者もかなりの数参加しています。展示面積は3.8万㎡余、建物は東西南北に分かれており、それを3階の渡り廊下で連絡しています。

昨日、私は講義や学術発表のあるお部屋に移動するのに18,290歩も一日で歩きました。朝8時半から夕方6時頃迄、びっしり組まれたプログラムを参加者はお部屋を探しながら移動するのです。お昼を食べている暇がなくてバナナを歩きながら食べたりしている若いお医者さんも見かけます。私はそれでもちゃんと座って食事だけは摂っています。でも実は会場を講義時間内にプログラムの都合で移動する時、建物間を走ったりしているふとどき者です。

スマートフォンを使ってケースレポートに診断を回答するという眠気覚ましのセッションが午後遅い時間にあり、まるで専門医過程の試験のような緊張感があるので大好きなのですが、何と時差ボケで途中居眠りして全問回答していません。ああ、前は可成りの好成績でひそかにほくそ笑んでいたのに…。明日は頑張るぞと、昨夜は、夕食をキャンセルしてホテルで寝ていました。今朝は、睡眠十分で元気です。

## 「ルームシャンプー」体験

幸樹会の訪問看護師やヘルパーは、創意工夫してベッド上での洗髪や身体の洗浄も行います。最大限の気配りをして行っていますが、それでも衣類やマットを濡らしてしまう心配がありました。そこで、今回「ルームシャンプー」という商品のデモをもらいました。服を着たまま、座ったまま、ベッドに寝たまま、ご自宅の掃除機に繋いだルームシャンプーを使って、水を噴きつけ瞬時に吸い込むことで、たった5分、1リットルの水でシャンプーができます。専用スポンジを付ければ、洗身もできます。驚きでした。新しい商品や技術も取り入れて、安心・安全・便利に快適に過ぎしていただけるようにしたいと思います。



### 赤ちゃん誕生



南雲朋子看護師に、11月9日、第2子になる晴花(はるか)ちゃんが誕生しました。大輔くんの妹です。おめでとうございます。

### 八柱学習会

●前回報告 11月16日(金)。助言者 武井幸穂氏「ケア事例報告」・大塚かすみ(あんず訪問看護ST) 20人参加。複数の重い病気を抱えた方が、「自宅で暮らしたい」と退院。訪問看護・介護等を利用していたが、通い・泊まりの機能がある看多機さんしょうを利用した結果、闘病意欲と自己管理の向上などで生活が改善してきたことの報告。通い・泊まり・訪問看護・訪問介護を一つの事業所で一体的に提供していること利用者同士の交流が、ひとり一人の病状と生活改善につながる看護職規模多機能型居宅介護の良さがよくわかるという声が多くありました。

▼次回学習会予定(「定例日:毎月第3金曜日)

●12月21日(金)、18:30～、「認知症ケアについて」…絵本『だいじょうぶだよーぼくのおばあちゃんー』(さく・長谷川和夫、え・池田げんえい)を読みながら…

報告者・浅尾いずみ(ゆず所長・介護福祉士)

場所:幸樹会館2階会議室《参加自由》

**職員募集!** 非営利・働きがいある職場  
**薬剤師・看護師・介護職員**

●無資格の方もご相談を。資格取得支援制度あり  
問い合わせ:本部中野まで、☎047-701-7550

今月の屋上太陽光発電量は、

**562KW**

幸樹会館電力使用量 4332KW 自給率 12.97%

