

チームけせんの和 だより

2015

vol.4

新年号

発行 チームけせんの和

〒029-2205 岩手県陸前高田市高田町字鳴石42-5 TEL 0192-54-2111 FAX 0192-55-6118

新年に寄せて

陸前高田市民生部長 菅野利尚



明けましておめでとうございます。

皆様には、健やかに新年を迎えられたことをお慶び申し上げます。

震災から5年目を迎える平成27年がはじまりました。

平成26年度は、陸前高田市にとっては、復興展開期の初年度であり、多くの防災集団移転事業による高台の造成や下野災害公営住宅が開設

されるなど被災者が、仮設住宅から恒久的な住宅へと移動を開始した年となりました。平成27年度は、この動きが本格的に進み、これに伴い地域コミュニティの再編が進行することが予想されます。

陸前高田市は、震災前から人口減少と高齢化が進行し、高齢者の独り暮らしや高齢者だけの世帯も多く見受けられるようになっており、住み慣れた地域で人間らしい生活を最期まで送ることができる環境整備が必要とされていました。

また陸前高田市は、震災復興計画の中に「世界に誇れる美しいまちづくり」を掲げております。これは、自然の美しさや街並みの美しさだけでなく、そこに住む人たちが優しさにあふれ、支えることや支えられることがあたりまえのこととして行われる「誰もが住んでみたい」と思える復興陸前高田市の姿を目指しているものであります。これを具体的に進める一つの方向として「ノーマライゼーションという言葉のいらぬまち」を掲げています。障がいのある方も、高齢の方も妊婦さんも誰もが行きたいと思うところへ自由に行くことができる、そんな世界のどこにも未だない“まち”を実現する志を掲げています。

この実現のためには、「人間は、生まれながらに等しく権利を有している」という極めて基本的な認識を共有することが必要です。このことを基本に、高齢者や乳幼児、妊産婦、障がいのある方など、配慮を必要とする方が当然の権利として配慮され、支援されることが必要です。とりわけ、加齢に伴う高齢化は、人間として誰もが避けては通ることのできない人生のステージであり、高齢になって日常生活の行動が不自由になっても、最後まで人としての尊厳を持って生きぬくためには、介護・医療・住まい・生活支援・予防を、人間中心に一体的に考え取り組むことが重要であると思います。このことは、個人の努力だけではできません。個人に関係する機関や施設、関連する多様な職種の連携が必要とされます。その多職種の方々が、最後まで人間らしく過ごさせてあげたいという思いが一つになって関わるということが重要であると考えています。これは、誰もが「望むこと」であり、決して難しいことではなく実現可能なことであると思っています。

「陸前高田の在宅療養を支える会（チームけせんの和）」は、希望を持ってその実現のために歩みを進めればいつか実現するものと思っています。平成27年のチームけせんの和が、大きく広がることを願っています。ともに、がんばりましょう！



チームけせんの和に寄せて

高寿園・給食サービス部長 菅原 由紀枝

栄養士は通常、病院・施設・事業所など、喫食者が多く食事・栄養・衛生管理が必要なところでは設置基準により必ずあります。施設では、個別栄養ケアとなっています。治療食はもとより、嗜好の対応、選択食、栄養補給等がなされています。栄養ケア・マネジメントの品質管理は、介護保険においても栄養管理の機能や成果の評価を行なうなどの継続的な改善が求められています。

かたや在宅の方は介護負担が多いです。独居や高齢者世帯が多く、病院から患者様が帰ってくる場合でも、人工肛門、人工呼吸、在宅酸素、吸引、胃瘻、食形態などケアの複雑さに介護者がストレスを抱え、在宅生活が困難になる場合があります。

栄養問題で困っている方がいらっしゃったら、一度ご相談ください。栄養の問題は放っておいても良くなる訳ではなく、時間が経てば状態は悪くなり、低栄養・褥瘡・貧血・合併症・過栄養による高度肥満等、改善するのに時間がかかります。1人でも多くの方の栄養問題が解決し、Q

OLが改善されることを願っています。在宅での栄養ケアサービスの需要が増大することが予測されています。

しかし、療養者に対して在宅訪問栄養食事指導を提供できる立場の管理栄養士は大変少ない状況です。また、健康の維持向けの食生活改善にも、情報普及と実践が必要です。

かかわる多職種と連携し、疾患・病状・栄養状態に適した栄養食事支援ができるように「チームけせんの和」が、「輪」となって実践活動もしていけると、願っております。今後とも、どうぞよろしくお願いいたします。



チームけせんの和 活動報告

H26年12月6日(土) 18:30~19:30

平成26年度 第4回研修会(32名参加)

テーマ:「地域包括ケアの実践」～宮城と北海道の取り組みから～

講師:北海道 京極町国保診療所 ひまわりクリニックきょうごく 所長 前沢 政次 先生

テーマに沿って、講師の前沢先生が過去に取り組んだ宮城と北海道の経験から実情をお話し頂きました。「健やかなる時も病める時も障害を持った時も、やさしいケアを利用できる。」そのためには、市町村が抱える課題を明確にし、先進事例を活用しつつ地域ケア会議を機能させ、実現のための仕組みづくり・システムづくりを進めることだという内容の講演を受けました。そして最後に、2014、前沢モデル「地域包括ケアの花!」のご紹介を頂き、ご本人の意向・生き方を中心にした大輪のひまわりをみんなで咲かせたい!と、前沢モデルに大いに共感して盛会裏に終了しました。





「はまかだ」 的まちかど相談所？

気仙薬剤師会・会長 大坂 敏夫

気仙中央薬局高田店の大坂です。本年度、気仙薬剤師会の会長を務めることになりました。会長を決める時に、この業務をするにあたって、ある程度時間があって動きやすい者はだれかという観点より私が選ばれたものとおもっております。つきましては、今までよりたくさんいろ

ろな会（飲み会など）に顔を出し、会長としての職務を果たしていきたいと思っておりますのでこれからもよろしくお願いいたします。

気仙薬剤師会の活動としては、一昨年假設住宅のお茶っこサロンにお邪魔して「薬の講話、相談」事業を大船渡市を中心に行ってきました。今年は、陸前高田市でも通常業務の傍ら会員各位の協力により、仮設住宅のお茶っこサロンで「薬の講話、相談」事業をしていて次への発展を模索しているところです。

「はまってけらいん、かだってけらいん」運動が始まった時に、薬局では時間や環境の都合もありしっくりこない感じでした。そこで、薬局でできることも何かあるはずと思って考えていたことがあります。実は自分で言うのもなんですが、薬剤師は医療だけではなく、環境衛生や食品衛生の他かなりいろんな知識があります。ついでにまじめで勉強熱心な人が多いような気がします？そこで、このいろんな知識と薬局という場所を活用してできることとして考えたのが「はまってけらいん かだってけらいん 運動」に対して 気仙薬剤師会版「きいでけらいん おせえでっから 運動」です。（“どんなことでもわからないことがあったら聞きに来てください何にでも答えますよ”という運動）これで、もしかすると薬局と他の医療関係、介護関係の方たちとの新しい展開のもとになったり、連携も強化できもっと市民のみなさんのためになる活動ができるかもしれないと勝手に妄想しているところです。まあ、他の薬剤師会員は鼻もひっかけないかもしれませんが・・・

なんとなく呟いてみました。新米会長のひとり言です。

お 仕 事 紹 介

県立高田病院 リハビリテーション科

佐藤 美智雄

当院は、理学療法士2名・作業療法士1名・言語聴覚士1名のスタッフで主に入院患者を対象に急性期から回復期リハビリテーションを提供しています。

理学療法では、運動療法を中心に日常生活に必要な動作（起きる、座る、立つ、歩く等）の練習を行い、体の動きがよくなるように支援します。

作業療法では、基本的な動きの練習を踏まえ、日常生活動作（食事、トイレ、更衣等）の練習を行います。また、作業などの活動を通して手の動きを引き出す、筋力や体力をつけるなどを支援します。

言語療法では、ことばによるコミュニケーション（聞く、話す、読む、書く、計算する）に問題がある方に、言語能力の改善を図る練習を行いコミュニケーションの面から豊かな生活が送れるように支援します。



言語聴覚士 理学療法士 作業療法士 理学療法士



新年に向けて

会長 石木幹人

新しい年を迎え、それぞれが目標を立て新たな気持ちになっていることと思います。チームけせんの和は、医療・介護・福祉の専門職の集団として、各職種が自らの職能の向上に努め、連携を取りながら、大きな力を発揮してきました。統計によると、2005年から2010年にかけて、平均寿命が男性は約0.8歳増え78.6歳で県下15位から11位に躍進し、女性は約1.3歳増え86.9歳となり県下では10位からなんとトップに躍り出ました。チームけせんの和設立以前からの、介護技術の向上や、健康寿命延長についての住民啓蒙に取り組み、住民がそれに答えたことによるものと考えています。

今、気仙地域は高齢化率が、毎年上昇し、地域によっては、高齢化率が50%を越える限界集落（65歳以上の人口比が全人口の半数以上を占めている集落）も出始めています。そういった地域では、老人の一人暮らしや、老老介護、若年層の都市部流出など様々の問題が出てきています。陸前高田でのそういった地域は山間部にあり、沢沿いの細い道に、転々と住居があり、冬場には介護や医療が届きにくい場所もあります。

住み慣れた地域から移動することなく、最期を迎えるためには、そういった地域を再生する必要があります。地域に一か所、共同の農園や、作業場を作り、少し介護が必要な人たちが集まってきて、お互いに助け合いながら仕事をして一日を過ごす。老若男女が、分け隔てなく集まりお話ができて、一日そこで過ごす人もいます。いわば、「地域の茶の間」のような場所があると、少し介護が必要になっても、介護施設に入るのではなく「地域の茶の間」で過ごすことにより、介護の必要度を抑えることができる。学校が終わると、子供たちが「地域の茶の間」に帰ってきて、高齢者たちと過ごし、親たちが帰ってくるのを待っている。親たちは、帰りに「地域の茶の間」に寄り、親と子供と一緒に連れて帰る。そのような場所ができると、介護の為に職場を去らなければならない働き盛りの女性たちが少なくなる。「地域の茶の間」は、元気な高齢者が運営する。

このような「地域の茶の間」を運営する人たちは、高齢者特有の疾患についての知識や、介護・看護の技術を持っている必要があります。チームけせんの和では、近い将来訪れる、陸前高田市の限界集落化を防止するために、地域で高齢者、子供を支えることができるよう、地域を支援していくことも視野に入れる必要があります。「地域の茶の間」を運営する人を対象に、医療・介護・福祉の勉強会を立ち上げる事を考えています。元気な高齢者が増え、健康寿命が延び、介護が必要な高齢者が減少していき、若い人たちが安心して仕事を続けられる陸前高田市を作るために、皆さんが何ができるかを考え続けましょう。

「チームけせんの和」寸劇団員募集のお知らせ！

地域のみなさんに、健康にまつわるさまざまなテーマを、寸劇を通して情報発信しませんか？「チームけせんの和」のメンバーがケセン弁で演じる、気仙地区に合った、子供から高齢者までみんなに身近に感じてもらえる寸劇団を結成しましょう！

寸劇団に興味のある方、アイデアのある方、質問のある方、脚本、監督、役者、ナレーション、大道具・小道具、衣装、ヘアメイク、広報志望など、ご一報ください。お待ちしております！

連絡先：陸前高田市地域包括支援センター 蒲生紋子 0192-54-2111（内線205）

編集後記

今年もよろしくお願いたします。「チームけせんの和」の会報もいよいよ第4号「新年号」を皆様にお届けすることができます。お忙しいなか原稿依頼にご協力いただき感謝申し上げます。元気な高齢者が増え、若い人が安心して仕事を続けられる陸前高田市を作るために、何ができるかを考えながら動き始めたいと考えました。また、一緒に会報を作っていきたいと思っております。随時、記事の募集を行っております。掲載して欲しいこと等ありましたら、いつでもご連絡いただきたいと思います。（事務局 熊谷）