



## 在宅療養研修会 地域包括ケアと多職種連携

去る3月20日(木)ピアザ淡海にて当院主催の在宅療養研修会を開催しました。こちらの研修会は、当院も参加しています滋賀県が行う「在宅医療に協力する病院強化事業」の一環で行いました。

今回は、尼崎市で在宅支援診療所「長尾クリニック」を開業されている長尾和宏院長をお招きし『地域包括ケアと多職種連携』のテーマで講演をしていただきました。「地域包括ケア」は、近年メディアでよく取り上げられ、今年度の診療報酬改定でも新たな報酬が設定された関心の高いテーマの一つであり、医療機関の医師、看護師だけでなく、在宅ケアを担われている介護支援専門員や訪問看護師、調剤薬局の薬剤師他、在宅医療に関わる約200名の方にご参加いただきました。

この講演で、長尾先生は“交わる”をもっと自由に、さらに一步踏み込んだ人と人との関係を表した造語“まじくる”をキーワードに、医療・介護その他様々な職種や患者・家族などの立場の垣根を越えて、自由に自身の考えを述べ、ほかの人の意見を聞き、受け止め“まじくる”ことが大切だと、多職種連携の重要性を強調されました。

また、“平穏死”について語られ、これからは、自分自身や、家族がどう終末期を迎え、どう穏やかに死んでいくのかを他人事ではなく、自分のこととして考えていくことが求められる時代になりつつあるように感じました。

約2時間と長時間に渡る講演にもかかわらず、先生の日頃の診療時のエピソードを交えた内容に、時には会場から笑いが起こることもあり、皆さん最後まで先生の話が聞かれていました。

長尾先生のお話は、医療・介護に従事されていない方々にもわかりやすく、聞いていただきたい内容が満載でした。今後機会があればぜひ講演会に足を運んでみてください。

地域連携室 係長 秀熊 有里

## 看護の日

5月13日(火)、「看護の日」にちなんだイベントを開催しました。今年は約50名の地域の方々にご参加いただき、「健康長寿」をテーマにロコモティブシンドロームについての話をはじめ、自宅でできるロコトレ、血圧や骨密度の測定を行いました。

また、懇談会ではコーヒーや紅茶と共にカルシウム満点自宅でも簡単に作れるチーズパウンドケーキを召し上がっていただきました。

### 看護の日とは…

近代看護を築いたフローレンス・ナイチンゲールの誕生日5月12日にちなみ制定されました。1965年から、国際看護師協会(本部:ジュネーブ)は、この日を「国際看護師の日」に定めています。

ロコモティブシンドローム(運動器症候群)とは、骨・関節・筋肉など、運動器の衰え・障害が原因で、移動能力の低下をきたし、ねたきりや要介護になる危険性の高い状態です。

### 7つのロコチェック

- 1.片脚立ちで靴下がはけない
- 2.家のなかでつまずいたり滑ったりする
- 3.階段を上がるのに手すりが必要である
- 4.横断歩道を青信号で渡りきれない
- 5.15分くらい続けて歩けない
- 6.2kg程度の買い物をして持ち帰るのが困難である  
(1リットルの牛乳パック2個程度)
- 7.家のやや重い仕事が困難である  
(掃除機の使用、布団の上げ下ろし等)

ひとつでも当てはまれば、ロコモである心配があります。今日からロコトレを始めましょう。