

# ひだまり

発行日 2024年3月12日

発行 松風台社会福祉協議会

## 健康福祉講座 在宅医療について

2月3日、松風台社協主催の健康福祉講座が行われました。「在宅医療」について、前半は在宅医療とは何かをご専門の医師の立場から、後半は茅ヶ崎市の実情について地域包括支援センター「あかね」の方からお話を伺いました。参加者は例年の福祉講座よりも多い68名でした。特に70代以上の方が大半で、身近なこととして関心が高かったようです。以下その概略です。  
(文責 編集委員)

### ドクターゴン鎌倉診療所 訪問診療科

医学博士 天野久仁彦

在宅医療とは何？ 一人では通院が難しくなった方が、住み慣れた自宅や入居施設で医療を受け続けることのできる医療保険のサービスです。

ただし、これには条件があって、通院できない状態が継続的に続くという前提が必要です。外来や入院に次いで第三の医療とも呼ばれています。

ひとくちに在宅医療と言っても医師による訪問診療だけではありません。例えば、

- ・看護師による訪問看護。医師の指導のもと医療的な処置を行います。
- ・歯科医や歯科衛生士が口腔ケアをしてくれるところも増えてきました。
- ・理学療法士や作業療法士による訪問リハビリテーション。
- ・薬剤師による訪問服薬指導。
- ・栄養士による栄養指導もあります。

このような様々な職種が連携して、医療と介護が両輪のごとく動くように、ケアマネージャーや地域包括支援センターの方も交えて会議を持っています。その場所は、患者さんのご自宅でご家族も参加して行うことが多いです。

訪問診療を行う診療所はいろいろありますが、地域包括支援センターに相談してから医療機関を選択するのが良いでしょう。

### 湘北地区地域包括支援センター「あかね」

山崎宏和

茅ヶ崎のクリニックのうち在宅療養支援診療所は医師会のH. P. によると、その数は令和5年10月1日現在、茅ヶ崎・寒川地区で33カ所、そのうち24時間体制の強化型在宅療養支援診療所が13カ所と数多くあります。

もう一つ、訪問診療とセットで訪問看護ステーションがあります。これは、医師と連絡を取り合って医療処置を行うところです。茅ヶ崎では十数カ所と増えてきています。このことから私の印象ですが、少しずつ体制が整ってきているのかなと思います。

地域包括支援センターの役割は、主に高齢者の介護・福祉の相談窓口となります。センターには看護師、社会福祉士、ケアマネージャーがいて、それぞれの資格を活かして相談に応じています。必要な場合は地域の関係機関とも相談し、課題に取り組んでいます。

「あかね」は、市内に13カ所ある地域包括支援センターの一つで、松風台、香川、甘沼などを担当しています。お困りごとがありましたら私たち「あかね」にお話を聞かせください。香川自治会館の隣です。ご自宅にお伺いすることも可能です。

◇ 在宅ケア相談窓口 平日8時半～17時

茅ヶ崎市役所 高齢福祉課 0467-38-3319

◇ 湘北地区地域包括支援センター「あかね」

平日8時半～17時 香川自治会館隣り

0467-55-1535



天野 久仁彦 氏

山崎 宏和 氏



## 歌の街

正常な状態に戻る

昨年5月に新型コロナが5類になり、やっと気兼ねなく大きな声で歌える喜びを実感しています。9月から毎月22名ほどの方々が参加され、ピアノ伴奏やカラオケ伴奏で明治・大正・昭和の懐かしい歌の数々を歌いました。

スタッフも高齢化しピアノ伴奏者も不足という状態ですが、2024年度も歌の街を開催することに致しました。

開催予定日は次の通りです。

4/14(日)・5/12(日)・6/9(日)・7/27(土)・9/28(土)・10/13(日)・11/10(日)・12/8(日)・1/12(日)・2/1(土)・3/9(日)

時間 : 10時～11時20分

場所 : 自治会館集会室

歌の街は2007年に始まりましたが、昨年10月には「多年にわたる地域福祉の推進への尽力」ということで茅ヶ崎市長表彰を受けました。

大友 元春

## 子育てサロンまつぼっくり



本年3月をもって13年間続けた活動を終了

地域との関わりが少なくなっている昨今、子どもと一緒に遊んだり、学んだり、子どもと同じ目線で子どもたちに関り成長を見守っていく場として2011年より「子育てサロンまつぼっくり」がスタートしました。今、子どもたちを取り巻く環境で、私たちに何ができるのか、どんなことが必要なのかを一緒に考え、落ち着いた空間で、保護者様が話しやすい環境を整え、リラックスでき、ストレスや不安の軽減ができ、今日来て良かった、参加して良かったと気持ちに余裕が生まれてくれたらいいな……という思いで活動してきました。

スタッフとして参加することで、以下のような経験をさせていただきました。

1. やりがいと喜び : 子どもたちの笑顔や親御さんからの感謝の言葉を受けることで、やりがいや喜びを感じることができました。
2. 新たな視点と学び : 親や子どもたちとの関わりの中で、新たな視点を得たり、子育てに関する知識やスキルを学ぶ機会にもなりました。
3. 地域とのつながり : 地域社会とのつながりを深める機会でもあります。他のボランティアや地域の人々と協力して活動することで、地域の結びつきを感じることができました。

スタッフとしての活動は、「どの子どももかけがえのない大事な存在である」と改めて考えさせられました。幅広い年齢の方と意見交換や意識共有ができ、意義深いものとなりました。自分自身と地域社会の成長につながる素晴らしい経験をさせていただきました。たくさんのご縁に感謝いたします。

代表 馬瀬 功子

(これまで支えてくださったスタッフの皆さんに感謝)

・飯島 真江・磯野 千明・伊藤 美沙・高辻 智子  
・堤内 桂子・西尾 舞・西谷 洋子

## 松の実会

松の実会は、毎月第3水曜日の午前10時から11時30分まで開催しています。参加されている方々は、皆さん、明るく、元気に、楽しく話されています。

また、健康的に生活するために、認知症予防の脳トレ、転倒防止の体操、ストレッチ等を、皆で時間をかけてやっています。松の実会は、老後を豊かに暮らしていくための知恵が、たくさんつまった活動を行っています。また、松風台住民のデイスサービスとしての、大切な役割を担っております。是非、お気軽にご参加下さい。

井嶋 美代子

## 松風台民生委員児童委員

日頃より、民生委員児童委員の活動にご理解とご協力をいただきありがとうございます。松風台の3名の民生委員は「気づく・つなげる・見守る」を目標に活動しております。

その一環として4月より、月1回の何でも相談室「チャイム」を自治会館でスタートいたします。相談があらうと、無かろうと構いません。おしゃべりしに来て下さい。皆さんのたまり場にして下さい。テーブルクロスも茶菓も、ナ〜ンニモ有りませんが、笑顔だけはあります。

また、今夏には茅ヶ崎市の「在宅高齢者実態調査」が予定されております。75歳以上の方、全て( )のお宅へ訪問させていただきます。これを機に多くの方と顔見知りになれることを楽しみにしております。

池田富士夫 (小松幹子・鈴木弥須子)

## 公衆電話を使ったことがありますか？

### 子どもたちと一度使ってみよう！！

小学生のナ・ナント85%が「使ったことがない」「使い方がわからない」と答えています。(2018年調査)

- 災害時、スマホは通信規制で使えない時がある
- 公衆電話は災害などの非常時に頼れる連絡手段

使い方

- ①受話器を持ち上げる
- ②10円玉または100円玉を入れる
- ③電話番号を押す
- ④通話する



以前より公衆電話の台数は大きく減っています。街のどこにあるのか家族で確認しておきましょう。

※松風台:旧「さがみ屋」壁沿いに1台あります。

## 編集後記

■2024年元旦、能登半島で震度7の地震と津波が発生、「災害はいつ起きるかわからない」ことをあらためて実感した。備蓄も家族構成の変化に合わせて見直ししておこう。■地震、津波、火事…どれも怖い、富士山が噴火すると茅ヶ崎市内では15~30cmの火山灰が予想される。近代化した都市部での噴火は世界的にも例がない。正しく知って少しでも備えておきたい。■ある日の学校帰り。「どこで知り合ったの?」「まつぼっくりだよ」という子どもたちの声が聞こえた。子育てサロン「まつぼっくり」の活動が地域に残す大切なものを感じた。(M. K)