

# だんだんなあ

Vol.4

2015年8月1日発行

発行：人吉球磨地域在宅医療連携拠点事業

## これからの在宅医療の重要性について



### 現代にあった地域の支えあいを！

人吉市長 松岡隼人



私たちが、けがや病気をしたとき、生涯を通して安心して治療を受け生活できるのは、世界に名だたる医療保険制度のおかげであります。しかし、その医療保険制度も、産業構造の変化、少子高齢化、人口減少に応じ何度も制度改革を重ねていますが、国民医療費は上昇の一途で、平成24年度においては、39兆2千億円となり今後、持続可能な制度としてどのように運営していくか、医療を受ける私たちにとりましても大きな課題となっております。

私は、人吉市のまちづくりの理念の一つとして、地域の人たちが穏やかに暮らせる地域づくりを掲げています。その中でも、高齢者の皆様が、住み慣れた地域で穏やかに暮らすことを理想としており、このことは、国が進める、住まい、医療、介護、予防、生活支援が一体的に提供される地域包括ケアシステムの構築と同じ方向にあります。

地域包括ケアシステムの構築については、その現実に向け、

家族、医療従事者や地域の方々がそれぞれの理想と現実の中でご苦労されており、難しい課題が多いことを承知しておりますが、やはり大切にすべきことは、人の尊厳ではないでしょうか。私見になりますが、その方の状況にあったさまざまな支え方があってよいのではないかと思います。人の思いに寄り添い、家族と医療従事者、地域の信頼関係を構築することによって、自身の病気や健康状態を受け止め生きていく覚悟をした方が、最後に幸せだったと思っただけの支え方が大切であると考えております。

時代が移り変わるのと同じように、私たちの生活環境、生活スタイル、価値観も変わってまいります。これからは、現代の成熟した人間社会にあった、人の生き方、医療のあり方、地域のあり方を模索し、支え合う仕組みが求められているのではないのでしょうか。

人吉球磨における在宅ドクターネットの取り組みが、その重要な役割と担っていくことを期待しております。



### 在宅医療からみえるもの

人吉保健所 所長 緒方敬子

近年少子高齢化に伴い、疾病構造の変化や医療介護需要の増加、更には医療ニーズの多様化等医療を取り巻く状況は大きく変わろうとしております。そのような中、疾病の治療とともに「QOL(生活の質)」も医療の大切な視点の一つであり、患者や療養者の方の生活の場においてそれに向き合い支える在宅医療は今後ますます重要性を増すものと感じております。

在宅医療で思い出すのが「バーチャルホスピタル」という言葉です。(日本語なら「仮想院内」と訳するのでしょうか。)入院中は、病気やケガの治療の他、リハビリや服薬支援、日常的ケア、栄養管理などいろいろな医療サービスが一体的に提供され、それが利用される方の「安心」につながっています。一方医療スタッフにおきましても、院内では多職種による役割分担だけでなく、情報共有をはじめ様々な連携・協働がなされており、より良い医療の提供に結びつ



ています。このような「院内環境のメリット」を地域へ展開する、ということも在宅医療の大きな側面かと思えます。

在宅医療は、地域の中で療養者の日々の暮らしに寄り添い支える医療です。そこにはおのずと、ご本人・ご家族を中心に多職種の医療関係者同士のつながりが生まれ深化していく素地があります。そして、「地域で支える」という共通の思いのもと介護、予防、住まい、生活支援の各サービスとつながりあう時、これが地域包括ケアの姿なのかなと思っています。そして更に地域で一体となって、「だんだんなあ」の優しい響きのように「地域で支えあう」町づくりへとつながっていくことを期待しております。

現在人吉球磨地域では、在宅医療の推進のため様々な取り組みをされております。両医師会では「在宅医療連携拠点事業」において市民公開講座の開催や情報誌の発行等、在宅医療推進のため積極的に取り組まれております。また昨年10月には、有志の先生方が「球磨人吉在宅ドクターネット」を立ち上げられ、大変心強く感じているところでございます。今後、人吉球磨地域の在宅医療が益々発展されますことを心から祈念いたしております。



# どのように最期を迎えるか

## 希望どおりの最期を迎えるには

球磨郡公立多良木病院 院長 大島茂樹

事前指示、リビングウィルなどの言葉も浸透してきています。どの病気で死ぬか自分で選べないにしても、回復の望みが無く、かつ意思表示できない状態に陥った時を想定して事前に医療行為の選択などについて意思表示をすることです。

法的拘束力は有りませんが、して欲しくない事として欲しい事を書面に残しておく事や家族でそのことを話題にする意義は大きいと思います。

私の父は、4年前に他界しました。元気な頃から正月など家族がそろそろ度に終末期にして欲しくないことを語っていました。母など最初は嫌がっていましたが、繰り返し信念を説明され、家族内の合意事項になりました。墓所も自分で探し、気に入った墓を造り、宗旨を変えてお経の声がいいお坊さんの檀家に加えてもらったりしていました。決してクールでも合理主義者でもありませんでしたが、「死に目には間に合わんでいい。仕事の段取りをきちんとしてから帰ってこい。」とも言

ていました。晩年は訪問診療・訪問看護・訪問リハなどを利用して可能な限り自宅で過ごしました。高齢になると何があってもおかしくないで、帰省のたびに今回が見納めかなと覚悟していましたが、家族の写真を見ながら「あの頃は貧しかったけど楽しかった。」「いい家族だった。」「ありがとう。」など思い出や感謝を述べあう機会も持てました。食が細くなり入院したと聞いて見舞いに行くと「うなぎが食べたい」と言い、驚くほど食べた次の日から昏睡状態になり、希望通りの医療を受け他界しました。

言葉の国日本では、家族の死を想定した話は「縁起でもない」とタブー視されるものでした。最近では終活という言葉も流行語になり、以前ほど敷居は高くないと思います。ただ、人が振ってくるような話題ではないので自分から表明する事が必要です。かかりつけ医や公的病院で相談して頂くか、市販の(または無料の)エンディングノートなど利用してみるのも一つの方法です。



## 健康寿命を延ばしたい

多良木町長 松本 照彦

『どのように最期を迎えるか!』この原稿依頼を受けるまで自分の死ということを考えたことがありませんでしたけれど、これを機会に考えてみました。

私は長期入院を要する病気をしましたが、かかりつけの先生に「食事に気をつけ、適度の運動をし、今の状態を続けてさえいれば、医療は日進月歩で良くなり、薬や治療法が5年以内に出てくるよ。」という明るい希望の持てる言葉を頂きました。それに私は『病は気から』を信じ、プラス思考で生活すれば必ず良くなるという信念で過ごしてきました。そして先生のお勧めの治療を受け見事完治しました。入院して回復に向かう時期には、早く我が家に帰りたと思う気持ちが日増しに強くなりました。そういえば父も闘病生活で長期入院しており、最期は家に帰りたがっていて、一度帰宅が許された

際には話も弾み、とても嬉しそうだったらしい。母の最期の時も早く治して家に帰りたいと頑張って家庭生活を送っていました。身近な親族で話し合い、延命処置はしないと決めてはいたが、妹たちの『点滴もでけん?』という素朴な辛い響きの言葉を今でも思い出します。しかし長くは苦しまずに旅立ったので、家族としては良かったのではと思います。親の最期に立ち合ったあの時を思い返してみれば、自分の最期は眠る様、安らかにが望みだが、こればかりは誰にも選べないし、病気で最期であれば、延命処置はせず、出来るならば家族・近親者に囲まれて願わくば我が家での最期が望みである。

その時までは勿論、毎年の検診は必ず受け、早めの予防治療をし、食に注意を払うとともに適度の運動も怠らず、日々の継続に努めるとともに、平均健康寿命を延ばすのに役立ちたいと思いつつ毎日を過ごしたいものです。



## 母の最期を看取る

在宅介護体験記

あさぎり町 中村さん

今年一月、母は95歳でおだやかに天寿を全うしました。

在宅介護生活10年、寝たきり生活8年余り、最後まで介護に関わるスタッフの方々との会話を楽しみに過ごす事が出来ました。

こんなおだやかな生活が出来たのも主治医の先生、介護支援スタッフの方々の支えをいただいた事に感謝でいっぱいです。ありがとうございました。

母が介護が必要になったとき、最後まで自宅で過ごしたいと希望しましたので、介護に対して無知ながらも兄弟で頑張ってみようと始めました。

オムツ交換も初めてで、「そんなやり方じゃワカラん」「荒かね」と言われ、愚痴をこぼしたり嫌み言ったり……。介護される側の気持ちを考えず、介護する側の立場ばかりで、感謝する気持ちを持ててくれないのだろうか、涙を流しながら帰る事もありました。きっと私の表情が介護を苦に、荒だっていたんだと反省し、いつまで続くか分からないのだから力を抜いて、頑張り過ぎないようにする事にしました。

頑張り過ぎない事、困った事があったら相談する事、家族に出来ない事はお願い

## 訪問歯科治療が可能な医療機関

医療機関名	住所	連絡先
今藤歯科医院	北泉田町	23-2330
内山クリニック歯科医院	九日町	22-2069
菊竹歯科医院	田町	22-2448
熊埜御堂歯科医院	上青井町	22-3958
斉藤歯科クリニック	下城本町	22-3110
相良歯科医院	下原田町	22-7722
佐々木歯科医院	下城本町	24-4862
辻歯科・小児歯科	駒井田町	24-2666
中原歯科医院	下薩摩瀬町	24-7828
花田歯科医院	駒井田町	22-2470
松本歯科医院	九日町	22-2928
湯本歯科医院	宝来町	22-8899

※住所は人吉市、電話の市外局番は0966です。

## 在宅医療における歯科医療

人吉市歯科医師会 会長 與田桂三

超高齢社会を迎えつつある我が国で、歯科医療の目標は「健康寿命の延伸」にあると言われておりますし、私もそう確信しています。高齢社会が進むにつれて歯科医院への通院が困難な高齢者の数が増加します。高齢者特に要介護者では口腔内清掃がおざなりにされやすく、非常に不潔な方が多くなります。

そこで、通院困難な高齢者には在宅での口腔ケアが重要になってくるのですが、ご家族をはじめ介護する人たちの口腔ケアへの認識は必ずしも十分ではありません。

口腔ケアの目的は、口の中を清潔にするだけでなく、歯や口の疾患を予防し、口腔の機能を維持することにあります。また、口腔ケアはQOL（生活の質）の向上のみならず誤嚥性肺炎などの全身疾患の予防、全身の健康状態の維持・向上にもつながります。

一方、平成21年の内閣府の調査で、高齢者の生きがい（喜びや楽しみ）をみると、「趣味やスポーツ」「団らん」「友人との食事」「雑談」「旅行」「おいしい食事」などの順になっています。このことから「食べる」「話す」という口腔機能が高齢者の生きがいに大きく関与していることが分かります。日本歯科医師会では「歯科医療は生きる力を支える生活の医療」と位置づけています。

具体的には、在宅歯科診療又は在宅口腔ケアを希望される場合は、かかりつけの歯科医院に先ず相談して下さい。かかりつけ歯科がない場合は、別添の「訪問歯科治療が可能な医療機関」に電話して頂くか、ケアマネージャーさんにご相談下さい。訪問歯科診療を活用して下さい。

人吉市歯科医師会では平成8年に在宅訪問診療を開始し、システム化していましたが、その後の健康保険改定や平成12年の介護保険導入等でシステムが機能していません。かかりつけ内科医、薬剤師、介護職、行政など多職種連携で「最期まで自分の口で食べる」在宅歯科医療の再構築を目指しています。

## 映画上映のお知らせ



人吉市を中心に九州各地で撮影され今秋、全国公開を目指している映画「スクール・オブ・ナーシング」の特別上映会が8月23日、人吉市と伊佐市で行われます。

この映画は山崎かおるさんのノンフィクション『「たまご」たちのお目醒め～看護学生の心、を育てるといふこと』を下敷きにした長編映画で、看護の難しさや、そこから得られる喜びを描いている映画です。日本看護協会、日本医師会、人吉市医師会、球磨郡医師会などが後援している作品ですので、是非ご覧ください。

**8月23日(日)**

- ①伊佐市文化会館 13時開場・13時30分開演
  - ②人吉カルチャーパレス 18時開場・18時30分開演
- 鑑賞券：大人（中学生以上）1000円、小学生以下500円

※チケットは「きじ馬スタンプ協同組合（☎0966-22-2254）」ほか、人吉鉄道ミュージアム、人吉商工会議所、ひとよし森のホールで販売されています。

いして無理をしない事にしました。

最後まで意識がはっきりしており、身体が自由がきかないだけの事で、もどかしかったり、（頑張り屋の母でしたから）はがゆい事もあったと思います。

在宅生活も長くなるにつれ徐々に受け入れ、感謝の気持ちを持ち、おだやかになっていくてくれました。私たちも介護される側になった事がないので、母に十分な事が出来なかつたと思いますが、姉兄で話す事は、私たちとしては出来る事はしてきたと自負しています。

最後の看取りはとても不安でした。容態が悪くなった時、どう判断したらいいだろうか、そんな時、主治医の先生から「いつでも心配な時は電話して良いよ」と言っていた時、「大丈夫、最後まで家で母を見てあげられる！」と確信できました。容態が悪くなると休日も関係なく、先生に往診していただき本当にありがたかったです。もちろんケアマネ・訪問介護・訪問看護の方々の連携も安心の一因でした。

在宅介護をさせていただいた事は、これからの私たちの財産にもなったと思います。おだやかに看取りが出来た事、本当にありがとうございました。言葉足りませんが、感謝申し上げます。



# これからの薬剤師さん

人吉球磨薬剤師会 専務理事 西村 裕二

現在の日本は超高齢社会をむかえています。その様な時代背景の中で、在宅医療、在宅療養の必要性並びに重要性は日増しに高まっています。

施設、在宅などの場面で調剤、薬物療法に対する支援、また医薬品及び医療材料などの情報の提供などを通して国民の健康に寄与することは、薬剤師の責務であります。

そこで私達薬剤師は、どのように患者様・他職種の方々と連携すれば皆様に役立つか考えているところです。

他職種連携における薬剤師の役割を全国薬剤師・在宅医療支援連絡会の大澤光司先生の言葉を引用させて頂き、「頼れるPTA会長」と「優しいツアーコンダクター」で紹介したいと思います。

まず「頼れるPTA会長」ですが、子供をもち、PTA活動をされた方、特に会長を務めたことがある方にはご理解頂けるかと思いますが、PTA会長の大きな役割は「父兄からの様々な意見を学校側に代弁すること」です。

これを在宅医療に置き換えてみますと、薬に関して何か問題点や疑問点を発見した場合、薬剤師以外の他職種にとって医師に薬の事を伝えるのは非常に難しい事のように感じます。一方、薬剤師なら薬に関しては多職種の中で唯一の専門

家として「頼れるPTA会長」の役割を果たすことができます。薬に関する問題点等を多職種連携でしっかり把握し、医師に伝達する役割を担う事ができるはずで

次に「優しいツアーコンダクター」とは、インターネット環境が整った現代では、自分でチケット、ホテルの予約をして海外に行けるようになりました。しかし、どんな危険が待ち構えているか、詳しい事情までは分からない事もあるでしょう。そこでツアーコンダクターの必要性です。その国の情報を沢山持ち、様々なアドバイスや手配をしてもらえ、安全に旅行できる可能性が高まります。

薬に置き換えると、「単に薬を飲む、あるいは飲ませる」となると誰にでもできるかもしれませんが、安全にかつ正確に薬を飲ませるとなると、やはり薬剤師のアドバイスが大きいと思われま

す。薬剤師が関与する事でそれなりの報酬が発生しますが、飲み残し、重複投与の発見などにより、結果的に負担金(医療費)の削減につながる事も十分に考えられます。日本薬剤師会の推計によると、年間の飲み忘れ等で無駄になっている薬剤費は470億円以上にのぼり、そのうち薬剤師が適切な指導を行うことで約420億円が節約できるというデータもあります。

わたしたち薬剤師は、国民の介護・医療に貢献したく、地域の皆様に少しでもお手伝いできればと考えておりますので、気軽にお声をかけていただき、ますますの皆様のご指導よろしくお願



## 平成27年度事業「在宅医療を考える講演会」を開催

平成27年度の人吉球磨在宅医療連携拠点事業の第一弾である「在宅医療を考える」講演会が29日午後7時より、人吉カルチャーパレスで開催されました。

講師に写真家の國森康弘さんを招いて、「あたたかいいのちのつなぎ ～看取りの現場に思う」と題して在宅での「看

取り」を考える講演会でした。

國森さんは神戸新聞社記者を経てイラク戦争を機に独立。紛争地域や経済貧困地域を回り、国内では野宿労働者や東日本大震災被災者たちの取材を重ねてこられました。近年では滋賀県東近江市などで、看取りや在宅医療の撮影に力を入れておられ、写真絵本シリーズ『いのちつぐ「みとりびと」』（農文協）で2012年度けんぷち絵本の里大賞を受賞されています。

講演会では写真を鑑賞しながらの感動的なエピソード紹介に多くの参加者の胸を打ちました。なお、詳細は次号で報告いたします。

## 事務局より

今年度の在宅医療連携拠点事業活動のお手伝いをさせていただくことになりました。地域包括ケアシステムの構築が今後の重要課題として取り上げられ、医療と介護の連携がますます重要視されています。老人介護施設に勤務していた経験が何かのお役に立てばと考えています。どうぞよろしくお願い致します。(在宅医療連携拠点事業事務局・木村 一雄)

編集・発行

人吉球磨地域在宅医療連携拠点事業 事務局  
〒868-0037 熊本県球磨郡多良木町多良木 3051  
球磨郡医師会内 ☎0966-42-4797  
E-mail kumadr@bronze.ocn.ne.jp

## 当事業の公式ホームページをご活用ください。



「だんだんなぁネット」では、在宅医療に関する情報や本事業の活動を紹介しています。「施設検索」「外部リンク集」などを掲載し、情報誌「だんだんなぁ」のダウンロードも可能となっています。PC・



スマホ両対応ですので、是非アクセスしてみてください。

<http://www.dandanna.net/>