

まいる互版



＜連絡先＞【日野病院組合＊在宅介護支援事業所】

☆訪問看護ステーション

0859-72-2706

☆居宅介護支援事業所

0859-72-2723

緩和ケアって？

近年、「緩和ケア」という言葉を耳にすることが増えていると思います。「緩和ケア外来」、「緩和ケア病棟」などなど…。しかし、「緩和ケア」とは何なのかは、あまり知られていないように思います。今回は、その「緩和ケア」についてお話しします。

WHO（世界保健機関）によると、

「緩和ケア」とは、生命を脅かす病に関連する問題に直面している患者とその家族の生活の質（QOL）を、痛みやその他の身体的・心理社会的・スピリチュアルな問題を早期に見出し的確に評価を行い対応することで、苦痛を予防し和らげることを通して向上させるアプローチである。

とても難しい内容ですね

わかりやすくすると、

緩和ケアとは、病気そのものを治すことだけでなく、病気によるさまざまな「つらさ」を和らげ、その人らしい生活を支える医療・ケアです。身体的な症状だけでなく、心の不安、生活上の困りごと、ご家族の負担なども含めて支援します。

緩和ケアで支援すること

緩和ケアでは、医師、看護師、薬剤師、リハビリスタッフ、ケアマネジャー、ヘルパー、病院ソーシャルワーカー、心理士などがチームで支えています。

例えば…、

身体のつらさ：痛み、息苦しさ、吐き気、だるさ、食欲低下、不眠など

心のつらさ：不安、落ち込み、恐怖、孤独感など

生活上の悩み：仕事、お金、介護、自宅療養の準備など

家族への支援：介護の相談や精神的なサポート

「終末期だけ」のものではありません

「緩和ケアは最期の時期に受けるもの」と思われがちですが、重篤な病気が分かった時から、がんと診断された時から、治療と並行して受けることが推奨されており、症状や不安があれば早い段階から利用できます。

そしてがんだけでなく、心不全や呼吸器疾患、神経難病など、生命を脅かすさまざまな病気の方が対象となります。

当在宅介護支援事業所でも、皆様のお悩みを聞き、自分らしく、安心してご自宅で生活が送れるよう支援させていただきます。

お困りのことがありましたら、ご相談下さい。

ケアマネジャー募集中！

採用予定日：随時（相談にて応じます）

資格：介護支援専門員免許取得者で実務が可能な方

募集人員：1名

詳しくは日野病院ホームページをご覧ください。下記までお問い合わせください。

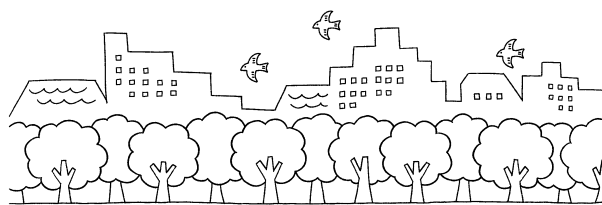
●日野病院総務課（電話：0859-72-0351）

●居宅介護支援事業所（電話：0859-72-2723）

未経験でも
大丈夫



ちょっとおさんぽ



在宅介護支援事業所 副所長 小原佐智子

昔の景色を思い出してみました

♪「仰ぎ見る大山はるか 輝くは英知の光

向学の希望に燃えて 自主の鐘

真理を開く 根雨中学校我らが誇り」♪

この校歌を最後に歌ったのは45年前の3月の卒業式でしょうか。（歌詞が間違っていたらごめんなさい）

毎週月曜日だったと思いますが、全体朝礼があり校歌を歌い、（私はブラスバンドで校歌のみの演奏部隊）ハ谷校長先生の少し長めのお話を聞いていたように思います。

旧根雨中学校はとても古い校舎で、部活の着替えはいろいろなところの物置や自転車小屋で、もちろんクーラーもなく。おトイレは、ザ・昭和スタイル。

私の娘たちの中学校は、「部室、くさくて汚い」と言ってたけど、あるだけ素敵です。

そんな旧根雨中学校のあった場所は、現在のおしどり荘、かじか荘あたりです。

当時の門がそのまま残っていましたが、門の左横は、当時自転車小屋で、校舎、校庭、もっと広い場所にあったように思っていたのですが、意外と狭かったのですね。

旧日野病院もその並びに立っていました。

もう一つ残っていたのは、川沿いの見事な桜並木です。

母校として、または子供さんの母校として通い、見上げた桜が、来年もゆかりある皆様の心を癒すことと思います。

何か思い出していただけたことはありましたか

昔の様々なことを思い出し語ることが、回想法とも言われて、コミュニケーションが活発になり相互理解が深まります。また、自分のためにもよいとのことですよ。

認知症療法

～回想法について～

言語聴覚士 影山通香

回想法とは認知症の療法の一つです。懐かしいものや映像を見て思い出を語り合うことで、脳を活性化し情緒を安定させ、長く続けることで認知症の進行予防につながる可能性があります。個別に行う方法と集団で行う方法があります。

個人での回想法は語り手（本人）と聞き手（介護者や家族）で行います。1対1となるため本人が安心して個人の思い出に深く向き合うことができます。集団での回想法は数人の語り手と数人の聞き手で行います。参加者同士のコミュニケーションを促進するもので、他者との交流を取り戻すきっかけとなり、参加者同士の関係性を深めることが期待されます。

実施する時にはテーマを決め、思い出の品や情報を準備します。また、語り手の性格・興味などを把握しておき、苦痛になるようなエピソードを避ける、プライバシーに配慮する、長時間は行わないなどの配慮が必要です。

