

# いばらき診療所とうかい広報誌 かがやき

平成26年3月号

もし病にかかったとしても、いつまでもその人らしく輝いてほしい

**KAGAYAKI**

平成26年2月25日発行

発行元：

医療法人社団いばらき会

いばらき診療所とうかい

院長 西村嘉裕

〒319-1102

那珂郡東海村石神内宿 1724-1

TEL 029(283)4110

ご挨拶

いばらき診療所とうかい 院長 西村 嘉裕



在宅医療は高齢者のみならず、病気や障害を持つ小児・若年層や難病患者、など通院が困難な患者であれば、あらゆる年代の人たちを対象にしています。患者さんやそのご家族の「住み慣れた家で生活しながら治療を続けたい。」「治療をしながら、より自分らしい生活を続けたい。」というご希望に出来るだけお応えし、患者さん・ご家族に満足して頂けるような医療が在宅医療だと私は思っています。

私たち“いばらき診療所とうかい”は訪問診療、訪問看護、訪問リハビリ、訪問栄養指導、ケアプランなどを通して、より良い在宅医療の実現を目指しています。しかし、一般の方には在宅医療・介護について、あまりご存じないのが現状

です。在宅医療をお受けの患者さんの緊急時は、24時間365日在宅で診療が受けることが出来ますし、在宅で行える医療内容もかなり入院療養に近いことが行えるようになってきました。実際、在宅医療・介護を経験すると、その良いところ、それを困難にしている問題点などが見えてきます。

最近、東海村では「在宅医療・介護連携拠点事業」を行っていますが、これは東海村の在宅医療・介護をより良いものにするため、医療・介護・福祉が連携を密にし、対処して行くようなシステムを構築しようという試みです。「いばらき診療所とうかい」ではこの事業に参加するとともに、一般の皆さんに在宅医療・介護を知っていただくため、医師はじめ各専門職の講演・講師活動をより積極的に行うことにしました。一般の方にも、もっと在宅医療・介護というものを知らせていただき、在宅医療・介護を受ける側と提供する側で問題点を浮き彫りにし、解決策をみんなで考えてゆく必要があります。

どうぞ、皆様のご協力をお願いします。

～お知らせ～

在宅医療・介護の理解を深める講演会

—東海村在宅医療・介護連携拠点事業—

東海村在宅医療・介護連携拠点事業として、「在宅医療・介護の理解を深める講演会」が実施されます。皆様どうぞご参加ください。

期日；平成26年3月15日（土） 13:15-16:00（開場は12:30）

申し込み不要

講演1「認知症医療機関としての現状と課題」栗田病院 副院長 安部 秀三 先生

講演2「在宅医療の実際と医療・介護連携の課題」いばらき診療所とうかい 院長 西村 嘉裕 先生

会場；リコッティ（東海村舟石川駅東3-1-1）主催；東海村 共催；那珂医師会 後援；ひたちなか保健所  
【問い合わせ】東海村 介護福祉課 Tel；029-287-0837

## 東海村が受託している「在宅医療・介護連携拠点事業とは？」

～厚生労働省医政局指導課 在宅医療推進室 在宅医療・介護あんしん2012より～

「施設中心の医療・介護から、可能な限り、住み慣れた生活の場において必要な医療・介護サービスが受けられ、安心して自分らしい生活を実現できる社会を目指す」

本事業の目的

- ◇高齢者の増加、価値観の多様化に伴い、病気をもちつつも可能な限り住み慣れた場所で自分らしく過ごす「生活の質」を重視する医療が求められている。
- ◇このため、在宅医療を提供する機関等を連携拠点として、他職種協働による在宅医療の支援体制を構築し、医療と介護が連携した地域における包括的かつ継続的な在宅医療の提供を目指す。

在宅医療連携拠点が行う事業

- 1) 他職種協働連携の課題に対する解決策の抽出
- 2) 在宅医療従事者の負担軽減の支援
- 3) 効率的な医療提供のための他職種連携
- 4) 在宅医療に関する地域住民への普及啓発
- 5) 在宅医療に従事する人材育成



## 訪問リハビリのご案内

## ～訪問看護ステーションとうかい～

“訪問看護ステーションとうかい”には看護師の他、リハビリ専任のスタッフ“作業療法士（OT）”が2名在籍しています。ご自宅で行う訪問リハビリとはどのようなものなのでしょうか。

お身体に病気を抱えて、外出が難しい方やご自宅での生活で身体的に何か困っていることや悩んでいることがある方に、理学療法士や作業療法士といったリハビリスタッフがご自宅に訪問し、ご本人に合わせてリハビリを行うのが訪問リハビリです。

リハビリというと、手や足を動かしたり、立ったり歩いたり

「きつい」「大変」「痛い」というイメージをお持ちの方もいらっしゃると思います。

しかし訪問リハビリでは、ご本人の希望やペースを大事にし、少しずつ運動をしたり、日常で

「できること」を増やすお手伝いをさせて頂いております。

「退院して自宅に戻ったが、どう動いて良いかわからない(入院中でできていたことが家でできなくなった)」「最近、ベッドに寝ていることが多い」「歩きが悪くなった、転ぶことがある」「一人でトイレに行けるようになりたい」「移動や着替え、食事などの介助法を教えてください」「手すりをつける位置や福祉用具の相談をしたい」など、日常生活の中でお困りのことがありましたらご相談ください。少しの工夫で解決できることもたくさんあると思います。リハビリスタッフと一緒に解決方法を考えてみませんか？



利用者様の自宅で歩行リハビリ中の廣木 作業療法士



## いばらき診療所とうかい ～地域住民ふれあい事業～

1/31 村松地区



2/12 石神宿第1第2新城班



2/14 石神地区



いばらき診療所とうかいでは、地域住民ふれあい事業と位置づけた講演・講師活動を行っている。主に東海村社会福祉協議会などの事業に協力し、研修会等の講師依頼などに応じている。

西村院長は「熱中症やインフルエンザなどの予防方法が広まり、受傷者は以前より減少している。他の病気に対しても知識を得る事で予防してほしい」と話す。平成25年から始まった取り組みだが、今年に入ってからは、1/31の村松地区社協研修(約40名)、2/12の石神宿第1・第2新城班勉強会(10名)、そして2/14(金)には、石神地区社会福祉協議会 ふれあい協力員研修会(約80名)に講師参加。今回で9回目となる地域参加のテーマは「在宅医療と在宅介護のしくみ」講師は在宅医療については“いばらき診療所とうかい 西村嘉裕院長”、在宅介護については“ケアプランセンターとうかい 介護支援専門員 深谷真吾氏”が担当。楽しくわかりやすい二人の講師の話に時には笑い、時には発見があり、質疑応答でも活発な質問が飛び出した。雪にも負けず足を運んだ約80名の参加者も満足した様子だった。小規模の研修会でも主旨・日程が合えばお受けいたしますので、このような研修等を企画される際はご相談ください。

(相談窓口；いばらき診療所とうかい)

029-283-4110 医療介護連携室 朝日まで)



## IBC Annual meeting 2013 ～いばらき診療所 アニュアルミーティング開催～

第1部 在宅医療機器展示・体験会  
～在宅医療の実際を見て・手に取って体験しよう～



第2部 討論・講演会  
～いのちの輝きと延命の狭間で～在宅医療の現場から～



平成25年11月9日(土)水戸市千波町の茨城県総合福祉会館に於いてアニュアルミーティング2013を開催した。第1部、第2部とも多くの参加者で賑わった。たくさんのご参加ありがとうございました。

尚、主な内容は次のとおり。

第1部 在宅医療で使用する機器展示、体験会(10:00～13:00) 総合福祉会館 3F 多目的ホール

吸引器講習(訪問看護師)/リフトを用いた移乗実技(作業療法士)/訪問栄養食事相談(管理栄養士)/食事(調理部長)/訪問薬局(訪問薬局 薬剤師)/在宅医療よろず相談(医療調整部 MSW) 他在宅医療・介護に関わるスタッフ、使用する機器などが実体験でき、参加者からの質問も活発だった。

第2部 討論・講演会「いのちの輝きと延命の狭間で ～在宅医療の現場から～」(13:00～16:00) 4F 大研修室  
司会:いばらき会 副理事長 大須賀 等、

話題提供:いばらき会 理事長 照沼 秀也、とうかい 院長 西村 嘉裕、たかば 院長 廣田 桜子、こづる 院長 大須賀 幸子、みと 院長 丸山 善治郎、看護部 部長 青木 万由美  
当法人5ヶ所の「いばらき診療所」の各院長からの話題提供により、さまざまな症例とそれに伴う意見交換が盛んに行われ、参加者の在宅医療・介護に対する興味の高さをうかがわせた。

## IBC MOUNTAINEERING CLUB

## ～いばらき診療所 山クラブ～

安達太良山 登山



2013年山クラブ登り納めは安達太良山。台風の影響で天候が悪い中での登山。突風に吹き飛ばされそうになりながら登るのは本当に辛かった…メンバー8名全員が怪我なく下山出来たので辛かったけれど本当によい思い出となりました。

冬の山クラブではボード部となり、雪山に出発しています。今年もいろいろな活動をしていきたいと思っています。2014年もよろしくお願ひ申し上げます。

安達太良山



箕輪スキー場



冬季はスノーボード部へと

## 外来からのお知らせ

暦の上では春ですが、まだまだ寒い日が続いていますね。

今年もちらほら花粉症の症状を訴える患者様が来院されるようになりました。症状がでる前に薬を服用することがすすめられています。気になる方は早目に医師にご相談下さい。

今月は受付に“おひな様とおだいり様”をディスプレイしています。待ち時間の癒しになればと思います。



## 在宅医療について

「いばらき診療所とうかい」では、訪問診療・外来・訪問看護・訪問リハビリ・ケアプランと、患者様がいつまでも自分らしく生きるための医療・介護支援を行っております。

訪問診療は主に東海村・那珂市(中部・北部地区)・常陸太田市(旧常陸太田市南部地区)への

訪問診療の提供をしております。

訪問診療を開始すると、月2回以上の定期訪問診療の他、在宅患者様の緊急時は24時間365日の電話相談や必要に応じての臨時往診などが可能となります。

訪問診療の対象となる方は、身体上の理由で通院が困難な方

(通院途中が心配な方、長い時間待っていることができない方等)、病院に入院していたが、自宅で治療を続けたい方等が受ける事ができる保険医療です。依頼方法やご相談など、詳しくは当院の在宅医療ソーシャルワーカー(=相談員)まで、気軽にお問い合わせください。

お問い合わせ：いばらき診療所とうかい(医療介護連携室または医療ソーシャルワーカー室)

TEL:029-283-4110(代表)

ホームページ

いばらき診療所とうかい

検索



## 外来



院長と受付スタッフ

	月	火	水	木	金	土	日祝
AM (8:30~12:30) 担当医師	菱川	予約	西村	木村	津本	休	休
PM	休	休	休	休	休	休	休

外来診察などのご不明点は私たち受付にご相談ください。

尚、訪問診療は月~金の9時~17時の間、予定に従いそれぞれの担当医が行っております。

訪問診療・訪問看護ご希望の方は気軽にご相談ください。(029-293-4110)

## 在宅訪問栄養食事相談について

いばらき診療所とうかい 管理栄養士 古賀奈保子



当診療所では、「在宅訪問栄養食事相談」を実施しています。

下記の状態にある方で栄養や食事のことで不安や心配がある方は遠慮なく担当医師に相談してみてください。担当医師が必要と判断した場合は管理栄養士が訪問いたします。

### ●在宅訪問栄養食事相談の対象

腎臓病 / 肝臓病 / 糖尿病 / 胃・十二指腸潰瘍 / 貧血 / 脾臓病 / 脂質異常症 / 痛風 / 心臓疾患 / 高血圧 / 消化管術後 / クロウン病・潰瘍性大腸炎 / 肥満 / 嚥下障害 / 経管栄養 / 低栄養状態

「栄養食事相談」と聞くと「楽しみが奪われる」「細かく計量しなくてはいけない」「怒られる」等、マイナスのイメージを持たれる方が多くいらっしゃいます。

しかし、本当は「楽しくおいしく食べる」ことを支援するためのものです。疾患によってある程度の制限や注意が必要なのは、元気で過ごせる時間を維持するために、大切なことなのです。

体は食物で作られ動いています。食べた分だけ消化・吸収し、動くためのエネルギー（力）と、筋肉や骨、皮膚等の体自体を作っています。食べても吸収されなかったものや、いらなくなったもの等は、便となり排泄しなくてはなりません。無理して食べたら余計に体に負担がかかりますし、疾患があれば尚のことです。また、体内に不足している栄養素を補うこと、過剰な栄養素は控えめにするこは、健康な体を作る、維持するためには必要なことです。

「食べたいものを食べたい分だけ食べる」と考える方も多いと思いますが、「食べるものを選んで食べる」ということも、食事の有難さや楽しさを感じることができますし、自分の体を慈しむことであると思いませんか？ どうぞ楽しくおいしく食べていただけますように！

## いばらき診療所とうかい 医療ソーシャルワーカー室

在宅医療ソーシャルワーカーとは、訪問診療の際に医師の診察に必ず同行し、患者さんの相談窓口や各種調整役として活躍するスタッフです。ホームメディカルソーシャルワーカーの頭文字を取って HMSW または MSW とも呼びます。病院のソーシャルワーカーとは業務が異なりますが、患者さんの家まで医師を案内し、診察に必要なものの準備、医師の指示に従った各種書類（処方箋・指示書など）の作成や、患者様やご家族から寄せられる在宅療養上の悩みや問題点などの相談にのり、必要な職種のスタッフにつないだりもします。言わば診療所の窓口とも言えます。どうしても専門的な事の多い医療と、患者さんやご家族の間での橋渡しをします。医療・介護等在宅療養上のご相談は、私たち在宅医療ソーシャルワーカーまでお気軽にご相談下さい。



## 訪問看護ステーションとうかい

こんにちは 訪問看護ステーションとうかいです。現在8人の訪問看護師と2人の作業療法士で活動しています。常時120名ほどの利用者様に、月1回から訪問看護・リハビリをしています。「いつまでも元気でいたい。自分の事はできるだけ自分でしたい。」誰もが、そう望んでいるのではないのでしょうか。すべての方々が生きがいを持って、健やかに、自分らしい生活が送れるように、24時間いつでも笑顔で訪問しています。

どうぞお気軽にご相談ください。（管理者 看護師 青木万由美）



## ケアプランセンターとうかい

当事業所は特定事業所で24時間ケアマネジャーと連絡を取れる体制を取っています。介護保険で認定された要介護者の「居宅介護サービス計画」作成を始め、介護サービスを利用される際の全般的なお手伝いや、介護認定の申請代行など、介護が必要な方の生活を4名のケアマネジャーでサポートしています。また、当事業所は「医療」との連携に積極的に取り組み、特に退院後「在宅医療」の必要な利用者様への支援も行っています。多彩な利用者様の声に応えていける、そして地域の中で信頼される事業所として努力を続けていきたいと考えています。

（管理者 主任介護支援専門員 奈良裕子）



## 在宅医療・在宅ケア Q&A

訪問診療と在宅ケアについて、よくあるご質問を掲載いたします。  
他にもご質問があれば、気軽にお寄せください。



Q1：どんな人が在宅医療を受けられるの？

A1：  
通院が困難または通院途中が不安な方で、外来通院や入院のかわりに、ご自宅での療養を希望される方。  
寝たきりや、寝たきりに近い方、また、退院後の自宅療養に入られる方など。

Q2：訪問診療では何をしてくれるの？

A2：  
医師による、定期的な訪問診療。在宅で治療可能な疾患の治療。  
夜間や休日を含めた急変時の対応。必要に応じた血液、尿、便の検査、点滴、IVH（在宅中心静脈栄養での高カロリー輸液の点滴）、在宅酸素、人工呼吸器、経管栄養（胃管、胃瘻等）、膀胱留置カテーテル等の医療機器の管理。褥瘡等の処置。処方及び薬剤配送の手配などを自宅で行います。

Q3：訪問診療はどのぐらいのペースで診察に来てくれるのですか？

A3：  
患者さんの状態や病気の種類にもよりますが、状態が落ち着いている方は月2回の医師の診察を基本とし、状態が不安定な場合は週に1回～2回の場合もあります。ご家族と相談しながら回数や頻度を決めます。

Q4：訪問可能な地域はどのあたりまで？

A4：  
いばらき診療所とうかいでは、東海村と那珂市（中部・北部）常陸太田市（旧常陸太田市南部）が訪問可能です。（詳しくはお電話でお問い合わせください）  
いばらき診療所とうかいの他にも、ひたち、たかば（ひたちなか市）、みと、こづる（茨城町）と合計5か所の診療所がございますので、詳しくはお問い合わせください。

Q5：夜間や休日に具合が悪くしたらどうするの？

A5：  
在宅医療を開始した方の緊急時は24時間365日対応可能となっております。  
電話相談はもちろん、必要に応じて医師の往診、看護師の緊急訪問も可能です。



Q6：費用はどれぐらい？

A6：  
医療保険・介護保険が適用になります。  
たとえば、月に医師が2回、看護師が4回訪問した場合、1割負担の方で1か月、約9500円の自己負担になります。（訪問回数によって変動します）

Q7：訪問診療を開始するにはどうしたらよいのでしょうか？

A7：  
現在主治医がいれば、主治医に「訪問診療を受けたいので紹介状をお願いできますか」と相談してください。  
紹介状があれば今までの治療経過も大体わかりますので、検査なども必要最低限ですませることができます。  
紹介状の準備ができましたら、診療所にお電話を頂きご家族とスタッフが面談します。  
（すでに担当のケアマネジャーがいる場合には、ケアマネジャーを通して依頼してもかまいません）  
診療についての説明をし、納得したうえで初診日を決め訪問診療を開始します。  
今まで主治医がいなかった場合は電話でその旨をお話してください。

Q8：訪問看護って何をやるの？

A8：  
ご自宅での安定した療養生活を支援するために、看護師、リハビリスタッフが、ご家庭を訪問して次のような療養上のお世話や看護を行います。

## 在宅医療・在宅ケア Q&A

・ご家族への介護支援相談 ・病状の観察 ・床ずれの予防と処置 ・医師の指示による診療の補助業務 ・清拭・洗髪など ・ターミナルケア、カテーテル等の管理・リハビリテーション ・食事（栄養）指導管理、排泄の介助、管理など介護度に関わらず、症状観察や療養生活に不安のある方を専門家の目で見守り、自立支援を行います。

ご利用者の健やかな生活を願って真心を込めて訪問看護させていただきます。お気軽にご相談ください。

Q9；居宅介護支援ってなに？

A9；  
自宅で介護を受ける高齢者に対し、介護計画（ケアプラン）の作成やサービス提供事業者との連絡、調整、経過観察（モニタリング）を行います。そして、必要に応じて介護計画（ケアプラン）の見直しや変更を行います。また、給付管理といった介護費用が、いくらかかるかも相談にのります。このような活動を通じて自宅で安心して介護が受けられるようお手伝いします。また、介護サービスに対する苦情や、役所への申請代行も行います。

Q10；ケアマネジャーとは？

A10；  
要介護認定を受けた方のご自宅を訪問し、ご本人や家族の希望を聞き、ご本人にとって必要なサービスとは何かを一緒に考え、計画を作成する人です。また、ご本人やご家族からの要望に添い、サービス事業者との連絡、調整を行い、介護が安心して受けられるようにします。サービス利用後、問題などがあればご相談にのります。

Q11；在宅療養する場合、具体的にはどのようなサービスが受けられるの？

A11；  
介護計画（ケアプラン）に基づいたサービスの一例は次のとおりです。  
ホームヘルプサービス、訪問看護、訪問リハビリ、福祉用具の貸し出し、通所サービスなど。  
利用者様の状態や環境に応じ、介護者様のご相談に応じながら必要なサービスを計画に入れていきます。ご利用者の安心できる生活を願って誠心誠意、真心を込めてサービスのご提供をさせていただきますので、どうぞお気軽にご相談ください。



Q12；訪問診療や、在宅療養は初めての事で、介護の方法もわからない事が多く、家族だけで介護するのが不安なのですが、大丈夫でしょうか？

A12；  
他のみなさんもケアマネジャーと相談しながら介護をしています。  
訪問診療、訪問看護、訪問介護、訪問入浴、デイサービス、ショートステイやその他のサービスを利用して介護者の負担軽減をする事もできますし、介護の方法についてもスタッフと相談しながら少しずつ介護に慣れていっているようです。困ったことは何でも相談してください。

Q13；訪問診療を始めれば、最後までおうちで暮らすことは可能ですか？

A13；  
可能です。在宅医療を希望する多くの方がそれを望んでいらっしゃるようです。  
在宅療養中にもいろいろなケースがあると思います。その都度ご家族と医師・看護師・ケアマネジャーなどのスタッフと相談をしながら一つ一つ問題を解決し、最後まで自宅で過ごせるようサポートいたします。



在宅医療・在宅ケアのご質問・ご相談は

連絡先

いばらき診療所とうかい

**029-283-4110**

ホームページ

いばらき診療所とうかい

検索 



IBC Tokai HP