

# ももたる便り

秋号

Oct. 2015



当院では 10 月 1 日に、在宅医療にかかわる多職種の方を対象として在宅医療セミナーを開催しました。

テーマは「がん患者のターミナル・ケア ～在宅療養を支えるための実践ポイント～」。岐阜県で私たちと同じように在宅医療を頑張っている、総合在宅医療クリニック、市橋亮一先生を講師にお招きして、癌で在宅療養をはじめめる患者さんの療養をサポートする上で重要なことは何かについてお話しいただきました。会場の岡山市地域ケア総合推進センター（新市民病院内）のホールには、市内のケアマネジャー、訪問看護、病院ソーシャルワーカー、薬剤師、介護など多くの職種の方々が集まりました。独居療養中の患者さんが癌になっても最期まで自宅で過ごされたというケース・スタディをなどもあり、あっという間の 90 分間でした。参加者からは「わかりやすく楽しいお話でした。もっと聞いていたい!」「また頑張るぞ!という気持ちになりました」などたくさんの感想をいただきました。

在宅療養される患者さんや家族の方が少しでも良い状態で過ごせるためには、多くの職種の関わりが必要になります。たとえ治らない病気があったとしても充実した在宅療養が可能となるように、このようなセミナーを通じて 地域全体のレベルアップを図りたいと考えています。



## インフルエンザ 予防接種のご案内

時期：11月から予防接種をおこないます。現在、診療時にご希望の有無を伺っています。

金額：65歳未満 3,500円（岡山市に住民票がある場合）  
65歳以上（一般）2,050円  
（助成券）1,020円、（無料券）0円



## ドクター佐能のつばやき

### ～親父の老い～

年を経ることで、親が歳をとり老いていくことは指摘されるまでもなくわかっていることである。しかし、わかっているても、現実に衰えてきた親を目の前にした時、なかなか受け入れが難しい。親父越えはできていても、衰えてきた親父を受け入れるのは難しい。親父に叱られ、親父が偉く見えた時を覚えているからか。ギラギラしていた親父の姿が記憶に残っているからか。今、同じこと

を繰り返し言い、自分の勝手な思いしか言わず、時に物忘れがひどく、弱音を吐き、力も弱くなり、ヨボヨボしている親父を見ると、イライラし、言わなきゃいいことを言い、怒ってみたり、言い合いをしたりしている。親父の老いを受け止めることは難しい。男同士だからなのか、母親に対する思いとは全く違うような気がする。

## 『高齢者を知ろう！』

### ～高齢者の今と昔～

今から60年以上前、終戦後間もない1947年。なんとこの当時、日本人の平均寿命は男性が50歳、女性が54歳でした。昭和40年頃の新聞には、なんと50歳代の女性を「老婆」と記載していたこともあるようです。しかし、現代では年齢問わずスポーツジムに通ったり旅行を楽しまれたり、外見も実年齢に比べ若々しい人たちが多くと実感されることも多いでしょう。

近年の生活習慣の変化に伴って高齢者の「若返り現象」がみられています。食事や運動などのライフ

スタイルの影響が大きく、生きがいのある活動的な暮らしをしている人では老化しにくいことがわかってきています。暦年齢よりも「見た目年齢」のほうが身体機能を適確に言い表せるともいいます。暦年齢ではなく、見た目年齢で若い！と言われるために、日々の暮らしに楽しみをみつけて生き生きと過ごしたいものですね。



ナースももこ

支える医療へ



医療法人ガイタック

TEL : 086-242-3232

FAX : 086-242-3233

ももたろう往診クリニック

Mail : info@momotaroclinic.jp

URL : www.momotaroclinic.jp