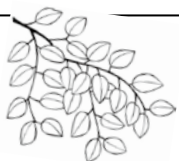


特定非営利活動法人



港南たすけあい心

会報 No.54

発行年月日 2013.2.25

発行責任者 阿部潤子

横浜市港南区野庭町

610-2-202

TEL 045-844-6858

FAX 045-844-6857

目次

| | |
|---|---|
| 自宅で看取る 医療、介護、福祉の連携で行う終末期の介護と看取り 阿部潤子 | 2 |
| 義母は 88 歳で旅立ちました 介護記録と利用したサービス | 3 |
| 港南たすけあい心の活動 (2012 年 9 月～2013 年 1 月) | 6 |
| 港南たすけあい心は 20 周年を迎えました / ここ便り | 7 |
| 港南たすけあい心の活動状況 | 8 |

自宅で見守る

医療、介護、福祉の連携で行う

終末期の介護と看取り

代表 阿部潤子



地域の介護を強化する

港南たすけあい心は、住み慣れた地域で安心して暮らし続けるといふ思いを持ち、20年を活動してまいりました。この20年の間に私たちの想像を超えて急速な社会の変化がありました。超高齢化社会の到来です。

先日、医療・介護・福祉の在宅療養連携研修会に参加しましたが、そこで話されていたのは、医療（医師と看護師）・介護（ヘルパーとケアマネジャー）・福祉（包括支援センターと社協等）の相互の地域連携の強化についてでした。

特にお互いが顔の見える関係を持ち

地域の介護を強化することが急務です。高齢者医療に求められているニーズは、今までのように病気を完全に治癒し、社会復帰をめざし、終末期には救命・延命をめざすというのではなく、病气や障害と折り合いをつけて共存し、生活復帰をめざし、終末期には納得ゆく死を求めるといふ多様な価値の選択が求められるようになりました。

自宅で

穏やかな毎日を過ごす

この冬、港南たすけあい心のメンバーのご家族が相次いで亡くなりました。

お二人とも自宅で家族に看取られ、最

期を迎えられました。家族の介護をサポートするために、心の会のメンバーが最後まで支援に入っていました。

病院での入院日数が短縮するなかで、在宅看取りについて知りたい方も多いことと思います。看取りの際に利用できるサービスの種類と内容、かかる費用について具体的に記録したものを次ページで紹介させていただきます。

将来に対する不安を少しでもなくし、穏やかな毎日を過ごすお手伝いができれば幸いです。

◆◆ 自宅で看取る ◆◆

義母は88歳で旅立ちました。

テレビや新聞では在宅で大往生の勧めの報道が目につきます。確かに住み慣れた自宅で看取られるのは皆さんの望みではありますが、実際に家族が看取るには、家族全員の理解と覚悟がなければ達成できないことです。今回、たすけあい心の会員が実際に経験したことを、実例としてお伝えします。亡くなる1年前からの本人の様子、状況に応じて利用したサービス、かかった経費までしるしてあります。

これからはお一人暮らしの方々の在宅看取りをどう支えていくのかが残された大きな課題です。

お気に入り デイサービスの大きなお風呂

もともと食の細い義母は1年ほど前に腸閉塞で2週間入院したのをきっかけに、さらに小食になっていきました。週に二回デイサービスに出かけ、大きなきれいなお風呂はとても気に入っていました。家族が仕事をしているために日中一人になりますが、ヘルパーさんが毎日来てくれました。

大腿骨を骨折したのは夜中のトイレに起きた時、布団につまずいて転んだためでした。折れた骨をつなぐチタンを埋め込む手術も成功し、リハビリを3か月間続け、杖があれば歩けるように回復して家に戻ってきました。再びデイサービスに通うようになり、ヘルパーさんにお世話になる生活に戻りました。入院中に認知症状が少し進みましたが、家に戻り、精神的にも落ち着いたので、その後は穏やかな生活を送っていました。

週に1日は必ず、義妹が訪問して通院介助等をしてくれました。食事の量はさらに少なくなり、室内の歩行は押し車を押して歩いていましたが、外出は難しくなりました。通院していた開業医に往診を頼み、デイサービスに行くのも体力的に難しくなってきたから、お風呂を訪問看護師さんに頼むようになりました。

家族の介護は朝夜のおむつ替えと夕食介助のみで、日中は訪問のヘルパーさんに2回来てもらい、服薬確認、食事介助、水分補給、トイレ介助をお願いし、仕事は続けることができました。

ありがとう、元気でね

飲食の量が減るにつれて脱水が進み、往診医師より極度の脱水のため入院が必要との判断で2週間ほど入院しました。しかし、退院後も食事の量が増えることがなく、少しの食事と水分で寝ていることが多くなりました。

年末、栄養不足から褥瘡のリスクが高まり看護師さんに緊急で見てもらい、

福祉用具のエアーマットを借りました。年を越し、家族や親せきと楽しいときを過ごした後は、なかなか体力が回復せず、ほとんど飲食できない状況でしたが、家族とは日常の会話を続けることができました。

亡くなる前日、「ありがとう、元気でね」との言葉を残して眠りながら逝去しました。訪問看護師さんにすぐ連絡すると30分ほどで来てくれます。往診医にも連絡を取ってくれて、先生も駆けつけ、その場で死亡を確認してくれました。

亡骸を動かすことなく、そのまま訪問看護師さんが体をきれいに清めてくださり、お気に入りの服に着替えるところまで、心をこめてお世話してくださいました。

お世話くださった地域の皆様、本当にありがとうございました。

<本人と家族の状況>

◆ 本人 / 女性 (88歳) (日中独居)

2世帯住宅に長男夫婦と居住 親族 / 週1回訪問

週間サービス計画表

| | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | 日 |
|-------|--|--------|-------|------|------|--------|---|
| 4:00 | | | | | | | |
| 6:00 | | | | | | | |
| 8:00 | | | | | | | |
| 10:00 | | デイサービス | 親族の介護 | | | デイサービス | |
| 12:00 | ヘルパー | | | ヘルパー | ヘルパー | | |
| 14:00 | | | | | | | |
| 16:00 | ヘルパー | | | ヘルパー | ヘルパー | | |
| 18:00 | | | | | | | |
| 20:00 | ※終末期には訪問看護師 | | | | | | |
| 22:00 | | | | | | | |
| 0:00 | ♥ 福祉用具レンタル、往診医 | | | | | | |
| 2:00 | ♥ サービス利用：1ヵ月 30,000円程度 + デイサービス昼食代 (明細は次ページ) | | | | | | |

利用したサービス

| 利用サービス | 回 数 | 金 額 |
|---|--|---|
| <医療保険対応> ▶往診医（*注1） ▶訪問歯科 | 月1回 週1回 | 2,680円／1回 1,800円程度／1回 |
| <介護保険対応> ▶ケアマネジャー ▶訪問看護師 24時間緊急対応（*注2） ▶訪問介護ヘルパー ▶福祉用具レンタル （電動ベッド、エアーマット、車椅子） ▶デイサービス | 費用負担なし 週1回 週3回、1日2回 3,300円／月 週2回 | 800円程度／1時間 300円程度／1時間 1,600円程度／1回 |
| <地域の資源> ▶地域の交流会 ▶送迎サービス ▶地域のNPO ▶見守り・声がけ（民生委員／近隣） | 月3回 月3回 週3回 | 1,000円／1回（地域ボランティア） 無料（地域ボランティア） 600円／30分（介護保険外のヘルパー） |

※目安の金額です。（加算やその他経費がかかる場合があります）

（*注1） **往診医**（開業医と往診専門医があります）

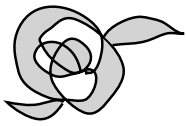
- ①主治医が往診のできる、かかりつけ医の場合。
 - ・今までの経過がよくわかっており、緊急時には総合病院を紹介してくれる。
 - ・開業医なので緊急対応ができない。
- ②在宅の往診専門の医師集団の場合。
 - ・看取り専門の往診医なので延命治療は行わない。
 - ・24時間365日、すぐに駆けつけてくれる。

（*注2） **訪問看護師**（24時間対応の事業所とそうでない事業所があります）

- 24時間緊急対応のできる訪問看護事業所に頼んだ場合、
- ・体調の急変時、30分ほどで駆けつけてくれる。
 - ・主治医と連絡を取り、適切な処置をしてくれる。

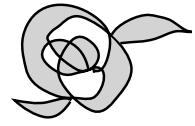
★ 港南たすけあい心のホームページのアドレス

<http://homepage3.nifty.com/tasukeaikokoro/>



港南たすけあい心の活動

(2012年9月～2013年1月)



「介護力・地域力・自分力で豊かな老後を」 / 2012年9月29日(土)

日野南ケアプラザと共催で福祉用具の研修を行いました。



利用者交流会 / 2012年10月13日(土)

「秋を味わう」をテーマにお料理を楽しみました。



映画会&ランチ / 2012年11月10日(土)

コミュニティルームここで映画会を開催。

新藤兼人監督「一枚の葉書」を上映。

手作りの豪華ランチで笑顔がいっぱい。



フリーマーケット (野庭団地)

2012年11月11日(日)

売上金は東日本大震災の遺児を応援する「毎日希望奨学金」に寄付しました。



VIVA まちづくり / 2013年1月12日(土)

たすけあい心のメンバーによるハンドベル演奏。

全員が集まって練習することはできませんでしたが、本番ではバッチリ揃いました



港南たすけあい心は 設立20周年を迎えました

多くの皆様に支えられて、たすけあい心は今年で20周年を迎えることができました。

20周年目の記念行事として、「あなたの夢をか
なえたい」プロジェクトを展開中です。利用者
の皆様に、「私の夢」を書いていただくカードを
お配りしています。その夢を一つずつ丁寧に実
現するために皆で知恵を絞っています。

カードにまだ夢を記入されていない方は今か
らでもぜひお寄せください。夢が思いつかない
方は、一緒に夢を探すお手伝いもいたします。

皆様が希望を持って暮らしていくことができ
ますように、私たちはこれからも心によりそう
支援を続けていきたいと思っています。



ココ体操

◆毎週水曜日は「ココ体操」の日です。

開店を一時間早めても、10時前には三々五々参加者が集まり始めます。体操を続けると、こんなに美しいプロポーションになります、という見本のような本川由美子先生の指導で、約一時間半がんばります。



狭い店内を活用した体操なので、飛んだり跳ねたりはしませんが、いくつになっても筋力は鍛えることができるそうです。

足元が不安になってきたら、是非「ココ体操」で転倒予防にチャレンジしてみてください。体操だけでなく、その後の食事会とお喋りタイムは、認知症予防にも効き目抜群です。お元気に、もう8年も続けている方が何人もいらっしゃいます。

- 上大岡、上永谷、港南台各ターミナルから
市営バスで10～20分 深田橋下車 バス停のまん前

電話 842 - 1755

港南たすけあい心の活動状況

| | 9月 | | | | 10月 | | | | 11月 | | | |
|----------------|---------------|---------------|-----------------|-------------|----------------|------------------|-----------------|-----------|---------------|------------------|-------------|-----------|
| | 介 | 支 | オ | 心 | 介 | 支 | オ | 心 | 介 | 支 | オ | 心 |
| 訪問件数 | 77 | 7 | 3 | 1 | 87 | 9 | 5 | 1 | 83 | 6 | 5 | 1 |
| 利用者数 | 47+33 | 23 | 33 | 2 | 49+33 | 23 | 32 | 2 | 50+32 | 23 | 36 | 2 |
| 活動時間 (内時間外) | 631.5 (85) | 247 (98) | 159.5 (21.5) | 6.5 (0) | 710 (100) | 283.5 (102.5) | 156 (21) | 16 (0) | 682.5 (99) | 279.5 (105.5) | 175 (18) | 13 (0) |
| 活動ワーカー数 | 43 | | | | 44 | | | | 41 | | | |
| | 12月 | | | | 1月 | | | | | | | |
| | 介 | 支 | オ | 心 | 介 | 支 | オ | 心 | | | | |
| 訪問件数 | 58 | 2 | 8 | 1 | 69 | 4 | 5 | 1 | | | | |
| 利用者数 | 51+33 | 23 | 41 | 2 | 49+32 | 20 | 33 | 2 | | | | |
| 活動時間 (内時間外) | 676 (114) | 247 (92.5) | 206 (29.5) | 12.5 (0) | 635.5 (102) | 193.5 (63) | 159.5 (11.5) | 10 (0) | | | | |
| 活動ワーカー数 | 43 | | | | 42 | | | | | | | |

◆居宅介護支援利用者数（ケアマネ利用者数）（要介護人数+要支援人数）

| 9月 | 10月 | 11月 | 12月 | 1月 |
|--------|--------|--------|--------|--------|
| 26 + 7 | 29 + 7 | 31 + 7 | 31 + 8 | 27 + 6 |

* 訪問件数はサービス提供責任者およびコーディネータが利用者宅を訪問した回数です。

- 登録ワーカー数 49名
- 介護保険利用者 84名
- 居宅介護支援利用者 33名
- 横浜市委託事業利用者 0名
- 障害者自立支援制度利用者 22名
- 賛助会員 41名

(2013年2月1日現在)

介……介護保険利用（要介護利用者）+（要支援利用者）
 支……障害者居宅介護・外出介護
 オ……オレンジチケットの略
 （介護保険利用者でチケット利用者）
 心……心チケット利用（子育て支援など）

この広報紙は赤い羽根共同募金の助成を受けて作られています。

編集後記



▼今号の特集は親の看取りを自宅で行った会員の投稿記事です。自宅で最期を迎えるためにどのような手立てが必要なのか。▼誰にでも訪れるその日について、先のことはわからなくても、考える一助になればと思います。

(事務局)

●賛助会員（敬称略）
 （新規）久留須勇人
 （継続）齋藤瑞子、安齋富子、
 篠田守人、布施淳子、稲葉幾代、
 東内武夫、山下幸子、高橋千恵子、
 金忠紘子、池袋恵美子、中山清、
 北川勝久、山崎重子、榎義典、
 佐藤喜久江、岸本賢三、白取悦子、
 匿名希望

