

少しずつ春らしくなってきましたが、皆様いかがお過ごしでしょうか？

在宅医療支援病棟では在宅医療支援病棟で行われている看護や地域に向けての在宅支援に関わる活動を知っていただくため、年に数回情報をお届けしています。

■地域医療介護連携セミナー開催

昨年12月に第6回地域医療介護連携セミナーが開催されました。今回は「人生の最終段階に向けて患者様や家族を地域の多職種でどのように支えるか」をテーマに講演会と事例を用いた意見交換会を行いました。

当院の医師・看護師・地域・訪問看護師・ケアマネージャー・ソーシャルワーカーなど40人が集まり、高齢者が住み慣れた地域でその人らしい最期を迎えるためには多職種でどのように連携をとりサポートしていくことができるかを考え、各職種の経験から出た高齢者や家族の方々の思い（食事を食べられなくなった時、どのように「食べたい気持ちを尊重するか」など）や、支援するサポーターの気持ちを共有することができました。

このセミナーで得たことを、今後も在宅医療支援病棟での看護・介護で家族への支援に活かせるように活用するとともに、地域との連携をさらに強め、住み慣れた地域で最期まで暮らせる社会づくりの支援をしていきたいと思っております。



リハビリからのお話

理学療法士・作業療法士は動作の専門家として、関節柔軟性の向上、筋力強化など、身体能力を直接伸ばす治療法から、動作練習・歩行練習など動作の安定性向上を目指す治療法まで、動作改善に必要な技術を用いて、日常生活の自立や介助量の軽減を目指します。



寝たきりなどで身体を動かさないために、筋肉や関節が固まることを「拘縮」といい、生活動作の大きな妨げになります。出来るだけご自身で毎日少しずつでも関節を動かすようにすることはもちろんですが、自分で動かすことが

できないときは、周りの方が以下のことに気をつけて動かしてあげるといいでしょう。

- ❁ 患者さんの表情をよく観察し、痛みのない範囲で1つの動作に対して5~10秒程度の時間をかけ、ゆっくりと動かしましょう。
- ❁ 1つの関節運動に対し、5~10回、一日に1~2回行えるといいでしょう。
- ❁ 出来るだけご自身で動かしていただいて、それを助けるように動かしてもいいでしょう。

動かす方向やコツなど、患者さんによっても違いがありますので、うまくいかないときは理学療法士・作業療法士にお尋ね下さい。

