

# 住み慣れた地域で、自分らしく暮らし続けるために 在宅医療という選択

本市の高齢化率は 32.0%（令和元年 9 月末）です。今後も高齢化率の上昇が続き、75 歳以上の後期高齢者数の大幅な増加、それに伴って医療と介護のサポートを必要とする方の増加が予想されます。

市が 40 歳以上の方 1,000 名を対象に行った「在宅医療に関するアンケート」では、在宅医療を希望するものの実現が難しいと考えている方が多いという結果が得られました。これを受けて、市では医療・介護が必要な状態となった時、在宅医療を希望する人が自宅などの住み慣れた生活の場で安心して暮らすことができるよう、在宅医療に関する情報発信を継続していくとともに、地域の医療と介護の関係機関と連携を図りながら、在宅医療をサポートできる体制づくりを進めています。

## 在宅医療とは

医療機関への通院が難しい患者さんの自宅に医師や看護師が訪問して診察、治療、処置などを行うことです。

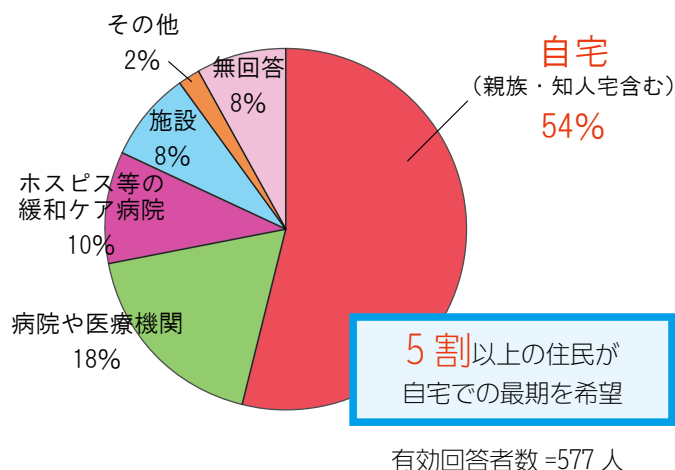
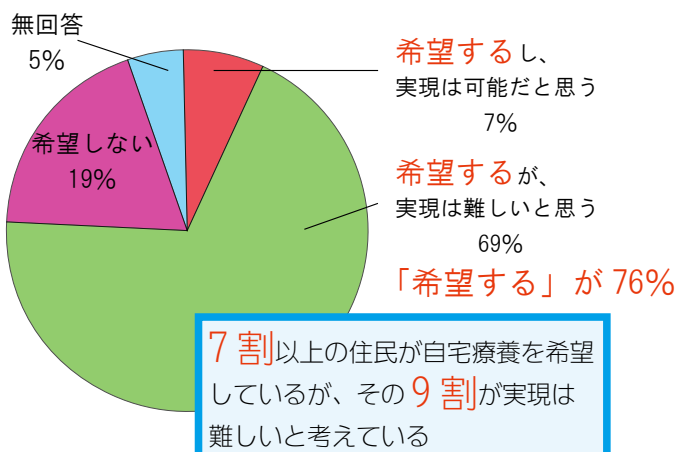
家族や思い出深いものに囲まれ「住み慣れた環境」で生活ができるという長所があります。



## 「在宅医療に関する住民アンケート」から

Q. 脳卒中の後遺症やがんなどの病気で長期療養が必要となった場合、自宅での療養を希望しますか？

Q. あなたはどこで人生の最期を過ごしたいと思いますか？



## 自由記載

- 「在宅医療」はイメージしにくいし、その手順もわからない。講演会や市報などで知らせてほしい。(40 代男性)
- 在宅医療を経験して自分の思っていたものと違った。もっと周知する必要があると思う。(60 代女性)
- 病院に入院せず自宅にいたい人は多い。さまざまな問題があるが、正確な情報を得ることで不安は減ると思う。(50 代女性)
- 誰にでもやってくる老いと死、その人生がよい人生だったと言えるような最期を迎えられるよう自分自身も周りの人と考えていきたい。(60 代女性)

資料：「在宅医療に関する住民アンケート」（平成 29 年実施 四国中央市）

## DVD「ほんじゃきんど <sup>うちんき</sup> 自分の家で」～在宅医療ってなぁに？～を制作しました

昨年 3 月、市内で活躍している医療・介護のスタッフなどが多数出演する DVD を、委託先の HITO 病院在宅医療連携拠点センターと四国中央テレビの協力を得て、語愛（かたらい）講座で使用する教材用として制作しました。



※ DVD の一般配布はしていません



## 在宅医療を経験した家族の声



自宅で医療を受けながら介護するという選択をしたのは、本人の強い希望と「最期まで義母らしく過ごしてほしい」との思いからでしたが、日ごと弱っていく義母を目前にしてさまざまな葛藤もありました。そんな大きな不安の中で私たちを支えてくれたのはケアマネさんや訪問看護師さんなどの専門職の方々でした。大事なことは、揺れ動いてもいいので一人で抱え込まないことです。今後、在宅医療の情報がもっとわかりやすく整理され選択肢が増えていくといいと思います。

(土居町 近藤加奈子さん)

## 在宅医療について医師の立場から



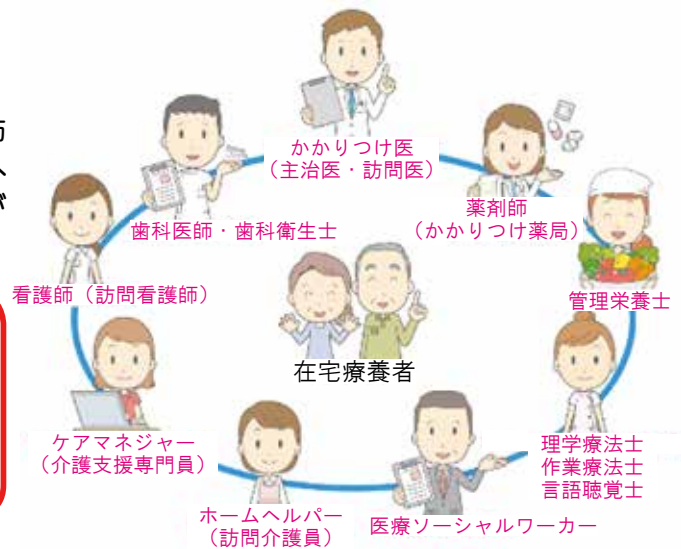
在宅医療の一つである、訪問診療は、病気などで通院できない方を対象に、月に1～2度訪問し、聴診や血圧測定、血液検査や注射、薬の処方などを行います。床ずれの処置や点滴回数が多いなど、訪問診療だけで対応できない場合は、訪問看護師さんや薬剤師さん達と連携します。訪問診療をお考えの際は、担当ケアマネさんに相談してください。その際に、かかりつけ医からの紹介状があれば助かります。市内では訪問診療を行っている医療機関が少なく大変ですが、多職種のみならず協力しながらやっています。

(福田医院 医師 福田保さん)

## 多職種が連携して支えます

ご本人・ご家族の意思を大切に、医師・歯科医師・訪問看護師などの医療スタッフとケアマネジャー・ホームヘルパーなどの介護スタッフが連携し、安心して療養生活が送れるようサポートします。

医療の進歩やチームケアの充実により、多くの場合、最期まで自宅で過ごすことができます。自宅がいいという人も、病院や施設が安心という人も、どちらが正解ということではありません。ご家族と話し合いながら自分の望む形をイメージしましょう。



## 4月から「語愛（かたらい）講座」始めます!!

### 「語愛（かたらい）講座」とは？

医療や介護の専門職が地域に出向いて行う出前型の講座です。家族やまわりの人たちと医療や介護について本音で語りあってほしいとの思いで命名しました。

この講座は、「医療と介護が必要になった時、どこでどのように過ごすことができるかを知ってもらい、在宅医療を学び考えるきっかけ作りになること」を目的として、市内の団体やグループを対象に開催します。時間は1時間程度です。講座では、DVDを使って在宅医療について学んだあと、在宅医療が必要になった時の相談先や自宅で受けられる医療や介護の情報、専門職との意見交換ができる時間を設けています。

在宅医療について「相談したい」「もっと知りたい」「地域で勉強会をしたい」などのご要望がありましたら、ご連絡ください。地域で活躍している専門職と思う存分語りあいましょう。



モデル地区での語愛（かたらい）講座の様子

