

亀田港にこやかクラブ

2021年7月21日（水）

函館市医療・介護連携支援センター

看護師 近藤 純香

本日の内容

- ・ 当センターとは？
 - ・ 医療・介護の変動について
 - ・ 変動する医療・介護の流れの中で、主役となる皆さんに知ってほしい事 『人生会議』について
- ちょっと小話・・・
- ・ 新型コロナの対応策
- ①マスク②手洗い③手指消毒④ソーシャルディスタンス⑤換気

センター：リーフレット抜粋

医療・介護関係者の研修

地域の医療・介護関係者の連携を推進するために、多職種連携研修の企画・実施、地域での研修情報の提供などを行います。

切れ目のない医療・介護の提供体制の構築

入退院支援・日常の療養支援・急変時の対応・看取りなどの様々な局面に関わり、地域医療・介護関係者と協働して、切れ目のない医療・介護の提供体制の構築を目指す。地域医療・介護関係者の基本となる各種ルール作りを行います。

地域の医療・介護資源の把握、情報提供

地域の医療機関、介護事業所の所在地や機能などを把握し、これまで収集している情報と合わせて、リストまたはマップを作成します。

皆さんと関わり
が深い2項目
(黄色・赤色)

医療・介護関係者の情報共有の支援

地域の医療・介護関係者の連携に必要な、標準的な情報共有ツールを整備します。

地域住民への普及啓発

在宅医療や介護サービスに関する講演活動や、リーフレットの作成・配布などにより、地域住民へ在宅医療の仕組みなどをお知らせします。

在宅医療・介護連携に関する相談支援

市民の皆さまからの在宅医療などに関する不安やお悩みのご相談や、地域の医療・介護関係者および地域包括支援センターなどからの連携の調整に関するご相談に対応します。

★こんな困りごとはないですか？

退院したあとの医療や
介護サービスについて
不安がある

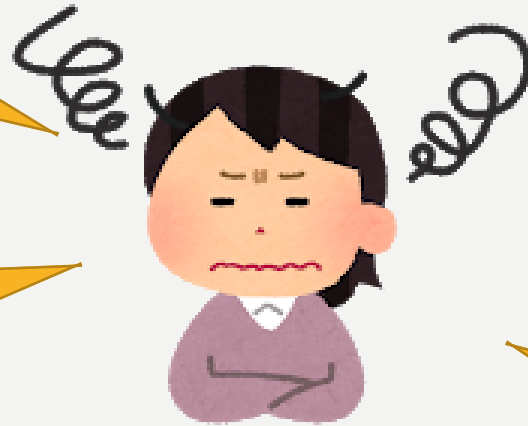


訪問看護を受けたいが
方法がわからない

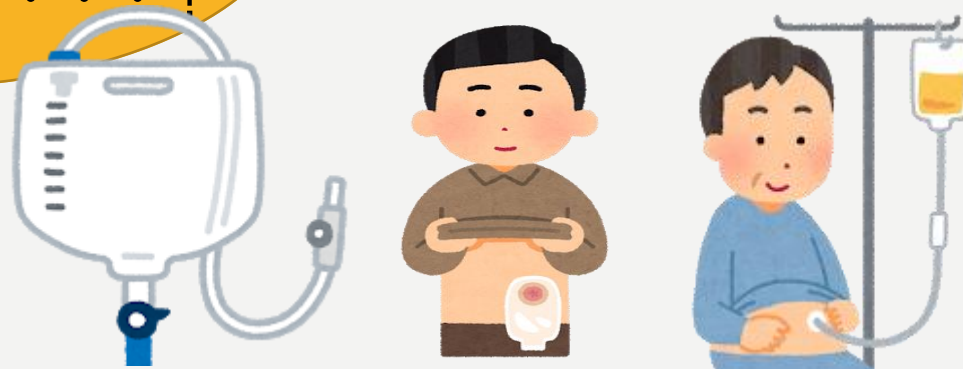


医療や介護のわからない
事を聞きたい

- ・胃瘻・人工肛門
- ・おしっここの管・・・？



そもそも、どこに相談
したらいいのか？



そのような時に、ご相談ください！

当センターには、
相談員

（医療相談員・ケアマネジャーの経歴 社会福祉士）

看護師

様々な経歴をもった職員がいますので
皆で知恵をしぼって相談に応じます！
必要に応じて、
医療機関や介護事業所
地域包括支援センターと連携して
地域の皆さんを支えます！

函館市医療・介護連携支援センター

43-3939

医師会病院内（1階）にあります



相談窓口として、その他に色々あります・・・

あまり知られていないのが・・・

病院内

医療相談室

地域連携室



病院それぞれで名称は異なりますが、相談窓口があります。

相談を受ける方の名称 『**医療相談員**』 **MSW**といます。

入院中や通院中の様々な相談ができます。

*** 病気や退院先について、退院後の介護のこと、金銭面等・・・**

* クリニックや診療所に関しては相談室がない所が多く、看護師や事務員の方が対応している所もあります。

医療と介護の変動

★医療の発達

様々な治療法の確立
薬の進歩
癌の告知，治療の選択をする
時代へ

★家族・考えの変化

核家族化 高齡単身・夫婦世帯の増加
最期は病院だけではなく，施設・自宅
での時代へ

★社会（医療・介護）の変化

超高齡化
介護保険法 施行
（在宅でのサービスが手厚くなった）
病院の運営方法の変化
（病院に長く入院できなくなった）
自宅で医療，介護サービスを利用できる
時代へ



『人生会議』ACP

この名称をご存じですか？

『人生会議』までの変遷

- ・どのような治療を受けたいか、延命治療の希望などを医療現場で確認して関わった
- AD：アドバンスディレクティブ



- ・代理決定者が本人や医療者と十分に話し合っておらず意思決定が難しい
- ・本人の意思と代理決定者の選択が異なる場合が少なくない



★効果があったかの調査をしたが施行前後で満足度は変わらなかった
最終決定した後も、「本当によかったのか」と周囲が悩む・・・



**本人・家族・医療・介護関係者
など皆で本人の意向を話し合う
事が重要！！**

『人生会議』
の登場！

なぜ、『人生会議』が大事か？

『人生会議』

これらの話し合いは、

もしもの時に本人の信頼する人が本人の代わりに治療やケアについて難しい決断をする場合の助けになります。

万が一、本人が自分の気持ちを話せなくなった時には、心の声を伝えることができるかけがえのないものになり、ご家族やご友人の心の負担は軽くなるでしょう。

でも一番大事な事は、

「自分の思いは何か」に重点がおかれている事

そして、その思いを話し合う事



元気な段階から、「これからどう生きたいか」を 話題にしていく事が大事！

今だけではなく、これまでどんな思いをもってきたか、
体の状態の変化によって思いは変化する事はあります。
色々なタイミングで思いを伝える・確認することが重要です！

★例えば・・・

正月などの節目の時 結婚式・葬式・法事などの冠婚葬祭の時

誕生日

自分自身が入院した、治療した時



何をどう話したらいいか難しい・・・ こんな話からは、どうでしょう

どういう人生を送ってきたか

* 意外に話した事ないかも？

好きな事 嫌いな事

病気になった時に、どう感じて何が辛かったか

芸能人の病気などの話を軸に、自分なら（あなたなら）
どうするか話をする

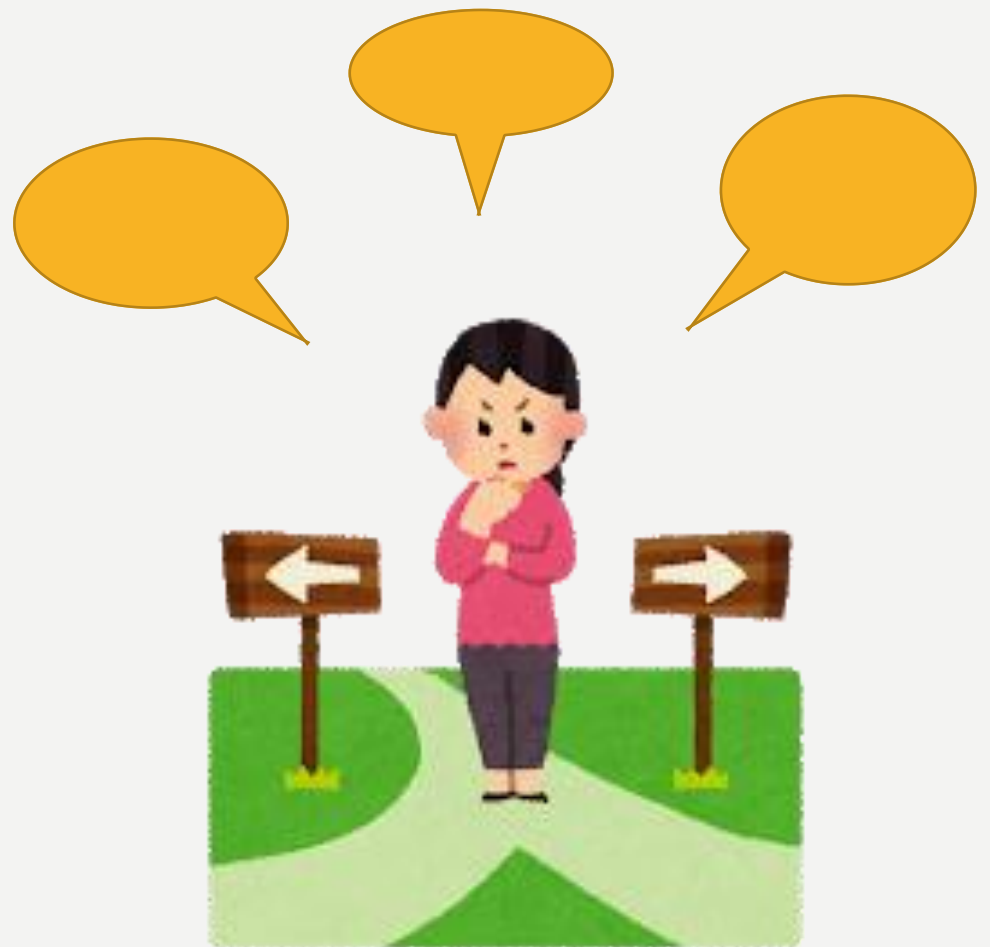
生きている間に、どんな事をしたいか



皆さんの思いはどうでしょうか？

●あなたが大切にしている事は何ですか？

- ・ 家族や友人
- ・ 仕事や社会的役割
- ・ 身の周りの事が自分でできること
- ・ できる限りの治療が受けられること
- ・ 家族の負担にならないこと
- ・ 趣味
- ・ ひとりの時間が持てること
- ・ 経済的なこと
- ・ その他



● **あなたが信頼できる人は誰ですか？**

配偶者・子供・兄弟・友人・・・

担当ケアマネジャー・かかりつけ医・・・・・・・・

自分の価値観・考え方を理解してくれる人は誰ですか？

● **信頼できる人や医療・ケアチームと話し合いましたか？**

信頼できる人と価値観・考えがわかるような話し合いをする事が重要になります！

● **話し合いの結果を大切な人達に伝えて共有しましたか？**

伝える事でああなたの思いを理解してくれ、もしもの時にあなたの思いを代弁してくれます！

『人生会議』とは

「医療やケアの方針を話し合う」となった時、それは医者や看護師「医療の仕事」と思ってしまっていないでしょうか？
医師や看護師も話し合いの一員ではありますが、

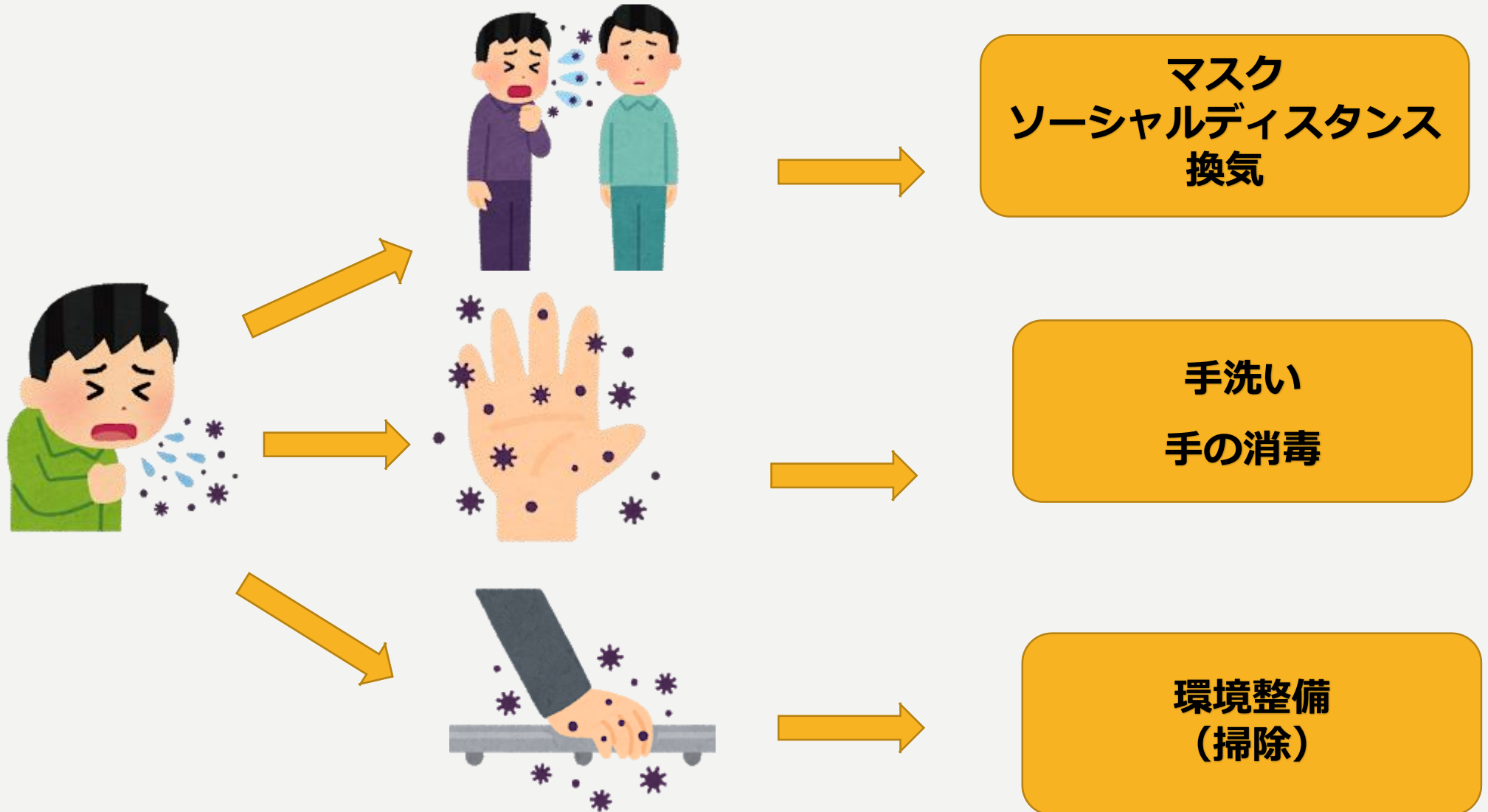
主役は皆さんです

皆さんが自分らしく人生をいききる為に、
私達専門職は知恵をしぼります！

よろしくお願ひします



ちょっと小話…… 新型コロナウイルス対策



対策のなぜ(根拠は?)

●マスク・ソーシャルディスタンス・換気

飛沫感染：飛沫は水分を含んで重いため、放物線を描いて正面方向に飛び地面に落ちます。

通常、飛沫が長い距離を浮遊する事はありません

会話で**1メートル**、咳やくしゃみでの飛沫は**2メートル**は飛ば

* 会話・発声に伴い排出される**マイクロ飛沫**がある

5マイクロメートル未満の粒子が、**換気の悪い密閉空間**で空気中に漂い

少し離れた場所や長い時間において感染がおけるとされている

唾液によるマイクロ飛沫を抑えるのにマスクは有効

* やっかいなのは、**発症出現2日前**から感染性を発揮する事！

ソーシャル
ディスタンス

換気

マスク

●手洗い・手の消毒

●環境整備（掃除）

接触感染：**感染者や環境表面に触れた手指**で眼や鼻，口に触れた際に粘膜の細胞から感染する経路です。

環境整備
(掃除)

手洗い
手の消毒

濃厚接触の判断として

- ・ **手で触れる事のできる距離（目安1メートル以内）**で，適切な個人防護具を使用せず**一定時間（目安として15分以上）**の接触があった場合
- ・ 患者の気道分泌物もしくは体液等の**汚染物質に直接接触した可能性が高い場合**

マスク

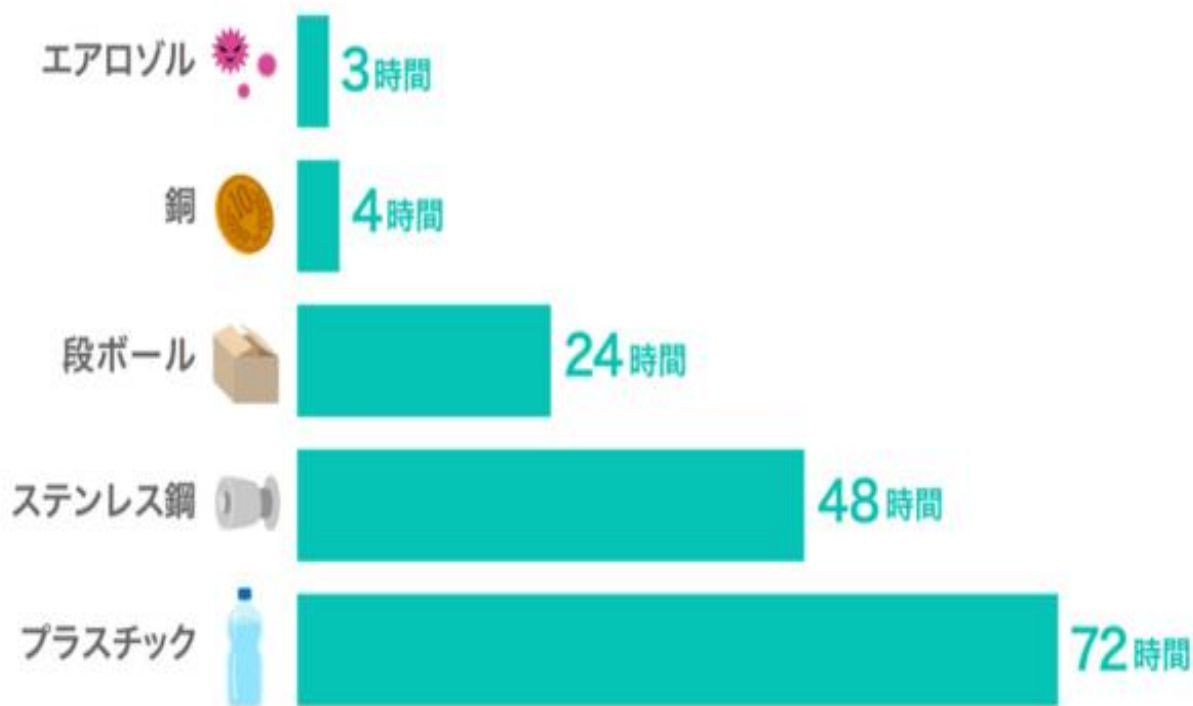
手洗い
手の消毒

●環境整備（掃除）

飛沫や手指の接触について、**環境に付着した** 新型コロナウイルスは場所によって**残存期間**が違います。

環境整備
(掃除)

新型コロナウイルスの物質別最大残存期間



手洗い・手の消毒のコツ

	残存ウイルス数
流水で15秒手洗い	手洗いなしと比較 1% (数万個)
ハンドソープ10か30秒洗い後 流水15秒すすぎ	数百個
ハンドソープ60秒洗い後 流水15秒すすぎ	数十個
ハンドソープ10秒洗い後 流水15秒すすぎを2回繰り返す	数個

色が濃い所は
洗い残しが
多い箇所です



正しい手洗いの方法

- 1 流水で洗う
- 2 石けんを手に取り
- 3 手のひら、指の腹面を洗う
- 4 手の甲、指の背を洗う
- 5 指の間(側面)、股、付け根を洗う
- 6 親指と親指の付け根のふくらんだ部分を洗う
- 7 指先を洗う
- 8 手首を洗う(内側・側面・外側)



手の消毒
消毒液 適正量
3 m l

- ・ **液体** → 1プッシュ1~3m l くらい
 まんべんなくすりこみ, 20秒ほど
 乾かないくらい
 * こぼれる事を想定している
- ・ **ジェル状** → 1プッシュ1 m l の製品が多い
 少なくとも2~3プッシュは必要
 (30秒ほど乾かない量)
- * 手の消毒を購入する際の注意点
 アルコール濃度60%以上のものにする
火気厳禁と表示があるものは60%以上です

人は無意識に顔をさわっています！



★何かを触った時は要注意です！

なるべく顔を触らない様にして，手の消毒・手洗いをしてください。

例) 食事前後

買い物に行った時，出入り時に消毒をする

マスクを外す時

おわりに・・・

色々お話ししましたが、医療・介護の場面でわからない事が多くあると思います。

そんな時に、

『**函館市医療・介護連携支援センター**』を思い出して頂けると幸いです。

ありがとう
ございました

ご清聴
ありがとうございました

