

みぬまハウス通信

第27号 2016年7月30日発行
さいたま市見沼区大和田 2-1288-4
NPO法人 みぬまで暮らす会
TEL/FAX 048-796-0295
<http://www.minuma-hausu.net/>

個別健康相談受け付けます(無料)！「まちの保健室」から

昨年6月から医療、介護、健康等のセミナーを月1回(第3水曜)、みぬまハウスで開催してきましたが、個別で相談した方がよいと思われる事例や、現在の病状にどう対処してよいか分からないといった相談も多々寄せられるようになりました。みぬまハウスが相談の窓口になり、たんぽぽ訪問看護ステーションにつなぐことになりました。受診していても、なかなかお医者さんに聞けなかったことなどもどうぞ！個別相談は無料です。(長沼記)



受付：☎ 048-796-0295 みぬまハウス 月曜日～金曜日 10:00～16:00

講座のお知らせ

「ぜひ 知っておきたい 高齢期の医療&看護&介護」

もしもの時になってからでは間に合いません。元気な今のうちに、終末期医療(延命措置・緩和措置)や在宅医療(訪問医療・訪問看護)、ホスピスなどの看取る医療について専門家の話を聞き、葬儀のことや相続についてエンディングノートを使って学びましょう。

場 所：見沼区役所1階 多目的室

時 間：いずれの日も13:30～15:30

内 容：9月25日(日)「高齢期と終末期の医療」

講師：彩の国東大宮メディカルセンター 総合診療科 医師 酒井 直 さん

10月1日(土)「退院後に暮らす場所」

講師：さいたま記念病院 ソーシャルケースワーカー 岡田 直美 さん

10月9日(日)「在宅医療と訪問看護」

講師：たんぽぽ訪問看護ステーション 看護師 佐藤 紀代子 さん

10月23日(日)「看取る医療」

講師：ホームホスピス きりんの家 代表 平蔵 見子 さん

10月30日(日)「エンディングノートを書く」

講師：高齢期を支え合う仲間の会おもとくらぶ/みぬまで暮らす会

参加費：無料(見沼区市民活動ネットワーク事業の補助金を受けて開催します)

申込み：☎ 048-796-0295 みぬまハウス 月曜日～金曜日 10:00～16:00

「上手に老い、最期まで自分らしく暮らす」、そのために必要な「もしものときの医療や看護」について元気な今、学んでおきませんか。詳しい内容はチラシをご覧ください。(見沼区役所1階ホールの市民活動ネットワーク掲示板に公開)

ホームホスピス「きりんの家」訪問



6月20日、まちの保健室セミナー「延命治療について知っておくこと」(4月開催)に参加された会員さんからのご希望もあり、スタッフの長谷川美智子さん、長沼と長沼の知り合い計5名で、ホームホスピス「きりんの家」を訪問して来ました。

埼京線の与野本町駅から徒歩5分程度の住宅街にあり、庭もある少し大きめの普通の民家でした。当日、代表の平蔵見子さんはご不在でしたが看護師の山下寛子さんが丁寧に対応してくださいました。9月から始まる終活講座「ぜひ知っておきたい高齢期の医療&看護&介護」の第4回にご参加いただくと、代表者の平蔵見子さんからホスピスについて詳しいお話が伺えます。(長沼記)



「身の周りの物を整理して シンプルに楽しく暮らすために」

あんしんネット事業部部長の石見良則さんに、身の周りの物の整理について話を聞きました。あんしんネットへの依頼の70%(1ヶ月90件の内63件)が遺族ではなく、在宅介護のご家庭からの依頼だということでした。一人暮らしの高齢者が認知症等になってゴミ出しもできなくなると、家の中は足の踏み場もない状態になり、ヘルパーさんが訪問介護できるようにするためには先ず家の中のゴミ出し、片づけから、ということになるそうです。また、施設入所後の家財の整理は後見人からの依頼が多く、これらを「福祉住環境整理」と呼んでいるとのことでした。

片付かない原因は、①忙しい、ヒマがない(現状逃避型)、②手放せない(過去執着型)、③いつか使うかも(将来不安型)、と分類されていましたが、そのどれにも増して原因となるのは④やりたくても体力気力が続かない(老化)があると思いました。一人暮らしでも3トンは捨てる物を持っているそうで、一日30キログラムずつ捨てても100日かかる勘定です。今の内から少しずつでも片づけ(捨てる作業)を続けていけば、介護してもらおう状態になるまでには…何とかなるかなあ。(嘉成記)

みぬまハウスも夏休み

8月11日(木)から8月16日(火)まで コミュニティカフェ・介護者カフェ お休みです。

介護保険外の生活支援サービスのご案内

みぬまハウスは、介護保険でまかなえない生活のあれこれを会員同士で支え合っています。

利用した人は1時間700円を支払います。(超過30分ごとに300円)

いつでもサポーター募集中です。あなたも支え合いの仲間になりませんか。

サポーターとして協力していただける方は「みぬまハウス」 ☎ 048-796-0295 へお問い合わせください。