



研修報告



第12回中央区在宅医療・介護連携研修会

テーマ:災害時における多職種連携について考える
～神戸市の災害対応への取組みについて学ぼう～



令和5年11月8日(水) 14時～15時30分に災害時、地域の医療やケアを継続するために平時からの備えや多職種協働を考えていくことを目的に開催。神戸市危機管理室 柘山裕貴係長、吉野貴美子係長に「大規模災害時(地震発生時)の神戸市における対応」についてお話いただき、地域防災計画について、災害対策本部と各部(福祉部、健康部)の役割、危機管理体制等について学びました。(オンライン、参加者40名。)

今回、医療機関、調剤薬局、介護事業所等の多くの方にご参加いただき、「神戸市の動きの概要がわかりました」「災害時の他団体との通信連絡手段、運用ルール等を各団体でしっかり検討する必要があると思います」「医療の視点や福祉の視点などそれぞれの専門性や視点を尊重しながら役割分担を明確にして協働していくことが必要だと思います」等の意見をいただきました。



今回、医療機関、調剤薬局、介護事業所等の多くの方にご参加いただき、「神戸市の動きの概要がわかりました」「災害時の他団体との通信連絡手段、運用ルール等を各団体でしっかり検討する必要があると思います」「医療の視点や福祉の視点などそれぞれの専門性や視点を尊重しながら役割分担を明確にして協働していくことが必要だと思います」等の意見をいただきました。

第13回中央区在宅医療・介護連携研修会

テーマ:意思決定支援の実践において
～「私のこれから」を一緒に話し合う専門職に知っておいてほしいこと～

令和5年11月29日(水)14時～15時30分にオンラインで開催、参加者30名。神戸大学医学部附属病院 患者支援センター 副センター長 竹中かおり先生にACPの必要性やACPの対象者、大学病院での取組み、緩和ケア病棟での経験等についてご講演いただきました。ACPIは人生の全てのステージで必要であり、人生観・死生観を考えることにより、より充実した人生を送ることができること、ACPの前のALP(アドバンス・ライフ・プランニング)の段階にも大切な情報があること、利用者の普段の生活の中にACPに関わるキーワードがあること、それを拾い上げ多職種で共有し、つないでいくことの重要性等を教えていただきました。



参加者から「医療以外の話をする事の大切さが理解できたように思います」「しっかりとコミュニケーションをとることで得た内容を他の医療従事者に繋いでいきたいと思いました」「終末期に確認するものではなく、日頃から、状態が変化したときなどに『どのように生活したいか』の視点で聞くようにしたい」等の意見をいただきました。

第8回在宅における感染予防対策研修会

テーマ:在宅における感染予防対策 ～冬に気をつけたい感染症について～

令和5年12月20日(水)15時～16時30分にオンラインで開催。神戸市立医療センター中央市民病院 感染管理認定看護師の小倉明子氏にご講演いただきました。参加者15名。感染対策の基本、感染症を疑う症状、感染症ごとの特徴と対策についてわかりやすく教えていただきました。

参加者から「職員間で学んだことを共有していき、うつらない、うつさないようにしていきたいと思います」「特に訪問前後での手指衛生の方法についてどう統一するのがよいか考える参考になりました」「感染症はなくなることはないので、引き続き予防して参ります」等の意見をいただきました。



感染予防対策の知識の再確認や日々の実践力向上のために研修会を活用いただけると幸いです。

医療・介護等の専門職を対象に在宅医療・介護に関する研修会を開催しています。開催案内はホームページでお知らせしています。ご参加お待ちしております。



2024年

1月1日第24号

【発行】

中央区医療介護
サポートセンター

【住所】

神戸市中央区磯上通
3-2-17-6F
中央区医師会内

TEL:078-272-3001

FAX:078-272-3002

担当 辻村・羽原



中央区医療介護
サポートセンター
便り



中央区医療介護サポートセンター便りは
年4回(4月7月10月1月)の発行です

サポートセンターホームページのご案内

<https://kobe-iks.net/>



各区サポートセンターの紹介やお知らせ、研修案内、活動報告等をご覧いただけます。ぜひ、ご活用ください



今後もACPの区民啓発や実践にむけた専門職研修などの取組みをすすめていきます



こころの健康について



冬場は一日の日照時間が短くなり、また、寒さで外出機会が少なくなることで「セロトニン」と呼ばれる脳の神経伝達物質が分泌されにくくなります。セロトニンは、精神の安定や自律神経のバランス、体内時計の調整などに関与しているため、夜に眠れない、疲れやすい、気分が落ち込む、過食になるといった症状が現れやすく、結果、生活が乱れることによって冬季うつ病のような精神疾患が起こりやすくなります。また、1月1日に起きた能登半島地震による甚大な被害により、被災した方々はもちろん、被災していない地域の方々のこころにも何らかの反応が現れることがあります。利用者さん、支援者ともに不調に注意し早めに対処し、悪化させないようにしましょう。



厚生労働省「こころの耳」働く人のメンタルヘルス・ポータルサイト

相談窓口案内、メンタルヘルスに関する情報、ストレスレベルを測定するストレスチェック等が公開されています。

<https://kokoro.mhlw.go.jp/>



災害対応に備えましょう



地震や豪雨などの災害はいつ起こるかわかりません。緊急に避難しなければならなくなったり、外出先から帰宅できないこともあるかもしれません。災害に対する備えについて、神戸市ホームページに掲載されていますので、参考にして再確認しましょう。以下、神戸市ホームページから資料(チェックリスト)を一部抜粋して紹介します。

詳細はホームページをご覧ください。神戸市ホーム>防災>日ごろの防災>災害に対する備え

<https://www.city.kobe.lg.jp/a31812/bosai/prevention/preparation/stockpile.html>



✔ いつも持っておくもの

災害はいつどこで起きるかわかりません。いつも使うバックやポケットに入れておきましょう。

- | | |
|---|---|
| <input type="checkbox"/> 家、車の鍵 | <input type="checkbox"/> 常備薬 |
| <input type="checkbox"/> 財布 小銭も入れておく | <input type="checkbox"/> マスク らんじん(細かい砂等)を防ぎましょう |
| <input type="checkbox"/> 身分証明書 | <input type="checkbox"/> ばんそうこう |
| <input type="checkbox"/> 健康保険証 | <input type="checkbox"/> 筆記用具 できれば油性ペンも |
| <input type="checkbox"/> 携帯電話 充電器もできれば | <input type="checkbox"/> ハンカチ、手ぬぐい |
| <input type="checkbox"/> ポケットティッシュ | <input type="checkbox"/> 笛、鈴 避難所を知らせる用です |
| <input type="checkbox"/> 飲料水 | <input type="checkbox"/> ライト ペンライト、懐電でも代用可能 |
| <input type="checkbox"/> 携帯食 袋包装で持ち歩きしやすいもの | <input type="checkbox"/> ポリ袋 (大、小) |
| <input type="checkbox"/> 歯ブラシ 顔面性肺炎を防ぎます | |

「安心カード」「健康保険証」「かかりつけ医療機関の診察券」「お薬手帳」等を財布やカバンにまとめ、持ち歩くことが大切です。災害時、避難先などでお薬がなくなった場合、お薬手帳があれば、カルテがなくても処方の内容がわかり、同様の薬を出してもらうことができます。

✔ 一時避難の持ち出し用

いつも持っておくものに加えて用意してください。両手のあくリュックサックに入れておき、取り出しやすいところに置いておきましょう。

- | | |
|---|---|
| <input type="checkbox"/> タオル 洗って乾かしたもの | <input type="checkbox"/> 新聞紙 保温、火種、折って紙皿として |
| <input type="checkbox"/> 着替え 肌着など | <input type="checkbox"/> ポリ袋 (大・小) 数枚 |
| <input type="checkbox"/> 飲料水 1人最低500ml | <input type="checkbox"/> トイレトペーパー 1ロール |
| <input type="checkbox"/> 加熱がいらぬ食糧 | <input type="checkbox"/> ナイフ、はさみなどの刃物 |
| <input type="checkbox"/> ラップ 清潔な物であれば止血、食器覆い用 | <input type="checkbox"/> 雨具 |
| <input type="checkbox"/> 歯ブラシ 顔面性肺炎を防ぎます | <input type="checkbox"/> 粉ミルク、離乳食 |
| <input type="checkbox"/> 紙コップ | <input type="checkbox"/> ストール 防寒、授乳時の目隠し用など |
| <input type="checkbox"/> サバイバルシート 保温性が高いアルミのシート | <input type="checkbox"/> 紙おむつ |
| <input type="checkbox"/> 懐中電灯 手回し・ソーラー式などが便利 | <input type="checkbox"/> 生理用品 清潔な物であれば緊急時の止血用としても |
| <input type="checkbox"/> 携帯ラジオ 手回し・ソーラー式などが便利 | <input type="checkbox"/> 緊急時の連絡先 子どもにも分かるように紙に書いてください |
| <input type="checkbox"/> 充電器、予備の乾電池 | <input type="checkbox"/> 預貯金通帳・印鑑 もしもは、支店・口座番号がわかるもの |
| <input type="checkbox"/> マッチ、ライター、ろうそく | <input type="checkbox"/> 布ガムテープ |
| <input type="checkbox"/> 予備のメガネ・コンタクトレンズ、補聴器 | <input type="checkbox"/> 軍手・ゴム手袋 |
| | <input type="checkbox"/> ヘルメット 頭を守るもの |

<日医ニュース(令和2年9月5日)引用>

慢性疾患でお薬を飲んでいる方は、非常用に3日分を準備しておく和良好的でしょう。先にもらった薬から飲んで、新しい薬を非常用に備え、次にもらったら、新しい薬と取り換えて、常に薬が古くならないようにします。保管する場所に条件(冷暗所、常温等)のある薬もありますので注意しましょう。



サポートセンターからのお知らせ



第5回 中央区多職種連携交流会のご案内

(中央区医療機関病棟・地域医療連携部門担当者と訪問看護師の交流会)

テーマ: 看看連携による切れ目のない入退院支援～協働に求められる相互理解と共通認識～

日時: 令和6年1月24日(水)14時～16時 場所: 兵庫県医師会館6階会議室

詳細等については、ホームページをご確認ください



編集後記: 本年もどうぞよろしくお願いいたします。寒暖差が大きいですので、皆さま、くれぐれも体調に気を付けて過ごしましょう



お布団から、なかなか出られません