

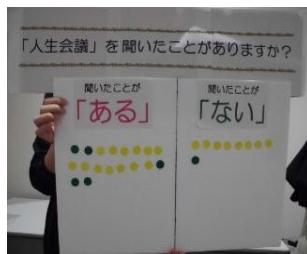
§ 第11回中央区在宅医療・介護セミナー §

# もしもの時に備える人生会議

# ～私たちしく生きるためにACPを考える～

令和7年11月27日(木)に兵庫県医師会館で開催しました。第1部では、日下亞起子氏より「患者・家族体験を通して」をテーマに、ご自身の実体験を踏まえたACPの大切さについて、また竹中かおり先生からは「医師としての経験から」をテーマに、健康レベルに関わらず「今をどう生きるべきか」を考え伝えていくことの重要性についてご講演いただきました。

第2部では山本結梨子氏をお招きし、「患者～家族～福祉～医師を繋ぐACP」と題してディスカッションを行い、様々な相談窓口があることや、地域のコミュニティやボランティア活動を通して人と繋がることの大切さを改めて共有する場となりました。



## 入場時アンケート



「私のこれから」

参加者の皆様には「私のこれから」を書くことで、ACPを「我が事」として考えていただきました。またアンケート結果では39名中34名が「(人生会議を)これから始めようと思う」とお答えいただいている。

今回の区民セミナーが身近な人と話し合い、価値観を共有する良いタイミングとなったことだと思います。

**冬はヒートショックに注意**

#### (1) 入浴前に脱衣所や浴室を暖めておく

浴室や脱衣所に暖房器具がなくても「湯を浴槽に入れる時にシャワーから給湯する」「浴槽の湯が沸いたところで、十分にかき混ぜて蒸気を立て、ふたを外しておく」など、出来るだけ浴室内を暖め寒暖差が少なくなるよう工夫する必要があります。

(2)湯温は41度以下、お湯につかる時間は10分までを目安にする

利用者が熱いお湯や長湯が好きな場合には温度や時間の調整について十分に話し合いながら介助をしていくことが必要となってきます。

### (3) 浴槽から急に立ち上がらない

浴槽から出る時は、手すりや浴槽のへりなどを使って、ゆっくり立ち上がりれるような声掛けや介助が必要となります。

#### (4) 入浴中の高齢者の動向に注意する

入浴中に体調の悪化などの異変があった場合は、早期に発見する事が重要です。「時間が長い」「音が全くしない」「突然大きな音がした」など、なにか異常を感じたら、ためらわずに声を開けましょう。



# 研修会報告

## 第10回在宅における感染予防対策研修会 平時から実践する感染対策の基本 ～どこでどうする？在宅におけるゾーニングと 手指衛生の5つのタイミングについて～



令和7年10月22日(水)にあすてっぷ神戸で開催しました。

訪問看護ステーションあおいそらの管理者で在宅看護専門看護師の苦田ひとみ氏にご講演いただいた後、事例を用いたグループワークを行いました。講演やグループワーク、質疑応答を通して、チームとして一人の利用者さんに対し、同じ感染対策をとるための考え方について学ぶことができました。

在宅看護専門看護師  
苦田ひとみ氏

グループワークでは  
活発な意見交換が  
なされました！



アンケート結果で「学んだことや実践に活かしていきたいこと」は、全員が「ある」とご回答いただきました。具体的には「ゾーニングを行い、訪問する職員で徹底する」「手指衛生や換気は、これから必要になることなので、実践していきたい」などの回答をいただきました。これからも、季節性の感染症が流行する前のタイミングで実施していきたいと思います。

窓がひとつしかない時は  
ドアを開けたり扇風機をつける、  
手すりやスイッチ・リモコンなどのよく  
手が触れる部分がコンタクトポイント  
など、すぐに実務に活かせる対策を  
学びました



在宅医療にかかるコメディカルの相互理解の促進と問題意識の共有を目的とし、中央区の現状の把握の後、ワールドカフェ方式でグループワークを行いました。

双方のコミュニケーションの中で雰囲気も打ち解けたものとなり、終盤には名刺交換を通して顔の見える関係づくりが出来ました。



## サポートセンターからのお知らせ

### 第9回 中央区多職種連携交流会

日時：令和8年1月28日(水)14時～15時45分

場所：兵庫県医師会館6階会議室(中央区磯上通6-1-11)

テーマ：その人らしい「生きる」を支える

～多職種協働でつなぐ本人の思い～

中央区における多職種間の切れ目のない情報共有と連携・協働を考え、本人の思い・考えや価値観を多職種でつないでいくことの大切さを話し合う予定です。

顔の見える関係性づくり  
はプライスレス。  
皆様の参加をお待ちし  
ております！

お申込みは中央区医療介護サポートセンターまで

