

インタビュー

在宅医療の現場で活躍している方にお話を聞きました

在宅医療は、訪問診療を行う医療機関（現在、市内に31か所）をはじめ、医療サービスを提供する事業者など多くの皆さんによって支えられています。現場で活躍されているお二人に在宅医療への思いを聞きました。



「どうしてほしくないか」が重要です

当院では、ほぼ毎日5人前後、全体で約50人の訪問診療を行っています。

在宅医療の現場では、住み慣れた場所で医療を受けられるメリットがある一方で、24時間看護が必要なことから「こんなに大変だと思わなかった」という現実に直面する家族がいっぱいます。私は、家族と患者さん本人の折り合いがつくことが重要で、自宅に過度にこだわることなく選択肢を広げるべきだと考えています。そのためには、日頃からACP*の実践が大事であり、「どうしてほしいか」より「どうしてほしくないか」の観点で、理想だけでなく、その実現が困難な場合の選択肢も話し合っておくとうと思います。

なかなか話し合うタイミングはないものですが、大病などの人生のイベントが起きてしまったときが良い機会です。そして、ACPは気持ちの変化に合わせて変えていけることも覚えておいてください。

すでに療養中の方は「これは無理だろう」と最初から決めずに、諦めないで医師や看護師に希望を伝えることで新たな選択肢も見つかるはずですよ。

最後に、在宅医療の世界で働くことを考えている方には、先に、病棟等で経験を積んでから始めてほしいと思います。また、在宅医療は時として密室になる可能性もあることから、より高い倫理感が必要になることも忘れないでほしいと思います。

※アドバンス・ケア・プランニング
＝もしものときのために、自分が望む医療やケアを前もって考え、家族や近しい人、医療・介護関係者等と話し合い、共有する取組み。

医師

いまもと ちえこ
今本 千衣子 さん

今本内科医院院長（旭川市
医師会地域福祉部担当理事）

訪問看護の利用に遠慮は無用です

訪問看護は病気や障害のある方の自宅等、日常生活の場にお伺いし、療養のお手伝いをする仕事です。医師の指示の下で、例えば、服薬指導、病状の観察・保清、食事・水分・栄養状態の観察等を行うほか、日常生活の自立を目的とした場合には、買い物や調理と一緒にすることもあります。基本的に1回当たり30～60分の訪問で、延長する場合は別途医師の指示が必要です。

地方にご家族がいる方でも、住み慣れた我が家が一番良いという思いで、おひとりでの生活を継続している方もいらっしゃいます。同居している場合、ご家族から「そばにいるのに何もしてあげられなくて辛い」という声を聞くことがあります。中には、ご家族だけで抱え込んでしまって、外に出られず引きこもってしまう場合があることも事実です。1人で悩まずにとにかく相談して欲しいです。私たちは、自分らしい生活を送るためのお手伝いをする「匠の技」を持っていますので、決して遠慮せず、抱え込まず、そして我慢せず何でもお話しください。

看護師

つじ のりこ
辻 紀子 さん

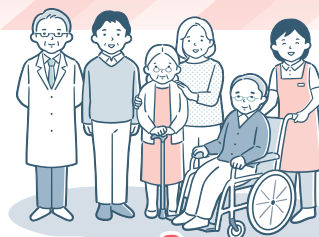
訪問看護ステーション
モモ 代表取締役社長



もっと知りたい在宅医療
市民講演会を実施します！

在宅医療の普及啓発のため、10月に市民講演会を開催します。詳細は、本誌9月号に掲載予定です。

在宅医療とそれを支える人々

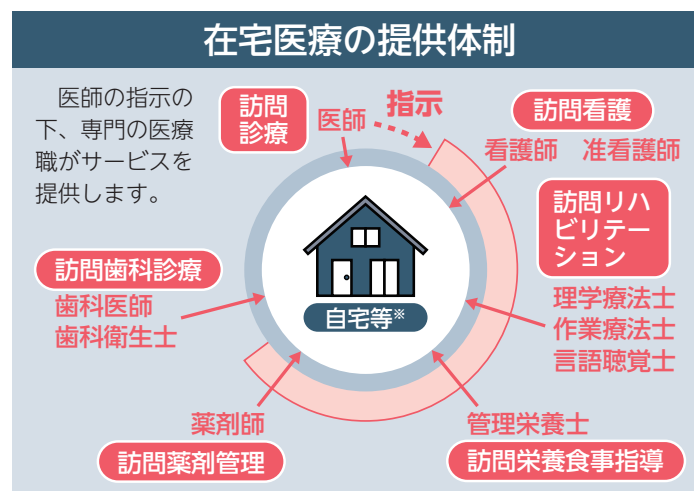


本市でも、人生の最終段階の時期を、住み慣れたご自宅等で過ごす方が増えています。ご本人が希望する医療やケアを受けながら安心して過ごすことができるよう、寄り添い、支える医療専門職が活躍しています。今回は、在宅医療の現状と、訪問診療医、訪問看護師や医療分野を志す方々の思いをお伝えします。

【詳細】保健総務課 25・8339

在宅医療ってなに？

自分らしい生活を続けられるよう、療養しているご本人の日常生活を支える医療のことをいいます。在宅医療では、病院や診療所と同様の医療サービスを自宅等*で受けることができます。※自宅、有料老人ホーム、グループホームなど。



『「在宅医療をご存知ですか？」リーフレット』（厚生労働省）を基に編集

在宅医療で受けられる主な医療サービス

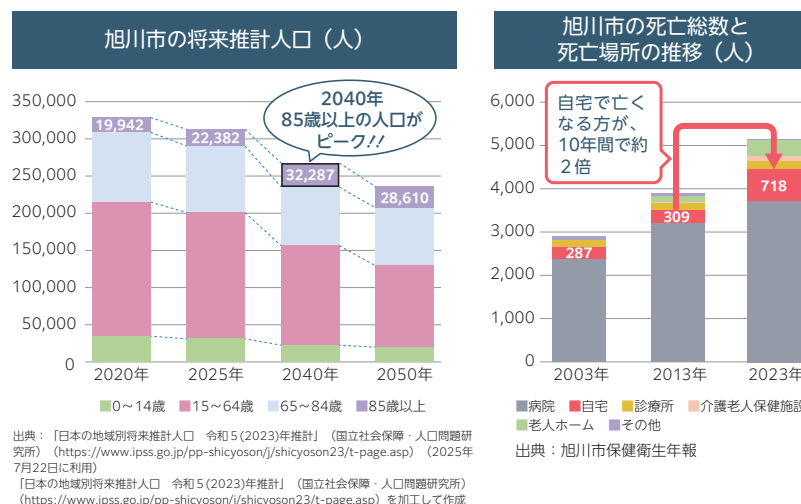
訪問診療	通院が困難な方の自宅等に 医師 が訪問し、診療を行います。
訪問看護	看護師等 が自宅等に訪問し、安心した生活を営めるよう処置や療養中の世話等を行います。
訪問リハビリテーション	通院が困難な方の自宅等に 理学療法士・作業療法士・言語聴覚士 が訪問し、運動機能や日常生活に必要な動作を行えるように、訓練や家屋の適切な改造の指導等を行います。
訪問栄養食事指導	管理栄養士 が自宅等に訪問し、病状や食事の状況、栄養状態や生活の習慣に適した食事等の栄養管理の指導を行います。
訪問薬剤管理	通院が困難な方の自宅等に 薬剤師 が訪問し、薬の飲み方や飲み合わせ等の確認・管理・説明等を行います。
訪問歯科診療・訪問歯科衛生指導	通院が困難な方の自宅等に 歯科医師・歯科衛生士 が訪問し、歯の治療や入れ歯の調整等を通じて食事を噛んで飲み込めるよう支援を行います。

『「在宅医療をご存知ですか？」リーフレット』（厚生労働省）を基に編集

在宅医療の需要が増える

医療・介護ニーズを有する85歳以上の高齢者の増加によって、全国的に在宅医療の需要が高まっています。

国では、2020年から2040年にかけて、85歳以上の在宅医療の需要が62%増加すると想定しています。本市における死亡場所の推移をみると、自宅等で亡くなる方が10年間で約2倍に増加しており、今後もさらに伸びていくと予想され、在宅医療の需要がますます高まる見込みです。



相談できる窓口はありますか？

相談窓口のご案内

「在宅医療を受けたい」「どのような支援を受けられるか知りたい」方はまずは主治医へご相談ください。

また、本市では在宅生活を継続するための医療・介護サービスを利用したいときの相談先等をまとめたガイドブックを発行していますので、ご参照ください。



ガイドブック

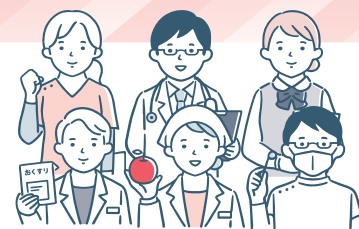


旭川地域歯科医療連携室

旭川歯科医師会では、歯科通院受診が困難な方のため、歯科治療や口腔ケアに関する相談や訪問歯科診療の申込みの受け付け・調整を行っています。



在宅医療分野を志す人を教育・養成 する学校の方にお話を聞きました



安定的な在宅医療体制を維持するためには、従事する医療職の人数を確保することが今後の大きな課題です。ここでは、旭川市立大学で医療職を教育・養成する教員、資格取得を目指して学ぶ学生の声をお届けします。

地 域を医療で支える人材の育成を

本学保健看護学科で学ぶ「地域・在宅看護」は病気や障害を問わず自宅療養される方を「地域で生活する人」と捉え、療養者さんとそのご家族が望む生活を送るための最適な医療や介護を、暮らしの場でどう提供するかを考える分野です。在宅医療や看護は、自治体等が推進する「地域包括ケアシステム」の構成要素のひとつです。療養者さんとそのご家族を地域全体で支えるため、近隣の方や民生委員さん、福祉サービス等を含んだ地域の社会資源を活用することが重要です。

本学では2年次後期から4年次にかけて、知識の修得・演習・実習と段階を踏んで「地域・在宅看護」を学びます。訪問看護師さんの下で行う2週間の実習では、実際の看護を見学・実践させていただきます。ありのままの生活を見せてくださる療養者さんやご家庭ごとに工夫された看護を行う訪問看護師さんの姿から、在宅看護に魅力を感じる学生もいます。看護師を目指す方が在宅看護にも興味を持ってもらえるといいなと思います。



こうべ
神戸さん

旭川市立大学
保健福祉学部
保健看護学科
助教



にいやま
新山さん

旭川市立大学
保健福祉学部
保健看護学科
4年生



貴 重な経験を得られる授業と実習

私は今、在宅看護の授業や実習を受けています。本学には、住宅の一部を模した実習室など実践的に学べる環境があります。演習では、家庭のベッドを想定した洗髪や人工肛門を装着する体験などから、技術を身に付けるだけでなく、何が不快に感じるかなど患者さんの気持ちを学べていると思います。私が考えたケアで患者さんが少しでも状態が良くなることや、笑顔を見せてくださることでやりがいを感じます。一般家庭には医療設備がない分、看護を工夫する必要がありますが、訪問看護師さんがその家庭に合わせて行う看護は素晴らしいと感じますし、自分なりのコミュニケーションを考えるとにも看護師さんの言葉が参考になります。親戚の看護師の方に憧れて目指した道ですが、勉強する中で患者さんの心や、言葉にしづらい感情に寄り添える看護師になりたいと思うようになりました。これから様々な患者さんに合わせて、臨機応変に看護できる看護師になることが目標です。

大学・専門学校一覧表

在宅医療を支える担い手となり得る医師、看護師等、医療職の受験資格を得られる市内の大学・専門学校の一覧です。入学に関する詳細は、各学校にお問い合わせください。

地図番号	学校名	得られる受験資格 (在宅医療分野を抜粋)
①	旭川医科大学	医師 保健師 看護師
②	旭川市立大学	保健師 看護師
③	旭川市立大学短期大学部	栄養士
④	北海道立旭川高等看護学院	保健師 看護師
⑤	J A北海道厚生連 旭川厚生看護専門学校	看護師
⑥	北都保健福祉専門学校	看護師 理学療法士
⑦	旭川市医師会看護専門学校	看護師 准看護師
⑧	旭川歯科学院専門学校	歯科衛生士



①HP



②・③HP



④HP



⑤HP



⑥HP



⑦HP



⑧HP