

こんにちは、梅雨明けし猛暑日が多くなりましたが、如何お過ごしでしょうか。水分補給などをして熱中症に罹らないようにお気を付け下さい。過日、自宅で暮らすことについての講話がありましたのでご案内します。

◎地域交流施設で、健康推進教室が行われました。

みなさん、住み慣れた地域で末永く暮らしたい方も多いと思います。今回は、訪問介護士による『末永く家（自宅）で暮らせるには』の内容でした。在宅介護のメリットを参考に、自立した生活をしていきましょう。

①本人が安心して暮らせる

一番のメリットは本人が安心して過ごす事が出来る点であると思います。誰でも住み慣れた場所が一番安心できることでしょう。施設などの集団生活では、今までの自分のスタイルとは違ってくるでしょうし、他社への気を遣うこともあるでしょう。独居等の場合はもしかすると転倒した際や、病気になった際等の不安があるかもしれませんが、多くの場合は自宅での生活を望んでおられる事でしょう。認知症の方は特に、場所が変わると混乱し、落ち着かないことがありますので、住み慣れた自宅のほうが精神的に安定して過ごせる場合が多くあります。



②家族が集まる

親などの介護が必要になると、多くの場合一番の介護者は子が主になってくることでしょう。年々、同居している家族は少なくなっており、高齢夫婦の世帯や独居の世帯が増えています。それぞれの生活があり、なかなか顔を合わせたり、家族が揃うという事もすくないかもしれません。ですが、介護が必要になると、頻繁に足を運んだり、兄弟と連絡を取り合ったりと、親の介護を通して、必然的に家族が集まる機会が増えることでしょう。良いことばかりではなく、その過程それぞれに問題が出てくるでしょうし、良いことばかりではないでしょう。ですが、家族で相談し、家族で支えていくという事は介護される側にとっても、とても嬉しい事でしょう。

③施設入所よりも金銭的に少ない負担で済む

在宅介護の場合は、訪問介護や訪問看護、デイサービス等の必要なサービスを選択し、利用することができます。家族で頻繁な訪問や、介護ができるのであれば訪問介護の必要はありませんし、本人の介護状態や家族の状態によって必要なものだけを利用するとよいでしょう。



在宅サービスの種類

在宅介護とは要支援、要介護者が自宅で生活しながら介護のサポートを受ける形態。老人ホームや介護施設への入居という選択をせず、住み慣れた自宅での生活を選んだ方の介護スタイルということになります。

訪問介護サービス（自宅訪問）

ホームヘルパーが自宅を訪問し、食事や入浴、排泄、衣類の着脱等の日常生活の介助や、料理、洗濯などに生活援助を受けるサービス



デイサービス

デイサービス事業所に通い、入浴や食事その他日常生活の介護を受けられるサービス

訪問看護とは

病気や障害を抱えながら、ご自宅で療養中の方に、訪問看護師が訪問して療養生活のお世話や診療の補助を行うサービス

訪問診療とは

緊急時に患者の求めで行く往診とは異なり、医師が通院困難な患者が住む自宅施設へ定期的に出向く診療

訪問リハビリテーションとは

主治医が訪問リハビリテーションを必要と認めた方を対象とし、看護師や理学療法士など専門家が訪問し主治医の指示に合わせて、療養上のお世話や診療の補助を行う

デイケアとは

デイサービスと同様、昼間の一定時間、施設に預かる介護サービスがデイケアは医師の判断に基づいて、理学療法・作業療法などのリハビリテーションを中心に行う



ケース1 (女性 85才 要介護5)

- 75才 脳梗塞、右上下肢麻痺の後遺症
 - 夫と二人暮らし
 - 身体が不自由になった妻が自宅で過ごしたいと希望するが介護する夫も癌の治療中
 - 夫の妹、夫の弟が遠方より交代で夫婦の手伝い来ている (他県)
 - 介護サービスの内容
 - (月) ヘルパー 朝の身支度⇒デイサービス
 - (火) ヘルパー 朝の身支度⇒デイケア
 - (水) ヘルパー 自宅での入浴
 - (木) ヘルパー 朝の身支度⇒デイケア
 - (金) ヘルパー 朝の身支度⇒デイケア
 - (土) ヘルパー 朝の身支度⇒デイサービス
 - (日) 家族の介護のみ
- *月に二回、ショートステイ (一泊)

いろいろな福祉用具を利用して自宅で過ごされています



ケース2 (女性 83才 要介護5)

- 76才 脳梗塞、右不全麻痺
 - 夫と二人暮らし
 - 二男が週1回程度訪問して掃除、調理、買い物を行っている
 - 後遺症により言葉が他の人に伝わりづらく、夫もイライラする
 - 夫も高齢で妻の介護 (オムツ交換、食事) で大きな負担
 - 介護サービスの内容
 - (月) ヘルパー、訪問看護⇒自宅入浴
 - (火) ヘルパー ⇒着替え、身体拭き、オムツ交換
 - (水) デイサービス
 - (木) ヘルパー、訪問看護⇒自宅入浴
 - (金) ヘルパー ⇒着替え、身体拭き、オムツ交換
 - (土) デイサービス
 - (日) 家族の介護のみ
- *訪問診療⇒月1回、ショートステイ⇒月に1回

在宅介護を利用して健康な体を維持し、
住み慣れた地域で末永く暮らしていきましょう。

◎勝立地区にて、勝立大蛇山祭り・地域巡行が行われます。

祭りは、8月5日(土) (雨天は6日(日)です。
地域巡行は、8月2日(水)、3日(木)です。

- 地域巡行** 玉川、天の原の各地区を大蛇がまわります。
巡行スケジュールは地区の広報紙をご確認ください。
- 祭り** 舞台演芸やバザーなどがあります。
(ミスターマックス大牟田店駐車場内)

●大牟田地域住民医療・介護情報共有拠点事務室 OSKER

大牟田の医療・介護施設情報を掲載しています。どなたでも好きな写真を投稿できるギャラリーを製作いたしましたのでご紹介いたします。次号は「施設での生活とは」をご紹介します。

TEL 0944-57-2007

Web サイト <https://osker.org/>