



～誰もが安心して暮らせる地域を目指して～

第51号

# 福祉のネットワーク永山だより

令和5年12月発行

令和5年度第4回福祉のネットワーク永山定例会

## 看取りは見守りという在宅医療講座

多摩市高齢者在宅療養支援窓口の淵野純子さんに「人生を住み慣れた地域、我が家で自分らしく生きる」と題して講演していただきました。

### ＜多摩市高齢者在宅療養支援窓口＞

多摩市の委託事業で多摩市医師会館内に設置、相談無料

対象：在宅医療を希望する概ね65歳以上の市民、家族  
医療・介護・福祉の関係者

日時：月曜日～金曜日（祝日・年末年始除く）

10時～12時、13時～16時

電話：042-357-1677

FAX：042-372-8788



家で最期を迎えたいけれど…できるの？

複数の病気があるけれど、往診で診てもらえる？

医療保険、介護保険のサービスを使って、一人暮らしでも、高齢者二人暮らしでも、看取りは可能です。



### ＜看取りと在宅医療＞

看取りは、無理な延命治療などは行わず、自然に亡くなるまでの過程を見守ること。

在宅医療を始めるのは、今まで通院していたが、移動が大変になり通院できなくなったときなど。医療保険や介護保険が利用できるため、医師、包括支援センター、高齢者在宅療養支援窓口にご相談。

大切なことは、「もしもの時の希望」を家族と相談しておくことです。



淵野さんからは、脳梗塞で寝たきりの方や末期がんで自宅に帰りたいという希望の方などの在宅医療の事例の紹介がありました。エレベーターのない集合住宅でも、浴槽を抱えて訪問する訪問入浴や訪問診療、訪問看護、訪問薬剤指導、訪問栄養指導などの支援を受けながら最期を迎えることが可能だとのことでした。印象に残ったのは、一日が終わる時、いいことがあった、嬉しいことがあったなどと思うことが大切と言われたことです。そう思うことで免疫力が高まり、認知症予防にもなるといった効果があるそうです。

参加者から、高齢者が増えていく中、在宅医療のサービスを今後も受け続けられるのか、との質問がありました。専門的な医療や介護サービスは専門家から受け、ちょっとした支援は地域住民が助け合うことがますます必要になっている、との回答でした。在宅医療をサポートする隣近所の役割が高まっています。

## 永山地域運動会

### 地域活動の ご紹介♪

10月14日(土)に第27回地域運動会が、青少協永山地区、瓜生地区委員会、永山団地自治会、永山児童館主催で永山南公園で開催されました。地域の小学生、未就学児およびその保護者等多くの参加者が集まり、実行委員を含めると300人規模の運動会となりました。永山児童館の榎原館長からは、「けがのないように、学校の運動会と違い、あまり勝ち負けにこだわらず、小さい子に思いやる心と楽しむ心を持ち、元気にがんばろう!」の合図で各競技が始まりました。

競技は「水運びリレー」「パネルゲーム」「景品釣りゲーム」「パン取り競争」の4種目。大歓声の中、けが人もなく無事終了しました。うれしそうに笑顔で、両手に獲得した景品やメロンパンを持ち帰る子どもたち、公園にレジャーシートを敷いてお昼ご飯を食べる家族などがおり、にぎやかな時間となりました。



## バス旅復活

### 地域活動の ご紹介♪

コロナで中止していた福祉のネットワーク永山の『バス旅』が復活しました。お天気にも恵まれた11月14日、44名の参加を得て榛名湖・伊香保を巡る旅。久しぶりにしてはバスに乗っている時間が6時間と長いのでいろいろ心配しましたが、親切な京王自動車の運転手さんのおかげでトラブルなく過ごすことができました。

8時に永山南公園下を出発。中央道・圏央道・関越道と進み、途中での事故渋滞を挟み30分ほどの遅れで榛名湖に到着、湖畔を散策。十分におなかをすかせたのちにバスで水沢うどん街道に向かい名物水沢うどんなどの榛名御膳を満喫。食後は水澤観世音、伊香保温泉石段街を回り、帰路につきました。帰りの車内ではお疲れの中をビンゴゲームで盛り上がりながら、予定通りに6時過ぎに永山に帰着。永山駅前、きらぼし銀行前、イチョウ通り、永山5丁目と巡り順次降車して終了。来年度以降も地元発着で楽な『バス旅』を年2回の予定で検討を進めています。



## <ま・ち・か・ど>

10月29日、永山5丁目自治会員の子どもたちと保護者を対象に、「ハロウィン祭り」が行われた。衣装した小学生や保護者も同行し、各家庭を回りお菓子など袋いっぱいもらい笑顔のひと時を過ごした。日ごろ顔を合わせることが少ない町内の皆さんと、イベントを通して顔の見える関係を構築する機会になった。

永山5丁目自治会では、地域の理解のもと、「子ども110番」など子どもたちの安心のため



の取り組みを進めている。地域のイベントなどで、つながりを持つことで、いつでも見守りができるまちづくりに努めている。

