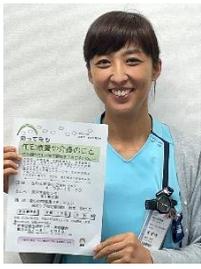


知って安心！在宅療養や介護のこと ～住み慣れたわが家でえ最期まで過ごすために～



講師 鈴木照世看護師

令和四年九月二十九日(木)、鎌倉市家族介護教室 知って安心！在宅療養や介護のこと、住み慣れたわが家で最期まで過ごすために、を、深沢学習センターにて開催しました。

講師は、愛心訪問看護ステーション緩和ケア認定看護師の鈴木照世さんでした。

講座の内容は、最後まで自宅で療養生活を送ることができるよう、在宅療養やそのために必要なサービス、かかりつけ医の必要性、看取り、ACP(人生会議)などについての説明でした。

家族介護教室を終えて



参加された方は、十六名。誘い合って友達といらっしゃっていた方もいました。

参加された皆様から、大生会議等の必要性を感じた、現場の看護師の話聞いて心強く思えた、など、ご意見をいただきました。

地域包括支援センターではこれからも、皆様にお役に立てるような教室を開催いたします。

『かかりつけ医』を持って安心して健康に暮らす

定義「かかりつけ医」とは

健康に関することを何でも相談でき、最新の医療情報を熟知して、必要な時は専門医を紹介してくれる、地域医療、保健、福祉を担う総合的な能力を持つ医師。

「かかりつけ医」をもつメリット

病院の予防や早期発見が可能。体調の変化を分かち合うことで安心感が得られる。的確な診断とアドバイスをくれる。

「かかりつけ医」をどのような視点で選ぶとよいか

医師と信頼関係を築く一歩はコミュニケーションが大切。
自分が感じている症状など伝られる。
診断や治療方針などのわかりやすく話をしてくれる。

どうやって見つけたらいいか「かかりつけ医」

鎌倉市の健診を積極的に利用する。
風邪や花粉症など軽微な症状の場合も受診する。
近所の方や、地域包括支援センターなどから情報を得る。
お住まいの地域や職場の近くにあること。
鎌倉市役所や鎌倉医師会のホームページを活用する。



こんなときは地域包括支援センターへ

～ 鎌倉市シニアガイド改訂のご案内 ～

10月に改訂版が発行されます。
高齢者の方が利用できるサービスの案内や介護保険制度についてまとめた冊子です。



市役所の窓口や各支所、地域包括支援センター等で配布しております。



地域包括支援センターは鎌倉市から委託された公的な相談機関です。秘密厳守のうえ、相談・支援にあたります。

高齢者・地域
よろず相談所



第59号
秋号



鎌倉市
地域包括支援センター
湘南鎌倉

発行人責任者
宮谷清美
0467-41-4013



【 担当地域 】
山崎
梶原
(一丁目～五丁目)
寺分
(一丁目～三丁目)