

平成 26 年度地域医療・介護連携推進事業 一関コミュニティFM (FM あすも) 番組
放送日：平成 27 年 2 月 25 日 (水) 17:20~17:35 (塩竈一常 GET KING!!)
(再放送：3 月 1 日 (日) 9:10~9:25 REFRESH!!)

「医療と介護の窓～みんなで育てよう地域医療～」

第 16 回放送 平泉町保健センター 千葉幸一 所長

(聞き手：FM あすも 塩竈一常)

塩竈 「医療と介護の窓～みんなで育てよう地域医療～」さて、私たちが住んでいる一関では高齢化が進む中、住み慣れた地域で安心して暮らせるよう医療から介護への切れ目ないサービスを目指しています。このコーナーでは、医療機関や介護施設の役割、また、利用方法を医療・介護・福祉の関係者と私たち市民がともに理解・協力することを目的に、一関市健康づくり課の提供でお送りします。

塩竈 さあ、今日の地域医療のコーナーなんですけれども、私たちが生活しているところ、最近では中東北なんていう言葉も出てきましたけれども、一関市とそしてお隣、平泉町というのは古くから密接な関係いろいろあります。医療・介護の分野でも、それぞれの町が助け合いながら行っていることというのはたくさんあるんですよ。今日は平泉町の保健センターの方をお招きしまして、平泉町での取り組み、それから平泉だけではなく全体的にそうなんです、私たちもできる医療を支えていく行動についてお話を伺います。

塩竈 今日は平泉町からお客様をお迎えしました。平泉町保健センター所長の千葉幸一さんです。千葉さんどうぞよろしくお願いします。

千葉 よろしくお願いいたします。

塩竈 一関市にも保健センターというのがありますが、平泉町でも様々な取り組みが行われているようですね。

千葉 町民の方々の健康づくりを主な業務と

しておりますし、あとは福祉関係も担っております。

塩竈 私たちが住んでいる一関市と平泉町は隣接しておりますので、いろいろそういった医療の場所であったり、介護の場所というのを有しているということもありますよね。

千葉 そうですね。限られた資源でございまして、一関市・平泉町、連携しながらというところで、医療と介護については取り組みを行っているというような状況となっております。

塩竈 限られた資源といいますか、そういった場所というのを有効に使っていくための工夫をいろいろ保健センターのみなさん凝らしているんじゃないかと思います。私たちもそういった資源というのを効率よく、賢く使っていくというのを身につけていきたいということで、今日はそういったお話まで千葉さんと一緒に進めたいと思います。

塩竈 まずは千葉所長、「平成 26 年度平泉町在宅医療介護連携推進事業」こういったのが行われているということなんですけれども、平泉町の現状も含めまして、こちらの目的ですとか、それからどういったものなのかを教えてください。

千葉 まず、医療と介護の関係につきましては、「一関市医療と介護の連携連絡会」というのに、平泉町も参加をさせていただきながら、医療と介護の連携について事業を進めているといったところでございましたが、平泉町、町単独とし

てもですね、在宅医療介護の連携を推進していきたいというようなことで、この事業に取り組んでいるところでございます。

塩竈 様々な事業が行われているということなんですけれども、平泉町の在宅医療介護連携推進事業、主なメンバーはどういった方々なんでしょうか。

千葉 町内のお医者さん、それから内科の先生と歯科の先生、それから、一関市医療と介護の連携連絡会の長澤先生とかですね、薬局、それから地域包括支援センターの居宅介護支援事業所、それから特別養護老人ホームですね、介護老人保健施設、グループホームなど各医療関係・介護施設の方々がメンバーとなっております。

塩竈 なるほど。様々な会議が催されたりとか、それから研修が行われるということで、26年度を振り返りますと、まずは、8月に初回推進事業についての説明がありまして、研修会が10月に行われたということですね。これどういった内容のものだったのでしょうか。

千葉 第1回の8月には、先ほど申し上げましたメンバーの方々にお集まりいただいて、この事業の取り組みや概要についてお話を申し上げまして、その中で研修会を取り組んでいくというようなところで、10月22日でしたけども「認知症の理解」ということで、一関の岩手病院の千田圭二院長先生に認知症についてお話をいただきましたし、隣の奥州市さんの認知症地域支援の取り組みということで「奥州市徘徊SOSネットワーク構築に向けて」というようなところでですね、奥州市の地域包括支援センターの小野寺さんから講演をいただいて研修会をしたというようなところで、あと1月16日、今年に入ってからですけど、会議でそれらの事業についてまとめをしたと、会議とか研修についてはこれらになります。

塩竈 なるほど。医療・介護のまさに最前線でお仕事をされている方々のそういった現状報告

であったりとか、それから先進的な取り組みについての話し合いが、ここで行われたということですね。さらに、推進事業の中では住民の皆さんに様々関わっていただく、これがもう1つ大事なところだと思うんですが、住民のみなさんに関わっていただく、その理解を促すために様々な取り組み、こちらも行われたようなんですが。

千葉 医療と介護についての現状把握ということのためにアンケート調査を実施しました。これにつきましては、20歳から80歳未満の方まで無作為抽出で1,000名の方にご連絡を申し上げまして取り組んだところでしたが、回収率としては487名の48.7%、男性225名、女性256名の方から回答をいただいたというようなところでございます。あと、理解を促すためということで講演会を開催しております。12月20日でしたけれども、「医療と介護を考える」講演会ということで、一関市医療と介護の連携連絡会の幹事長であります一関中央クリニック院長の長澤茂先生からご講演をいただいて医療と介護について一般の町民の方々に講演をいただきました。

塩竈 さらに、2月15日には「平泉町健康づくりの集い」の中で、この在宅医療介護連携推進事業の普及啓発なども行われたということですね。それから平泉町の中でモデル地区というのを設けて、地区ごとのその勉強会というのも行われるようですね。

千葉 これにつきましては、平成26年度は、町内にある21行政区の中から1つの地域をモデル地区ということで選定いたしまして、取り組みをいただいているというところでございまして、平泉町の長島地区のですね、1つの行政区なんですけど、19区というところの行政区でモデル地区ということで取り組んでいただいております。認知症のグループホームの視察見学とかですね、あとは同じく認知症についての理解ということで19区の方々を対象に長澤先生から講演をいただき、それから県立南光病院の認定看護師の方に「認知症の方への対応」に

ついてということでお話をいただいたというようなところで、地域で認知症について勉強して、みんなで認知症の理解を深めていこうという対応をしているところでございます。

塩竈 なるほど。この事業を進めていくに当たって様々な方面で学んでいただきたいこと、それから現状を把握していただきたいところ、いろいろな面で行動されている方々の中での意識調査なども行われたということなのですが、調査が行われたとかいろいろ1年間の取り組みを通じて、特に、平泉町の現在の特徴だったりとか、これからの見通しみたいなのところとか千葉さんでどういうふうに捉えられていらっしゃいますか。

千葉 やはり、高齢化率がおおよそ33%程になっておりましたので、ほぼ3人に1人の方が65歳以上の高齢者の方ということになっております。ただ元気な高齢者の方も沢山いらっしゃいますので、その方々とともにですね、地域でやはり孤立することなく自立を目指してみんなで支え合って、そういう地域を作っていきたいなと思っております。

塩竈 なるほど。そのためにも様々なその町の取り組みであったりとか、現状を地域のみなさんにまずはご存知になっていただく、知っていただくということが大事かも知れませんね。このコーナーを通じて、この私たちが住んでいる地域の医療体制の現状であったりとか、介護施設の役割などについていろいろ紹介しているんですが、今日は平泉町保健センターの千葉所長にお越しいただいています。千葉さんには今日パンフレットをお持ちいただきまして、「私たちもできる医療を支える行動」ということで、地域医療を支えていくために私たちが今後取り組んで行くべきことというのがですね、分かりやすくまとめられているパンフレットをいただきました。千葉さんこれを見ていくと結構いろいろな項目があるんですけども、ひとつひとつちょっと見ていきたいと思えます。まず1つ目をご紹介いただけますか。

千葉 はい。「普段から健康管理を心がけましょう」ということで、これはですね「自分の健康は自分で守る」という意識をみなさんに持っていただいて、病気の予防や治療法を勉強したり食事や運動など日頃から健康管理を心がけていただきたいというところでございます。

塩竈 なるほど。医療体制を支えるとなると、いざ病気になったりとか、自分が看護する側に回ったりとかという時に、初めてはじまるのかなというふうに思いがちですけども、普段からの心がけ、ここから始まっていくわけですね。2つ目が「健康診断を受ける」これも大事なんですね。

千葉 そうですね。体は日々変化しておりますので、最低でも毎年1回は健康診断を必ず受けていただきたいと。そして、その健診結果をその後の生活習慣の改善に活かしていただきたいというところでございます。

塩竈 続いてこの地域医療を支えていくために私たちができる行動できる3つ目は、「診療時間内に受診する」と、こういった具体的なことも出てきました。これについてもご紹介いたします。

千葉 医療機関も限られた中でですね、病気やけがなどで医療機関にかかる場合は、なるべく診療時間内に受診していただきたいと。時間外に救急病院を安易に利用することによりますと、入院や救命を必要とする重症患者の治療に支障がでる恐れがあります。本当に必要な人が必要なときに受診できるよう、コンビニ感覚での夜間受診を控えていただきたいというところでございます。時間内に受診することは、医師の負担を軽くするほか専門医の診断や検査を受けることができるメリットがあります。

塩竈 なるほど。診療時間内も大事ですが、休日・夜間の受診についてですが、当番医を利用することも大事なんですね。

千葉 そうですね。休日や夜間に急に具合が悪

くなった時は、両磐地域の休日当番医や小児・成人夜間救急当番医を利用していただきたいと思います。

塩竈 この救急当番医に関しては、一関市それから平泉町それぞれの広報にも掲載されていますし、また、FMあすもの番組の中でも夜の時間帯にお知らせもしておりますので、こちらもチェックしていただきたいと思います。さらに5つ目、「お薬手帳を持つ」これも大事なんですね。

千葉 そうですね。普段健康で病院に行っただけの人が、あまり縁がないものかと思えますけれども、病院に行ってお薬をもらう時にはですね、処方された薬の内容や薬の効能、副作用について記録するお薬手帳を作りましょうというところがございます。

塩竈 便利な役割というのがこのお薬手帳にはありまして、薬の重複などを避けることができたりとか、外出先で急な事故にあった時でも、ふだん服用している薬の内容が分かるということで、薬の飲み合わせですとか、こういうところもチェックすることができる、また手帳の記録を元に、これまでの体の状況というところが、先生がある程度理解することができる、こういったメリットもあるそうです。このお薬手帳ですけれども手に入れるにはどのようにしたらいいですか。

千葉 病院、医院、薬局に行った時にですね、申し出をしていただければ、お医者さん、それから薬剤師さんから、名前を記録してですね、手帳としていただくということになると思います。

塩竈 普段から持ち歩くということで、いざ例えば災害が起こった時などでも、自分自身のそういった病気の状況であったり、それから飲んでいる薬の状況というのがお医者さんに伝わるということで、よりスムーズに医療を受けることができることに繋がりますね。

千葉 そうですね。災害時とかは特にですね、どんな薬を飲んでたのっていうような時には、お薬手帳があれば一目瞭然ということになると思います。

塩竈 なるほど。今ご紹介した、医療を支える行動というのは、もしかしたら、みなさんもどこかで耳にしている、例えば、診療時間内に受診するのは大事、当番医を利用するのが大事と言われてはいますが、なぜそれがすごく大事になってくるのか、その地域医療を支えていく潤滑、うまく循環していくためにはとても大事な行動なんだというところをあらためてみなさんにも知っておいていただきたいと感じます。

塩竈 今日はスタジオに平泉町保健センターの千葉所長にお越しいただきまして、平泉町で行われています在宅医療介護連携推進事業について、私たちもできる医療を支えていく行動、こんな取り組みを始めていきたいと思いますというお話を伺ってきました。スタジオにお越しいただきました、平泉町保健センターの千葉幸一所長でした。千葉さん、ありがとうございました。

千葉 ありがとうございました。

塩竈 私たちが住んでいるこの地域では高齢化が進む中、住み慣れた地域で安心して暮らせるよう医療から介護への切れ目ないサービスを目指しています。このコーナーでは医療機関、介護施設の役割、また利用方法、取り組みなどを医療・介護・福祉の関係者、さらに私たち市民がともに理解協力していくことを目的に一関市健康づくり課の提供でお送りしています。地域医療体制の充実のため、私たちも積極的に関わっていきましょう。このコーナーは一関市健康づくり課の提供でお送りしました。