

2012（平成 24）年度 在宅医療助成(前期)指定公募①

「市民講座開催への助成」完了報告書

本当に役に立つ情報を市民から発信しよう！

これが知りたかった・・・あの先生の話を知りたい・・・

在宅介護者の会 代表 原田 二三子

1. 助成申請目的

1) 川崎市に縁の深い先生に依頼し、“食べること”を中心に講演会を組んだ。今一番在宅で困っている「口から食べられなくなったとき」が問題となっている。在宅介護者の会の中での“胃ろう増設問題”や看取りで苦しむ家族が多い。そこで勉強会と市民講演会で“口から食べて在宅で看取る”をキーワードに市民講座を開催する。

この一連の市民講座は在宅介護者の会だけでなく、区役所、地域包括支援センター、医師会、歯科医師会、その他のボランティアグループや介護保険事業所等にも声かけをして、地域全体のレベルアップをはかる。毎月の市民講演会の開催で地域のネットワークづくりにも貢献できる。

参加者ひとりひとりが自分の知りたかったことを理解し、納得して介護を行うことができる。

2) 研修会の日程と内容

<市民講座の日程>

8月12日 定例会での市民講座のありかた検討会：役割分担の確認

9月10日 財団助成による市民講座収録DVDの勉強会

10月31日(水) 第1回市民講座 渡邊 昌先生

「医食農連携の統合医療で地域力アップ！」

生命科学研究所 理事長 (前国立健康・栄養研究所 理事長)

11月14日(水) 第2回市民講座 白田 千代子先生

「自分の口で食べること！」

東京医科歯科大学大学院 教授

12月6日(木) 第3回市民講座 石飛幸三先生

「平穏死のすすめ」講演会

特別養護老人ホーム 常勤医師

1月17日(木) 第4回市民講座 箕岡真子先生 箕岡医院内科医師

「食の倫理」

4月18日(木) 第5回市民講座

「川崎市での看取りをみんなで考えよう！」

在宅介護者の会のメンバーと高津区医師会

<講演会について>

① 第1回市民講座

日程：2012年10月31日（水） 13：30～15：00

会場：てくのかわさき 大ホール

講師：渡邊 昌先生

生命科学研究所 理事長（前国立健康・栄養研究所 理事長）

内容 「医食農連携の統合医療で地域力アップ！」

医師の不養生でなった糖尿病を、医師の好奇心で克服した。
急激な高齢化やライフスタイルの変化などに伴って、生活習慣病が増えている。特に国内の糖尿病の患者数は、予備軍を含め2,210万人と推計され、もはや国民病といっても過言ではない。糖尿病が怖いのは、治療しないで放置すれば、やがて網膜症で失明したり、腎症で人工透析に追い込まれるなど合併症のリスクがある。最悪の場合は、動脈硬化が引き金となって心筋梗塞や脳出血などにつながる恐れもある。

生活習慣病はがんにもつながる。特にがんと関連がはっきりしているのは、乳がんと大腸がんである。それと、子宮体がんも肥満の人ほど発症のリスクが高いと言われている。がんの発育には、栄養摂取量に関係していて、カロリーの摂り過ぎによる肥満は、がんの成長を促します。肉類など動物性脂肪をよく摂るようになった食生活の欧米化が肥満を招き、欧米に多い大腸がんや、乳がん、子宮体がん、前立腺がんなどに罹りやすくなっていることは疑いの余地がない。

まず自分の食生活から考えてみよう。これからは無病息災でなく一病息災で元気に健康寿命で長生きをしよう！

② 第2回市民講座

日程：2012年11月14日（水） 13：30～15：00

会場：大山街道ふるさと館 ホール

講師：東京医科歯科大学大学院 教授 白田 千代子先生

内容：「自分の口で食べること！」

近年、誤嚥性肺炎が亡くなる人が増加している。日本が長寿国世界一になったこともあり高齢期を快適に口から食事ができづらくなっていることも一因にあげられる。いつまでもお口から美味しく食べるための口腔リハビリ、口腔ケアの重要性をやさしく市民にわかるように伝授する。

話す、食べることが一番の口のリハビリとなる・・・

③ 第3回市民講座

日程：2012年12月6日（木）13：30～15：00

会場：高津市民館 大ホール

講師：石飛幸三先生：特別養護老人ホーム「芦花ホーム」の常勤配置医

内容：「終末期の高齢者には、穏やかな最期を！」

『平穏死』のすすめ」（講談社）に書かれている内容をスライドを使用し、何故そのような考えるにいたったのかを今までの経過と結果を説明した。

④ 第4回市民講座

日程：2013年1月17日（木）13：30～15：00

会場：大山街道ふるさと館 ホール

講師：箕岡真子先生：箕岡医院内科医師

内容：「食の倫理」

認知症の人の数は増加している。その終末期には、嚥下障害がおこり、延命治療である経管栄養（胃ろう）についての考慮しなければならない時がある。本人の価値観に沿った人生の最後の生き方を尊重するためには、前もって自分の終末期ケアに関する意向を家族等に伝えておく事前指示が重要になる。本人の願望に沿った終末期ケアとは何か、看取りの満足度を食の倫理として考える。

<シンポジウム>

⑤ 第5回市民講座

日程：2013年4月18日（木）13：30～15：00

会場：大山街道ふるさと館 ホール

内容：「川崎市での看取りをみんなで考えよう！」

基調講演

講師：竹内孝仁先生（国際医療福祉大学 大学院 教授）

テーマ：「胃ろうよ、さようなら」

シンポジスト

竹内 孝仁氏（国際医療福祉大学 大学院 教授）

宮川 弘一氏（宮川クリニック院長 川崎市医師会副会長）

遠藤 慶一氏（遠藤歯科クリニック院長 川崎市歯科医師会副会長）

川辺 直行氏（高津区老人会会長）

石塚 卯三夫氏（一万歩歩こう会 会長）

丸山 美香氏（溝口地域包括支援センター 所長）

伊藤 ひか代氏（溝口駅前デイサービスセンター 管理者）

<基調講演>

口から食べられなくなったら、すぐに胃ろうを造設するケースが近年増えてきている。胃ろうとは欧米では長い間使うというケースは少なく、食べられない期間を胃ろうという方法で栄養補給する。口は使わなくなると機能が低下する。最近は胃ろうが必要な場合の説明や本人の意思の確認も問題となっている。

口を使うには常食を食べたり、人と話す機会が多いことが重要になる。

その後シンポジストが1人ずつ自分が専門分野での現状とその課題について発表し、高津区に関しての問題点について市民と一緒に話し合いが交わされた。

<まとめ>

これからも少子高齢化が進む日本の現状を考えて、在宅介護者の会で話題をなっていた項目一つずつを丁寧に順を追って聞くことができた。

介護者だけでなく要介護者にも焦点をあて、長い人生の一ページを健康にたとえ病気をもってもそれ以上悪化させない、サービスを活用しながらの自助努力も第1回の講演会から学べた。“食”が基本となり、しっかり医と食と農が連携していくことで健康寿命が必要になっていることの意味を理解した。地域特性で高津区には農家も多くそこからの食と農の連携の話もでてきた。

第2回講演会も食べられる口作りでの自助努力で要介護度の悪化が避けることがわかった。口をどのように動かせばいいのか唾液の重要性等わかりやすい講演で納得した市民も多かった。在宅介護者の会員も今までと異なる考え方で積極的に口腔ケアへの取り組みが言われるようになった。

第3回講演会では胃ろう造設の経験のある介護者もおおり、どのような介護が良かったのかまた日進月歩で進んでいる医療の光と影を見たようだった。在宅で要介護高齢者を介護するものにとっての指針となるような内容であった。

第4回講演会は、第3回講演会を受けて「食の倫理・医の倫理」と掘り下げた話しとなった。しかし順序を追っての講演会の内容でまた講演者が書いた著書を持っている参加者もおおり、熱心に聴けた。なかなか倫理について講演を聞く機会がなかったためそのあとの介護者の会での話題ともなった。

第5回シンポジウムは基調講演の竹内先生の「胃ろうよ、さようなら」で胃ろうが死ぬまで続くことではなく改善によっては別の展開があることを学んだ。その後の6名のシンポジストも地域では良く知っている顔ぶれであったため和やかな雰囲気でも進められた。医師も歩み寄り、歯科医師も訪問歯科診療の実際を話したり、地域での老人会・ボランティア団体の一歩歩こう会の活動を多くの人知ることができた。また介護保険制度上の組織についても地域包括支援センターの所長やデイサービスも進化していることなど一緒に意見交換ができた。

お陰様で市民が5回講演会を企画し多くの方に参加していただくことができました。自分たちの知りたかったことを直接先生からお聞きすることができたことは感無量です。今は医療情報や介護情報はインターネット上では溢れ、どれを信じていったらいいのかわからない時代となっています。直に自分の聞きたいことを自分の耳で地元で聞くことができたのもこの勇美記念財団の在宅医療助成金があったからと感謝しています。なかなか慣れないことで心配があったり、報告書が遅くなり事務局にも多大なご迷惑をおかけしたことをお詫び申し上げます。

在宅介護者の会主催市民講座

どうする在宅生活？

『在宅でいつまでも
暮らすために大切なこと！』

今一番在宅で困っているのは「口から食べられなくなったとき」です。
在宅介護者の会でも“胃ろう増設問題”や“看取り”で苦しむ家族が多
くなってきています。これからの在宅生活を皆で考えましょう！

第1回（定員150名）

10月31日（水）13時半～15時

会場：てくのかわさき ホール

講師：渡邊 昌 氏（生命科学振興会
理事長、前国立健康栄養研究所所長）

テーマ：

無病息災あるいは

一病息災の社会づくりを目指す！

第2回（定員100名）

11月14日（水）13時半～15時

会場：大山街道ふるさと館 ホール

講師：白田 千代子 氏

（東京医科歯科大学大学院 教授）

テーマ：

食べられる“口づくり”を目指す！

第3回（定員600名）

12月6日（木）13時半～15時

場所：高津市民館 大ホール

講師：石飛幸三氏（芦花ホーム常勤医師）

テーマ：平穏死という選択

入場無料

<後援>

川崎市、川崎市社会福祉協議会

川崎市老人施設協会

川崎市社会福祉士会

認知症ネットワーク

申込みは電話・ファックス・メールで！

電話は 833-7888（フジケンシルバーサービス 天井）

822-7000（溝口駅前デイサービスセンター 伊藤）

ファックス822-9153 メール fss@tune.ocn.ne.jp

※主催：在宅介護者の会（代表：原田二三子）

※先着順です。定員になり次第締め切ります！

※公益財団法人 在宅医療助成 勇美記念財団助成事業

在宅介護者の会主催市民講座

どうする在宅生活？

『在宅でいつまでも
暮らすために大切なこと』



第4回 講演会

講師：箕岡真子（みのおかまさこ）

東京大学医学系研究科医療倫理学分野客員研究員
箕岡医院内科医師

日時：2013年1月17日（木）13時半～15時

場所：大山街道ふるさと館（定員100名）

内容紹介：

認知症の患者数の増加は著しく現在250万人に及ぶ。そして、その終末期には、嚥下困難が起こり、延命治療である経管栄養（胃ろう）について考慮しなければならなくなる。しかし、本人の終末期ケアに対する意向がわからない場合には、このような延命治療である経管栄養を実施するのかもしれないのか、家族は苦悩に陥る。本人の価値観に沿った人生の最期の生き方を尊重するためには、前もって自分の終末期ケアに関する意向を家族等に伝えておく事前指示が重要である。事前指示書『私の四つのお願い』を例にとり、本人の願望に沿った終末期とは何か、看取りの満足感とは何かについて考えてみたい。

申込みは電話・ファックス・メールで！

電話は 833-7888（フジケンシルバーサービス 天井）

822-7000（溝口駅前デイサービスセンター 伊藤）

ファックス822-9153 メール fss@tune.ocn.ne.jp

※主催：在宅介護者の会（代表：原田二三子）

※先着順です。定員になり次第締め切ります！

※公益財団法人 在宅医療助成 勇美記念財団助成事業

在宅介護者の会主催市民講座

どうする在宅生活？

『在宅でいつまでも
暮らすために大切なこと！』

今一番在宅で困っているのは「口から食べられなくなったとき」です。在宅介護者の会でも“胃ろう増設問題”や“看取り”で苦しむ家族が多くなってきています。これからの在宅生活を皆で考えましょう！

第5回（定員100名） 入場無料

テーマ：区民が考える“在宅で暮らす術”とは！

4月18日（木）13時半～15時

会場：大山街道ふるさと館 ホール

シンポジスト：竹内 孝仁 氏（すこやか大学 学長）

宮川 弘一氏（宮川クリニック院長）

遠藤 慶一氏（遠藤歯科クリニック院長）

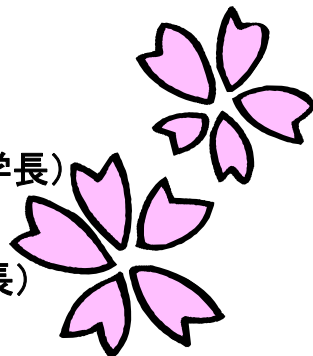
川辺 直行氏（高津区老人会会長）

石塚 卯三夫氏（一万歩歩こう会会長）

丸山 美香氏（溝口地域包括支援センター所長）

伊藤 ひか代（溝口駅前デイサービスセンター 管理者）

司会 遠藤 慶子（在宅介護者の会）



<後援>

川崎市、川崎市社会福祉協議会

川崎市老人施設協会、川崎市社会福祉士会

川崎市認知症ネットワーク

申込みは電話・ファックス・メールで！

電話は 833-7888（フジケンシルバーサービス）

822-7000（溝口駅前デイサービスセンター）

ファックス822-9153 メール fss@tune.ocn.ne.jp

※主催：在宅介護者の会（代表：原田二三子）

※公益財団法人 在宅医療助成 勇美記念財団助成事業

