

ひまわり

No.315号

日本ホスピス・在宅ケア研究会 全国大会 in 奈良開催のお知らせ



今年の大会テーマは

今ここからはじめる

あおによし奈良の都から織りなす
いのちの言霊（メッセージ）

大会プログラム・事前参加登録等
詳細は大会のホームページを是非
ご覧ください。

<https://hospice-nara2021.jimdosite.com>

10/8(土)・10/9(日)
奈良県コンベンションセンター



<大会長挨拶>

ホスピスマインドを広め幸せな暮らしを続けるための在宅ケアをすすめる日本ホスピス・在宅ケア研究会を奈良市で開催いたします。

ホスピスは苦しみを抱えた人が穏やかになれるための市民活動です。地域に暮らす子どもから高齢者まで誰もが穏やかに幸せを感じられる Well-being な社会にするために、望む場所で、教育や医療、ケアを受けて生活することができるよう、様々な人々が集い繋がりましょう。きっと、初めて参加された人々が、「私にもできることがある」と思え、「今ここからはじめる」と主体的に行動を起こせるような大会になることでしょ。

奈良大会では、子どもに関わるテーマを中心に開催いたします。地域の中で大人も子どももあたり前の暮らしが当たり前にできる幸せを考えてゆきたいと思います。子どもの幸せを考えたとき、医療介護福祉、心理や市民ボランティアと教育とのつながりが重要です。教育に携わる人々にも多く参加していただけるように企画いたしました。

大会初日の10月8日は世界ホスピス・緩和ケアデーです。Worldwide Hospice Palliative Care Alliance (WHPCA) が、世界ホスピス・緩和ケアデーのテーマである「Healing Hearts and Communities (心とコミュニティの癒し)」を発表しました。COVID-19のパンデミックや、世界中で起こる紛争や災害など、多くの人々や家族が大切な人を失い、悲しみが世界的に広がっています。ホスピス運動や緩和ケアは、生命を脅かされるような状況にある人たちの心とコミュニティを癒すことに関心を向けたイベントを日本ホスピス・在宅ケア研究会が主催で開催いたします。

プログラムの内容は、どれも魅力的で全てに参加したくなります。そこで、可能な限りオンデマンドで大会終了後にも視聴できるようにいたします。そのため、当日に参加が難しくなられた方々もオンデマンドでご視聴できます。ぜひ、事前参加登録をしていただけると嬉しいです。

秋の奈良は、格別の美しさを持っています。プレ大会の会場となった薬師寺をはじめ多くの世界遺産に囲まれた古都奈良から世界中の幸せと平和への祈りを捧げたいと思います。皆さまからの温かいご支援、ご協力をよろしくお願い申し上げます。

奈良大会 大会長 久保田 千代美

第4回のひまわり健康教室です。

今回は、HbA1cやその他の糖尿病に関連する「**検査項目**」についてお話しします。採血項目の意味を学んでいきましょう。



①HbA1c (ヘモグロビンエーワンシー)

血液に含まれる赤血球中のヘモグロビン(Hb)というたんぱく質に糖がしっかりと結びついたものです。血液中にブドウ糖が多い状態が続くとHbA1cが増えていきます。

過去1～2ヶ月の血糖値の平均的な状態がわかります。基準値は4.6～6.2%です。全体のヘモグロビンの中にブドウ糖が結びついているHbの割合を%で示したものです。

②血糖値

血液中のブドウ糖の量を表します。

糖尿病を診断するための指標です。糖尿病のコントロールの状況を確認し、低血糖になっていないか、糖尿病の診断や今後の治療計画を立てる際に用います。空腹時血糖値は70～109mg/dl、食後血糖値は140mg/dl未満です。

③AST/ALT

ASTは肝臓・心臓の筋肉、骨格筋に多く含まれ、ALTは肝臓に多く含まれる酵素です。肝臓の組織に障害がないかが分かります。肝細胞が壊れるとこれらの酵素が血液中に流れ出るため、その量によって肝機能を調べることができます。

④Cr(クレアチニン)

筋肉を使った時に出る老廃物です。

腎機能の状態を知ることができます。普段は尿と一緒に排出されるものです。血液中のクレアチニン値が高いということはうまく尿が排泄できていないかもしれません。また、クレアチニン値からeGFRを算出していきます。

⑤eGFR(推定糸球体ろ過量)

クレアチニン値と年齢と性別から計算できます。
腎臓の機能と腎症の進行度を知ることができます。



(イラストおまがり)

⑥コレステロール・中性脂肪

血液中の脂質の事です。コレステロールには悪玉と善玉、総コレステロールがあります。動脈硬化が起こりやすいかどうか分かります。動脈硬化が進行すると脳梗塞や心筋梗塞、狭心症などの合併症を引き起こします。

このようにいろいろな検査項目があることが分かったと思います。採血は普段、何気なく受けている検査だと思いますが、数値が高い・低いだけでなく、どのようなことを意味する項目なのか改めて見るきっかけになればと思います。この他にも色々な項目がありますのでわからないことがあればお尋ねください。

採血では見た目ではわからない身体の状態を知ることができます。

大切に一つ一つ確認していきましょうね。

世界ホスピス・緩和ケアデー

心とコミュニティの癒し

10月8日(土)・奈良県コンベンションセンター

毎年10月の第2土曜日は、世界ホスピス・緩和ケアデーです。当院では、2017年から、緩和ケア啓発のための取り組みとして、在宅ホスピスを語る会やポスター発表、ホスピスのための音楽会など、毎年様々なイベントを企画しています。

今年の開催は、日本ホスピス・在宅ケア研究会全国大会の初日(10/8・奈良県コンベンションセンター)が緩和ケアデーにあたりますので、現地にてイベントを行います。【1面参照】

WHO[世界保健機関]緩和ケアの定義より

緩和ケアとは、生命を脅かす病に関連する問題に直面している患者さんとご家族のQOLを痛みやその他の身体的・心理社会的・スピリチュアルな問題を早期に見出し、的確に評価を行い対処することによって、苦痛を予防し和らげ、改善させるアプローチです。



HEALING HEARTS & COMMUNITIES

WORLD HOSPICE & PALLIATIVE CARE DAY 8 OCT 2022

今年のテーマは「心とコミュニティの癒し」

2022年世界ホスピス・緩和ケアデー企画

1. PUBLIC HEALTH PALLIATIVE CARE (パブリックヘルスにおける緩和ケア)
日本ホスピス・在宅ケア研究会 理事長 蘆野 吉和
2. 世界のホスピス運動に学ぼう
～特に途上国を中心として[ポスター展示]
3. 戦争とホスピスを考える
日本ホスピス・在宅ケア研究会 理事 ニノ坂 保喜

在宅ホスピスボランティア養成講座 in 福岡市西区 開催決定

受講生募集

主催:ふくおか在宅ホスピスをすすめる会

在宅ホスピスチームの一員として療養中のご家庭を訪問し、お話し相手やお留守番・見守りなどを行うホスピスボランティア。地域で暮らす同じ生活者として患者さん・ご家族に寄り添います。講座では、在宅医・看護師、弁護士など多彩な講師陣と共に学びます。当院に申込用紙を準備していますので、受講を希望される方はお声かけください。(新型コロナウイルス感染症の感染予防対策を徹底し実施いたします)

養成講座カリキュラム 会場:看護小規模多機能型居宅介護 三丁目の花や 2階交流室
(福岡市西区今宿東2丁目2-10)

- 第1回 10月 1日(土) ・在宅ホスピスとは
・在宅で安心して過ごすための社会資源について
- 第2回 10月 8日(土) ・症状緩和と薬の理解
・在宅ホスピスボランティアの役割
- 第3回 10月29日(土) ・在宅ホスピスボランティアと法律
・コミュニケーションの取り方
- 第4回 11月12日(土) ・介護実習
・今を生きる人生ノート～もしもの時のために～
- 第5回 11月19日(土) ・在宅ホスピスボランティアの実際
・グループミーティング・修了式



無料

定員:10名

福岡県在住の方が対象

応募者が多数の場合は書類選考となります。

時間:13:30～16:30

福岡県委託事業

Event 催し物・イベントのご案内

おすすめ書籍のご紹介

◆詩画集◆

「とうさんがアルツハイマーになった」
多桑譚（とうさんのおはなし）



龍 秀美 詩・絵
花乱社 刊
定価1,320円
(10%税込)



とうさん愛用の
クロマチック
ハーモニカ

母が倒れ、父がアルツハイマーと診断されて始まったふたり暮らし。てんやわんやの毎日は、思いがけず楽しいものだった。やわらかに老いてゆく中で、これまでほとんど語ってこなかった、遠い記憶であるはずの故郷・台湾の断片がふとした瞬間に現れ、新たに父を発見する日々。父の日常を描きとめたスケッチに台湾の風物画を織り交ぜ、詩と言葉を添えた。父と私の10年。

詩画集作者の娘さん、ご両親ともに当院の患者さんです。
書籍の購入を希望の方は、スタッフにお声かけください。(当院は特別価格で販売中)

クリニックからのお願い

新型コロナウイルス感染症対策
～発熱時の受診について～

発熱もしくは風邪症状のある方は
お車の中で待機していただくか

こちらが指定した時間に
受診していただくことで

発熱や風邪症状のある方との接触を
できる限り避けるようにしています



発熱または風邪症状のある方は
まずはお電話にてご相談ください
受診できる時間や受診する方法について
ご案内いたします

にのさかクリニック
☎ 092-872-1136

症状や経過によっては、
他の医療機関へ受診をお願いする場合があります



定期の受診、その他の症状で受診される方は
できるだけ12時までの受診をおすすめします

皆様のご理解とご協力をお願いいたします

		月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
9:00	午前	外来診療		訪問診療	外来診療		
13:00		昼休み	健康教室		昼休み		休診
14:00	午後	訪問診療			訪問診療		
17～18:00		※外来診療			※外来診療		

※ 午後5:00~6:00の外来診療は、訪問診療の都合により診療開始時間が遅れる場合や診療ができない場合がございます。診察をご希望の方は、事前にお電話いただくと幸いです。