

～在宅医療・介護の連携拠点～

宇陀市医療介護あんしんセンターから

問 医療介護あんしんセンター (☎ 85・2500/IP ☎ 88・9480/FAX 85・2501)

※電話番号等の間違いが増えています。ご注意ください。

平成 28 年度在宅医療推進講演会を開催しました。

3月19日(日)在宅医療推進講演会を開催し、280名の参加がありました。

高齢化が加速する中、尊厳を保ちながら、住み慣れた地域で安心して暮らし続けることができるよう、この講演会では介護が必要になっても、自宅にしながら医療を受けることができる「在宅医療」について理解を深めるために開催しました。

最初に在宅で看取りをされた家族からの手紙を朗読。次に宇陀地区医師会副会長 加藤医師の講演では、宇陀市でも安心して在宅医療を受ける体制があることを話されました。

最後に記念講演として、日本医師会から赤ひげ大賞を受賞された へのさかクリニック院長 ニノ坂保喜医師より「いのちを受けとめる町づくり」として、在宅ホスピスケアに20年以上取り組まれ、たくさんの患者さんと向き合う中で、その人の人生や家族、家庭、そして地域へと目を向けられ、いのちに関わる仕事は医療だけの役割だけでなく、訪問看護師・ケアマネージャー・ヘルパー・ソーシャルワーカー・ボランティア・民生委員等多くの専門職と仲間がチームで支えていることを講演していただきました。

今後も、医療・介護の関係者等と連携しながら、在宅医療を推進していく取り組みを進めていきます。



参加者の声

- ・在宅医療について考えるよい機会になった
- ・もっと看取りの話をきいてみたい
- ・在宅医療について不安はあるが、本人の思いに寄りそいたいと思うようになった
- ・ボランティア活動を検討したい

健幸都市 “ウェルネスシティ宇陀市”

5月31日は世界禁煙デー

たばこが健康に悪影響を与えることは明らかであり、禁煙はがんや循環器病等の生活習慣病を予防する上で重要です。

近年は、海外から飛散してくるPM2.5ばかりが話題になっていますが、タバコの燃焼によって発生する煙もPM2.5であり、大気中のPM2.5より、タバコの煙の方が有害性が高いと言われています。日本では、海外からのPM2.5より受動喫煙の方がはるかに問題であると言えます。

世界の喫煙者は10億1000万人で約5人に1人の割合となっています。毎年世界で300万人が喫煙が原因とみられるがんや心臓病で亡くなっており、このままでは2030年代初頭には喫煙に

よる死亡者が年間1000万人に達すると世界保健機構(WHO)は警告しています。

「今さらやめてもしょうがない」と思っているあなた、長年喫煙していてもたばこをやめれば健康は取り戻せます。たばこをやめるには、自分の禁煙の決意に加えて、専門家のサポートや禁煙治療薬剤を使用することなどで禁煙の成功率が高くなります。

「やめてみようかな…」と思ったら、市内禁煙支援医療機関もありますので中央保健センターにご相談ください。

問 中央保健センター (☎ 92・5220/IP ☎ 88・9175)

