

笹川保健財団 地域啓発活動助成

助成番号：2021-005

2022年3月1日

公益財団法人 笹川保健財団

会長 喜多悦子 殿

## 2021年度地域啓発活動助成 活動報告書

標記について、下記の通り活動報告書を添付し提出いたします。

### 記

活動課題

地域住民を対象に地域における在宅訪問看護の普及、健康意識の啓発を目的に居場所作りを提供

活動者（助成申請者）名： 在宅看護センターことぶき 高橋 しのぶ

## 1. 活動の内容・経過

2018年10月に「まちの保健室準備室」がスタートし、2019年4月笹川保健財団の地域啓発活動の助成を受け正式に「まちの保健室」が活動を開始した。

2020年4月 在宅看護センターことぶきを同じ町内に開設し、まちの保健室業務を引き継いだ。

今年度、まちの保健室の相談業務は、週1回、時間を短縮し、2人体制で行う。また、活動を広く知ってもらうために、講演会を開き地域の方の啓発活動を目的に行っていくこととなり現在に至る。

内容、実施については 相談業務と講演会について分けて記載する。

## 1) 相談業務について

新型コロナウイルス感染の拡大に伴い 今年度は対面での相談が難しい状況の中、感染対策を行い相談日は週1回火曜日13時から15時とした。

## ・相談内容

健康相談 介護相談 血圧・脈拍・酸素飽和度などの測定

## ・相談人数と相談内容

年 月	開催回数	相談者数	相談内容	その他
4 月	2 回	11 名	①11 ②6 ④3 ⑤3 ⑦1	
5 月	1 回	4 名	①3 ②1 ④2	
6 月	2 回	9 名	①7 ②8 ③3 ④2	コロナにより自粛
7 月	2 回	15 名	①13 ②9 ③2 ④2 ⑧1	笹川助成開始
8・9 月	緊急事態宣言のためまちの保健室休止			
10 月	4 回	15 名	①12 ②11 ③1 ④3	
11 月	3 回	21 名	①15 ②9 ⑤7	
12 月	3 回	13 名	①11 ②8 ⑤1	
1 月	2 回	3 名	①7 ②4	
合 計	19 回	91 名	①79 ②56 ③6 ④12 ⑤11 ⑧1 ⑨1	
1/24～3/6 まで蔓延防止措置により まちの保健室中止				

## 相談内容の内訳

①健康・病気 ② 血圧、酸素飽和度測定 ③ 食事・排泄 ④ 薬 ⑤ 介護・家族 ⑥認知症 ⑦ かかりつけ医・医療機関 ⑧ 自分史・経験談 ⑨その他

・相談内容の内訳は、開設当時から変わらない方法で行ない、利用者が混乱しないよう事業の継続を図った。

・今年はコロナ禍という事もあり 健康について、コロナの予防接種などについて心配で相談に来てくれるケースが増えた。

コロナで病院に行く回数も減らしている、一人なので話し相手がいないなどで訪れて下さる方もいらっしやった。

## 2) 講演会について

今 地域住民の方の関心は何かを話し合いを行った。

相談に来ていた方や場所を提供していただいている所で働くスタッフが3人続いてお亡くなりになった。入院しても面会が出来ない、家族と会えないのはつらい。疾患を抱えていても介護申請をしていない人も多い。病気になったらどうしていいかわからないなど不安を抱えている方が地域にはたくさんいる。医療と介護の実情を知り、高齢期の生活そして看取りについて考えるきっかけを作りたい。それらの意見をもとに計画では2回講演会を開催予定であった。

しかしコロナ感染拡大のため1回のみで開催となった。

「できるだけ最期まで自宅で過ごしたい」～わかりやすい在宅医療のお話し～と題し 小松正規医師を招いて11月20日開催

アンケート結果：参加者26名、回収18名 回収率69%

参加者年代：50代1名 60代3名 70代10名 80代3名 未記入1名

・内容がよく分かった 14 普通 3 未記入1

・ご自身やご家族に役立つことがあったか はい14 いいえ0 わからない1 未記入3

・いつまで今の生活が続けられるか漠然とした不安があった。訪問診療が普及してくればある程度体が維持できているうちは自宅にいられるというイメージがわいた。

・初めてこのような話を聞き安心した。

・自分自身の最後について考えるきっかけとなった。

反省会では、資料やパワーポイントを使いわかりやすく良かった。講師の先生の人柄もよく、質問もたくさん出て盛況だった。時間も場所もよかった。という意見がきかれた。

次回の講演会はコロナ禍で外出頻度も少なく下肢が弱ってきている。自宅で出来る体操などを教えてもらいたい。という意見が上がった。

作業療法士の先生の講座を1月20日に予定したがコロナの影響で中止となった。

## 2. 活動の成果

### 1) 相談業務について

今年はコロナ禍で人々の多くは外出を控え、病院にかかるのさえも躊躇している方も少なくない。地域の高齢化も進み話し相手も少なくなっているため居場所としてまちの保健室を行っているコミュニティカフェの存在は大きい。訪れる方は、血圧や酸素を測ってほしいといわれ、そこから体調の話や体験談、生い立ちにまで広がって話してくださる方もいらっしやった。

開設当初から見えていた方やコミュニティカフェのスタッフが3人お亡くなりになりました。体調を崩し入院され、そのまま病院でお亡くなりになった。病気で急死されたりと、私たちが関わってきた方々の死に直面した時に、もっと何かできたのではないかと残念な思いがあった。相談だけで終わらず継続して相手を見ていく事の大切さ、気になる方がいたら見守り、必要があれば医療や地域とつなげていく役割をしていくべきだと思った。

約2年半前に始めたこの相談室も定期的に通って来られる方も見られるようになってきた。一人暮らしの方が多この地域において、話を聞いて欲しいと思っている方に安心し居心地がいい場所として思っていただけよう継続していきたい。

### 2) 講演会について

講演会は2回開催を予定していたが1回のみ開催となってしまった。

コロナ禍であっても1回は開催することが出来て良かった。アンケート結果からも、皆さんの関心が高く、良い評価が得られた。次年度も地域の方のニーズに応えられるよう講演会を開き、健康意識の啓発に努めていきたい。

## 3. 今後の課題

コロナの状況がどう変化していくかわからない状況ではあるが、相談業務は週1回のペースで継続して取り組んでいく。また地域の方が出来るだけ自宅で生活できるように不定期でも講座を開き健康意識を高めていきたい。

今後は、まちの保健室をもっと身近に感じ利用していただけるよう啓発活動を行い、地域包括センターやクリニック、介護施設、訪問看護ステーションなどと連携を取りあって地域の方のお役に立てるようにしていきたい。

在宅看護センターことぶきも開設して1年が経とうとしている。この経験を活かし地域と社会を繋げる一助を担いたい。

## 4. 活動の成果等の公表予定：なし

5. 今回 笹川保健財団の助成をいただき 貴重な活動を行えたことに深く感謝いたします。

## まちの保健室 第1回講演会開催

目的：地域ケアシステムの理解を深められるように、啓発活動の一環としての講演会

日時：2021年11月20日（土） 14：00～16：00

場所：ふらっとステーション・ドリーム

演題：「できるだけ最期まで自宅で過ごしたい」

～わかりやすい 在宅医療のお話し～

講師：かがみとつかクリニック 医師 小松 正規氏

参加者：28名 参考資料を各自に配布

運営スタッフ：松本、内海、高橋 手伝い：宇野、木下



講演会の様子