

4月より
偶数月
発行になります

とぴあ

? 毎日のギモン紙面相談室



最近むせるんだけど、
改善する方法はある？

食事の摂り方で改善できるかもしれません。

むせるとは、食物や水分が気道に入らないように防ぐための身体の防御策です。誤って食物や水分が気道に入る（誤嚥）と窒息や肺炎の原因となる場合があります。これを防ぐために健康な身体の人には必ずみられる反応です。しかし、年齢や病気によって、頻回にむせたり、飲み込みにくさがみられると、飲み込む力の低下（嚥下障害）が疑われます。

よくむせる方は、以下のことを確かめたり、試してみてもいいでしょうか？

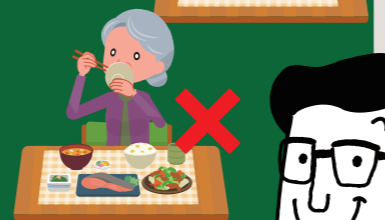
●姿勢を整えて、よく噛んでゆっくり食べましょう。

●ながら食べをやめましょう。

テレビを見ながら食べるなど食事に集中できない環境では、むせたり窒息したりする場合があります。

●一口の量や固さは適正ですか？

一口の量が多く、かき込んで食べたり、固いものを無理に食べると、むせや窒息につながりやすいので注意しましょう。



とぴあ先生

豊富な経験と知識をもち、仲間や患者さんから信頼される、富田浜病院に勤める医師の理想像。

皆さんからの質問に、
とぴあ先生がお答えします！

お願い

富田浜病院グループでは、新型コロナウイルス感染症対策を徹底し、皆さまをお迎えしております。来院、ご利用の際は、ご協力よろしくお願いたします。

医療法人 富田浜病院

〒510-8008 三重県四日市市富田浜町26-14

お気軽にお問い合わせください

tel 059-365-0023

富田浜病院

検索

HPIはこちら



ここで過ごしてよかった。
利用者さんご家族さんが、
そう思える時間を提供したい。

私は大学を出て新卒で富田浜病院グループの介護職員として働き始めたのですが、腰を痛めて退職。別の仕事をしましたが、利用者さんやご家族さんからいただいた「ありがとう」という言葉のうれしさが忘れられず、再び富田浜病院グループに戻ってきました。次は介護支援専門員（ケアマネジャー）として支えたいと思いついて資格を取得。現在は浜っこサテライトで介護支援相談員をしていますが、その役割は、利用者さんのケアプランを考えることです。利用者さんご自身と、ご家族の希望をお聞きして、できる

だけ皆が納得する形で方向性を考え、その実現に向けたケアプランを立案することを心掛けています。

「浜っこサテライトで過ごしてよかった」と利用者さんはもちろん、ご家族さんにも思っていていただくことが私のモットーです。そのためには、私一人で実現できることは多くありません。他職種の仲間と相談して、例えば利用者さんが食べたいものがあれば、栄養士に確認のうえ持っていただけるような、利用者さんに寄り添った施設を目指しています。それは一人ひとり異なるものですから、本当の気持ちをお話いただけるよう、できるだけ多くお話することが大切だと考えています。画一的な対応をするのではなく、できるだけ制限を設けずに一人ひとりに合わせた対応をしたいと思っていますので、ぜひ何でもご相談ください。



Staff Voice

小規模介護老人保健施設
浜っこサテライト
介護支援専門員（ケアマネジャー）

真野 祐輔

部署
紹介



しょう き ぼ かい
小規模介護
ろう じん ほ けん
老人保健施設
はま
浜っこサテライト 受付

ご自宅で過ごすには少し不安という方に、希望を実現するためのお手伝いをしたい。

老人保健施設は、例えば入院されていた方がご自宅に戻る前に、そのままでは不安が残る場合の、ご自宅までのつなぎ役として存在しています。もちろん、ご自宅で過ごすことを希望されない場合には、それに合わせた施設へのつなぎ役にもなります。また、ベースは自宅で過ごしながら2泊3日などのショートステイでも利用いただけるなど、継続的に関わりを持つこともできます。浜っこ

サテライトは全室個室で、プライベート空間を持ちながら、食事はみんなで一緒にとります。もちろんご本人の意思を尊重しますので、自室でもかまいません。小規模施設ですので、アットホームな雰囲気も特徴です。できるだけ柔軟に対応する。難しくてもすぐにお断りするのではなく別案を考える。それが、浜っこサテライトです。



多職種でのミーティング
ケアマネジャーを中心に、介護職員や看護師、リハビリテーションスタッフなどが、つねに利用者さんの情報を共有。気になったことを話し合うことで、安全安心に、できるだけ満足していただける時間を提供しています。

利用者さんをお出迎え
入所される方も、ショートステイで利用される方も、ご家族さんも、やはり不安をお持ちだと思います。少しでも和らげていただくために、笑顔でお迎えするとともに、施設内イベントの写真を掲示し、雰囲気をお伝えしています。



他の施設とも連携
浜っこサテライトに入所される期間は、長い場合でも3ヶ月ほどです。その後、ご自宅や他の施設へと移られます。そのため、浜っこサテライトでの様子を他施設の職員にも丁寧に伝えることを心掛けています。

使う人、
増えています

わたしメモ

万が一の時でも「自分らしくあり続ける」ために、治療やケアに関する、自分の希望や気持ちを書いておくのが「わたしメモ」です。富田浜病院グループでは、「わたしメモ」の活用に取り組んでいます。

これが「わたしメモ」。あなたの気持ちを教えてください！

- 大きなケガや病気、認知症などで自分の意志が表現できない状態になったときでも、周囲の人が「わたしメモ」を見てあなた自身の望む医療や介護を選択することができます。
- 「わたしメモ」はステップ1から3まであり、下の絵はステップ1。あなたの好きなことを書いていくメモです。

わたしメモ

人生会議のためのステップ1

これからの毎日を自分らしく楽しみながら生きていけるように、自分が大切にしたいことを、メモしましょう！

読んでほしい呼び名

大切にしていること

好きな歌

楽しみ

続けたいこと

これから始めたいこと

好きなことば

行きたいところ

大切な人

記入日
年 月 日
氏名

- ステップ2・3は、自分がしてほしくないこと、治療の方針、今後のことなどについて書いていくメモです。自分の気持ちを周囲に伝えることで、医師や看護師・介護士が、あなたの気持ちに沿ったケアをすることができます。

富田浜病院グループには「わたしメモ」の専門チームがあります。

その名も「わたしメモ研究会」。「その人らしさ」を大切にケアのための「わたしメモ」の活用を目指しています。いろいろな職種のスタッフが力を合わせて皆さんを支援します。

