

健康と医療について語り合う会で小西副支部長が講演

ちょっとした心がけで病気のリスクは減らせる



手話で質問をする参加者（左）と答える小西達也先生（右）

神戸支部は5月26日に、あすてっふKOBEで健康と医療について語り合う会を開催した。これは聴覚障害者らが医療や健康についての情報を学ぼうと定期的に開催する「聴覚障害者の医療を考える会（いのちを考える会）」の講師派遣の要請に応じているもの。ろっこう医生協東雲診療所所長（中央区）の小西達也先生（神戸支部副支部長）が「体の異変はここで起こる～高齢者はお風呂とトイレに御用心!!～」と題して講演し、市民、聴覚障害者の方を中心に24人が参加した。参加者の感想文を紹介する。

今回はじめて「いのちを考える会」に参加しました。

「高齢者はお風呂とトイレにご用心」というテーマで小西先生のお話を聞きました。トイレでの突然死よりも入浴中の急死の方がはるかに多く、トイレは年間1,500人に対して入浴中は12,000～19,000人の方が亡くなっているということです。冬は脱衣所と湯船の温度差によって起こる「ヒートショック」に気をつけなければなりません。また、夏は脱水症状を起こしやすいので水分補給が必要だということでした。

一日の疲れを癒やすお風呂場にたくさんの危険があると改めて思い知り、高齢者だけでなく

自分自身も気をつけたいと思いました。

日々の生活の中で気をつけるべきこと、ちょっとした心がけで病気のリスクは減らせるということがわかり、大変勉強になりました。たとえば入浴は食事の前が良いとか、お酒を飲んだ日は入浴しない方が良いとか、食事は消化に時間がかかる野菜類から先に食べると良いとかすぐにでも実行できることがたくさんありました。

また、これからの季節にぴったりの熱中症についてもわかりやすく教えていただきました。今後も興味のあるテーマの時にはぜひ参加したいです。ありがとうございました。

【小川みゆき】

兵庫県保険医協会

290号 2016年6月25日

神戸支部ニュース

発行 兵庫県保険医協会神戸支部

連絡先 〒650-0024 神戸市中央区海岸通1-2-31 神戸フコク生命海岸通ビル5F

兵庫県保険医協会 TEL/078-393-1801 FAX/078-393-1802

医科歯科連携研究会・感想文

「フレイルと医科歯科連携」考える

神戸支部は5月21日、医科歯科連携研究会を県農業会館で開催。会員、医療機関スタッフら36人が参加した。医科からは神戸協同病院副院長の石川靖二先生、歯科からは神戸常盤大学短期大学部口腔保健学科教授、ときわ病院 歯科口腔外科部長の足立了平先生（協会理事）が講師を務め、「フレイルと医科歯科連携」をテーマに研究会を行った。参加者の感想文を紹介する。



36人が参加した

医科・歯科連携でフレイル予防を

長田区・神戸協同病院 管理栄養士
山崎 絵里

最近話題になっているフレイルと医科歯科連携に興味があり、参加しました。

最近では口腔ケアによる肺炎予防が重要視され、言語聴覚士が活躍し、嚥下食が必要な方が増加するなど、今まで以上に医科の現場で「口」への関わりが強くなっているにも関わらず、医科と歯科の連携は不十分などところも多いと感じています。

栄養に関することは診療報酬制度のなかで評価されていない部分も多いのが、連携の難しさを生んでいる部分の一つなのかなとも感じました。

フレイルの状態に気付くか、気付いたときにどのような方策をとればよいのか、高齢化が進む中で医科歯科共に考えていかなければいけないと思います。

今後、より良い連携をすすめていく上で、実際に困っていることなどを持ち寄りあえる懇談会などがあればと思いました。

今回の講習会の内容を生かしながら、自分の引き出しを広く持って、健康づくり活動や自身の仕事に生かしていきたいです。（2面に続く）

（1面からの続き）

フレイルとは？ 新しい知識を得る

垂水区 歯科衛生士 Y・H

今回の「フレイルと医科歯科連携」のセミナーに参加した歯科診療所勤務の歯科衛生士です。

フレイル、サルコペニアという言葉にまったくなじみがなかったのですが、勤務先の歯科衛生士の実習生2名が聞いたことがあると答えたことで、知る必要性を感じて聴講を決めました。

セミナーでは、超高齢社会を迎える日本では、高齢者をいかに支えるかが大きな課題となる中で、フレイル（虚弱）の早期発見、対処が必要であることを知りました。

足立先生の講演では、先生が歯科口腔外科であることもあり、内容が非常に分かりやすく、改めて噛むことの重要性や、口腔機能の改善の必要性を認識することができました。

また、虚弱サイクルと口腔機能の関係やサルコペニアの話も分かりやすく、診療所での新たな取り組みに役に立つ見識を得ることができました。

石川先生の講演も分かりやすかったです。栄養不良とその問題点、評価方法の話が主で、PEM（たんぱく質・エネルギー低栄養状態）の意味や意義など、私



石川靖二先生は栄養不良の問題点と評価について解説



「オーラル・フレイル」予防の大切さを語る足立平先生

たちが普段あまり聞くことのない話で参考になりました。

体重の変化の具体的内容や、食物摂取状況の変化などは、日常の臨床の場で患者さんの情報収集やコミュニケーションに役立ちそうで、今回得た知識を活かしていきたいと思いました。

特に興味深かったのは、老嚥（加齢に伴う摂食・嚥下機能の低下）という言葉です。ほとんど聞いたことのない言葉なので、これから勉強して知見を深めたいと思います。

今回のセミナーで、貴重な情報を得ることができ、これからはさらに知識を得ていきたいと思っています。ありがとうございました。

垂水で緊急シンポジウム「介護・医療が危ない」

宮武副理事長が 患者負担増計画の問題点を解説

緊急シンポジウム「介護・医療が危ない～地域からひろげよう、社会保障を守れの声を～」が、5月15日に垂水レバンテで開催され、市民ら約50人が参加した。主催は、神戸支部も参加する、垂水・社会保障をよくする協議会などでつくる実行委員会。

報告者として、宮武博明副理事長が参加し、政府が勧める患者負担増計画の問題点について解説した。

宮武先生は、協会が作成したパンフレット「医療・介護が危ない～社会保障を充実させて豊かな日本を」の内容を紹介しながら、患者負担増やベッドの減少で、よりいっそう医療が受けにくくなることを説明した。

松本徹さん（有限会社まつもと・テツコの部長会長）は、居宅介護支援事業等を行っている経験から、介護保険が年々使いにくくなっているとして、ケアマネジャーも「法令遵守」のもと身動きできなくなる危険性があり、利用者の立場に立つことが必要だと指摘した。

徳岡八重子さん（特定非営利活動法人福祉ネット星が丘施設長）は、介護認定が機械的である



パンフレットを用いて医療の改悪について説明する宮武博明副理事長

ため必要な介護でも減額されてしまい、職員の献身によって支えられている施設の現状を語った。

赤田勝紀神戸市議はサービスを切り捨て、利用料を引き上げるばかりの神戸市の医療・介護施策を福祉の心がないと批判した。

参加者から認知症の家族介護の実情なども話され、介護の問題は誰にでもやってくることであり、地域に自分の居場所を作ること・介護者の悩みを聞ける場所を作ることの必要性が語り合われた。

神戸支部 研修会のご案内

院内感染対策研修会

「～あなたも今日からスペシャリスト～感染対策の要 手指衛生について学ぶ」

手指衛生の基本などを学びます。

日時：8月6日（土）15:00～17:00 会場：協会会議室

講師：済生会兵庫県病院 感染管理認定看護師 小川 麻由美 氏

参加費：1,000円 ※受講された方には受講証を発行します。