

# あけびだより

No. 179

2019年9月1日発行

URL <http://www.akebi.or.jp/>

2019年9月



絵画教室

佐橋蹊子氏

## アドバンス・ケア・プランニング (Advance Care Planning : ACP) とは、

広島に住む、患者仲間から、「あなたは終活についてはどの様に思ってるの？」とメールがありました。「私は自分の終末期を考えたから『あけびの里』があるのよ。と言おうとしてちょっと考えてしまいました。「里」に入居までは計画をしてきましたが、その後の生き方については迷いがあったのです。例えば胃ろうについてです。何度かここにも書きましたがパーキンソン病患者の胃ろうは、有効な薬摂取方法だと言われています。「里」を終の棲家と考えているのなら終末期の医療をしっかりと示しておかなければいけないでしょう。

今、日本医師会等から出されている「終末期医療のガイドライン」は法整備はされていないものの、リビングウィル(終末期の医療・ケアについての意思表示書)を尊重する形で無意味な延命治療の中止を、医師が単独で治療方針を決定するのではなく、複数の医療者により構成される医療・ケアチームが決定することを求めています。

なお、[厚生省が2018年に出した「人生の最終段階における医療の決定プロセスに関するガイドライン」においてアドバンス・ケア・プランニング(ACP)の概念を導入し、自宅などで看取りを望む人が増加していることを踏まえ、医療機関だけでなく在宅や介護施設での看取りにも対応できる内容になっている]終末期のことを話すと多くの方は「考えたくない」と言われますが、3人に1人は認知症を発症する時代です。またパーキンソン病は進行すると高い率で認知症状が出る疾患です。話をするのも困難になります。元気な時から家族や施設の方と「ご自分はどこでどの様に終末期を迎えたいのか?限られた時間を大切な人とどう過ごしたいのか?等、話あって共有して頂きたいと思います。

## ★アドバンス・ケア・プランニング (Advance Care Planning : ACP) とは、

患者さん本人と家族が医療者や介護提供者などと一緒に、現在の病気だけでなく、意思決定能力が低下する場合に備えて、あらかじめ、終末期を含めた今後の医療や介護について話し合うことや、意思決定が出来なくなったときに備えて、本人に代わって意思決定をする人を決めておくプロセスを意味しています。この話し合いは、たとえば入院のたびごとに、繰り返し行われ、その都度、文書として残します。将来の変化に備え、将来の医療及びケアについて、患者さんを主体に、そのご家族や近い人、医療・ケアチームが、繰り返し話し合いを行い、患者さんの意思決定を支援するプロセスのことです。患者さんの人生観や価値観、希望に沿った、将来の医療及びケアを具体化することを目標にしています。(日本医師会：終末期医療アドバンス・ケア・プランニングから考える)より

## 認定特定非営利活動法人あけび

認定NPO法人あけび 事務所

TEL 079-262-6702 FAX 079-262-6703

グループリビングあけびの里

TEL 079-262-6707 FAX 079-262-6703

〒672-8064 姫路市飾磨区細江473-10

Mail: info@akebi.or.jp

訪問看護ステーションあけび

TEL 079-262-6708 FAX 079-262-6703

訪問介護ステーションあけび

TEL 079-262-6702 FAX 079-262-6703

〒672-8064 姫路市飾磨区細江473-10

Mail: day@akebi.or.jp

通所介護施設デイサービスあけびの実

〒670-0804 姫路市保城363番地の3

TEL079-280-6931 FAX079-280-6932

Mail: akebi-no-mi@akebi.or.jp

通所介護施設デイサービスあけびの輪

〒670-0952 姫路市南条1丁目101-1

TEL079-284-0055 FAX079-284-0056

Mail: akebi-no-wa@akebi.or.jp



綱干段文音頭保存会の方に今年もお世話になりました。

8月の誕生日の方に浴衣を着てもらくと、ぐっと盆踊りの雰囲気になります。法被をみんなで羽織ったら祭りが始まりました。太鼓も楽しみ、色んなことをさせてもらって嬉しい・・・素直な感想ですね。



最近卓球でダブルス戦をしています。なんとも盛り上がる楽しいゲームです。職員の真剣な姿を見て下さい。



スイーツバイキングです。プリン、水ようかん、コーヒーゼリー、果物の缶詰、お菓子を自分で好きなだけ取って一つのお皿に盛り付けました。飲み物にコーラフロートもついてます。



長く手紙も書いていないわと言いながら一生懸命はがきに向かって文字を書き、絵にして郵便で出しました。届いた方も心から喜んでもらえた嬉しいお話もして頂きました。



ダシゴのリズムに合わせて「後ろ～ま～え、後ろ～ま～え、」WBCで学んできたすくみ足の対策です。

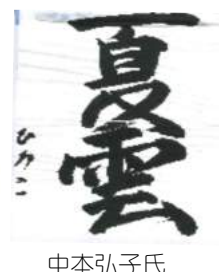


毎朝の体操の前に、あけびの輪の職員が考えた「野に咲く花のように」の棒体操をしています。輪との共同作業は感無量です



喜多カズ子氏

山本きみ子氏



中本弘子氏

金井ヒロ子氏



大西千恵子氏

# &盆踊り

## あけびの輪



☆今年も、播州音頭保存会“段文会”の皆さんがきてくださり、盆踊り大会を開催しました。まずは、皆さんで乾杯！美味しい盆踊り弁当をいただきました。そして、播州音頭と炭坑節を踊り、たまちゃんさんの手品を楽しみました。その後太鼓打ちの体験をさせて頂きましたが、昔を思い出して涙される方が続出しました。とても良い時間でした。段文会の皆さま、ありがとうございました



## 輪のリハビリ

☆リハビリいろいろ・・・酷暑の中でも、エアコンの効いた室内でリハビリ頑張っておられます！皆さん、リハビリに対してとても意欲的です。コツコツ続けましょう！



☆看護学生さんが、ボランティア体験に来所されました。溢れる若さ、はち切れんばかりの笑顔に、皆さん元気をもらわれました！

☆利用者様同士で、卓球の指導をされています。卓球（運動）をすると、ドーパミンが増えるという説もあります。卓球をすると、楽しく心地よい疲労感も味わえます。卓球仲間大募集中です！



☆温熱療法は、身体を温めて頂きながらのお喋りがたのしいですね！

☆カラオケは、人気のレクリエーションの一つです。カラオケは、血流改善・ストレス発散・自律神経を整える・脳の活性化などの健康効果がみられます。何より楽しいですね！



# グループリビングあけびの里

## 訪問看護ステーションあけび

## 訪問介護ステーションあけび

ストレッチや姿勢矯正など、何回かに分けてご紹介いたします。

### ストレッチ③

目的 背もたれをつかみ上体をねじる

### 背もたれをつかみ上体をねじる



背もたれをつかみ、  
肩先をひねりやすくなる

ひねりの動きは  
歩行にも影響するので  
しっかりと肩を  
ひねる神経が大事



反対の手をひざの外側に添えると  
もっとしっかりひねれる

「イタ気持ちいい」くらいが  
ちょうどよい強さ

### ストレッチ④

目的 つま先とかかとを上げ下げ

### つま先とかかかとを上げ下げ



つま先とかかかとを  
上げたり下げたりして  
足首をほぐし  
関節を動きやすくする



簡単なりハビリなので  
いつでもどこでも試しやすい

全国パーキンソン病友の会「会報」8月号に、2019年3月末で介護保険の要介護者・要支援者への医療での外来維持期リハビリが廃止されたことが掲載されていました。疾患別上限日数は、下記のように決められています。●脳血管疾患等リハビリテーション：180日●運動器リハビリテーション：150日●廃用症候群リハビリテーション：120日。特定疾患であるパーキンソン病は進行性の神経疾患ですので、「治療上有効であると医学的に判断される場合」には、算定日数を越えて算定できると考えられています。制度自体複雑な為、誤って中止されないようにしましょう。とあります。医療、介護の現場では①リハビリ施設不足が深刻化②必要なリハを迅速に受けられない③リハビリの質の低下などが起こっています。パーキンソン病で必要なリハビリは、維持期・生活期であっても、医師が指示するPT、OT、ST等の専門職種による医療行為であると認識すべきです。必要なリハビリは制限せずに、すべて医療保険で患者に提供させる制度に改めて行くべきです。とあります。

パーキンソン病患者にとって服薬と同じにリハビリの早期開始は重要な事です。

16年間パーキンソン病の患者さん達と関わって思う事は、第一に服薬調整の大切さです。音楽療法で毎日一時間ただ音楽を聴くことで歩行がスムーズになると報告されていますが、薬の効き方によって結果が大きく変わる事を経験しました。又、専門職に関わってもらいリハビリだけではなかなか改善には結びつきません。筋力アップが必要な人・ほぐすだけの人・発声・嚥下が必要な人・精神的安定を求める人、それぞれですが、毎日意識的にどれだけやれるかだと思います。それには楽しく安全に体を動かせることを考えることが大切です。

### お知らせ

パーキンソン病友の会  
兵庫県支部姫路ブロック

患者・家族交流会

◆9月交流会9月15日(日)13:00~  
場所：あけびの実  
会費：ワンコイン

◆9月3日(火)卓球練習 花北体育館  
tel079-280-6931

◆10月5日(土)13:00~ 姫路市難病相談会  
場所：姫路市保健所  
中央病院東靖人医師 tel079-289-1635

### 医療相談会

西播磨病院 水田英二先生

日時：9月16日[月] 13:00~

場所：あけびの輪 要申込

tel079-262-6702 fax079-262-6703

### 嚥下指導・相談会

日時：9月21日[土]

場所：あけびの実

昼食を取りながら見ていただきます。

申し込みが必要です。

tel079-262-6702 fax079-262-6703



卓球クラブ」9月の練習日

場所：ルネス花北体育館  
持物：上靴・ラケット

連絡は(280-6931)

急募

介護士を求めています。  
ご紹介お願い致します。勤務時間は相談にのらせていただきます。