

# こ ん に ち は



令和4年 6月号

梅雨の晴れ間の青空に心浮き立ちます



都筑区医師会では、地域で暮らす医療的支援が必要な方や、各事業所からの相談対応ができるように、在宅医療相談室と横浜型医療的ケア児・者等コーディネーター事業を行っています。令和3年度の相談実績をまとめましたので、活動内容等とともに報告いたします。

## 都筑区在宅医療相談室



当相談室は、地域の皆様が安心して在宅療養生活が送れるように、在宅診療や訪問看護の紹介、在宅医療に関する情報提供などを行っている相談窓口です。

令和3年度は107件の相談があり、一番多かったのは、病院の連携室から36件、退院調整等のための在宅診療や訪問看護の依頼でした。次いで本人・家族から30件、相談内容は多岐に渡りました。その次は、ケアマネジャーから21件、在宅診療等の紹介依頼や在宅医療に関する相談等でした。その他にも行政、包括支援センター、診療所、訪問看護からも相談を受けています。

また、昨年度は区主催のACP研修会の講師を担い、その後ACP等に関する出前講座等も3回開催致しました。今年度は相談員を2名から3名体制とし、相談業務は勿論のこと、地域ケアプラザと連携を深め、活動を広げていきたいと考えております。皆様、どうぞお気軽にご相談ください。

## 横浜型医療的ケア児・者等 コーディネーター 都筑拠点

医療的ケア児・者等とご家族、地域の支援者や関係機関との繋ぎ役となり、ライフステージに応じた生活の充実及び介護者の負担軽減を図ることを目的に活動しています。



令和3年度は新規相談数71件で、福祉施設から30件と最も多くのご相談をいただき、次いでご家族からの27件でした。また、関係機関に繋いだ後も介入が必要な場合もあり、14件のケースは引き続き関わらせていただきました。医療ケアを必要とされている方々、重症心身障害児・者等の方々は、多職種と連携する必要があります。コーディネーターは、直接支援する業務はありませんが、チームがうまく回るように後方支援する必要性も実感しています。業務開始3年目で、まだまだ力不足ではありますが、今後も地域の皆様と支援チームの一人になれるよう活動してまいります！

在宅医療相談室、医療的ケア児・者等コーディネーターの連絡先はこちらです☆

○都筑区在宅医療相談室 TEL：045-910-6582 FAX：045-910-6506

○医療的ケア児・者等コーディネーター都筑拠点 TEL：045-910-6586 FAX：045-911-6700



☆☆パソコンから在宅事業部門の活動内容を見ることが出来ます。ぜひご覧下さい☆☆

[http://www.tsuzuki-med.org/wp/center/zaitaku\\_features/](http://www.tsuzuki-med.org/wp/center/zaitaku_features/)



## ☆新型コロナウイルスワクチンの4回目接種が始まりました☆



横浜市では、3回目接種を受けた18歳以上の方に4回目の接種券が送られてきます。今回のワクチン接種は「重症化予防」が目的で、対象者が以下の方に限られました。

予約方法は3回目までと変わらず、接種場所も個別の医療機関または集団接種会場となりますので、接種を希望されている方はご確認をお願いいたします。

3回目接種を完了した日から  
5ヶ月が経過した次の方

- ① 60歳以上の方
- ② 18歳～59歳で [基礎疾患を有する方]、  
[その他、重症化リスクが高いと医師が認める方]



※②に該当するかは、基礎疾患等で受診している医療機関や、かかりつけ医へ事前にご相談ください。また、事前の相談が難しい場合は接種会場の予診時にご相談ください。

### 健康まめ知識



赤・黄色・オレンジなどカラフルな色で食卓に彩りを加えてくれるお野菜の「パプリカ」、パプリカは色々な効果があり、お肌の救世主食材ともいわれています。美しいお肌作りに欠かせないのが、活性酸素の働きを抑え、細胞の老化を防ぐ抗酸化力。この抗酸化力が高い栄養素の代表であるビタミンA(βカロチン)・ビタミンC・ビタミンEの全てがパプリカには含まれています。特に肌細胞のコラーゲン生成を助けるビタミンCは、血のめぐりを良くするビタミンEと合わさることで、抗酸化力がより一層高まる効果が期待できます。抗酸化ビタミンが全てそろったパプリカは、まさにアンチエイジングに欠かせないお野菜といえます！なお、ビタミンA・ビタミンEは油脂類と合わさる事で体への吸収力がアップします。また、ビタミンCは加熱に弱く、水に溶けだしやすいビタミンなので生食がお勧めです。お肌や体の悩みや目的に応じて調理してみてください♪



### ナーシングだより ～野菜作りに挑戦～

ご利用者の楽しみを増やせればと、2階のテラスで野菜作りに挑戦することになりました！まず手始めに、ご利用者と一緒にホームセンターに行って野菜の苗（ミニトマト、ナス、キュウリを2つずつ）、土、肥料、プランターなどを購入し、苗を植えました。ご利用者にも定期的な水やりをお願いし、良い運動と楽しみに繋がっているようで、こちらも嬉しいです♪  
これからも定期的に野菜作りの情報を挙げてまいります。



### 編集後記

今年6月11日が「入梅」。暦上ではこの日から梅雨ですが、気象上の実際の「梅雨入り」の時期は、年や地方に寄って異なります。梅雨時期はジメジメとして、ぐずついた天気が続きなにかと鬱陶しい日々が続きますが、体調には十分注意したいと思います。

### 【目安箱】

ご意見、ご要望などは、いつでもご遠慮なく、ご連絡いただけますようお願い申し上げます。

913-5181 統括管理者 吉井

