

～高齢者を地域で支える～
地域包括支援だより

いまから

はじめよう

No.46 令和4年2月号



「もしも」の時のこと
考えたことある？

これからのこと、いざという時の
こと、いろいろ考えてみよかねえ

[問合先] 今治市 高齢介護課
地域包括支援担当(市役所第2別館1階)
TEL0898-36-1528 FAX0898-34-5077

人生会議、ご存じですか

「人生会議」とは、「アドバンス・ケア・プランニング(Advance=事前に Care =介護、看護、気遣い Planning=計画する)」の愛称です。

「アドバンス・ケア・プランニング」とは、自身の大切にしていることや望み、どのような医療やケアを望んでいるかについて、自ら考え、また、周りの人たちと話し合うことを言います。

誰でも、いつでも、命に関わる大きな病気やケガをする可能性があります。

もしそのような状況になり、自身の信頼できる人が医療・ケアチームと話し合いを進める時に、自身の価値観や気持ちをよく知っていることが重要な助けとなります。

人生会議について、詳しくは厚生労働省ホームページ (https://www.mhlw.go.jp/stf/newpage_02783.html) をご覧ください。 (人生会議学習サイト ゼロからはじめる人生会議「もしものとき」について話し合おうより改変)



【厚生労働省ホームページ】

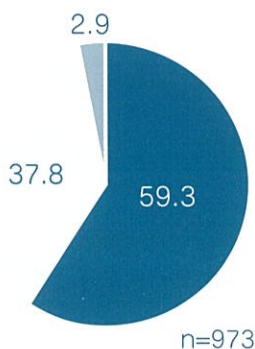
こんな調査結果が…

人生の最終段階における医療・療養についてこれまでに考えたことがありますか。 n=一般国民

自身が受けたい・受けたくない医療・療養の処置について、家族等や医療介護関係者とのどのくらい話し合ったことがありますか。 n=一般国民

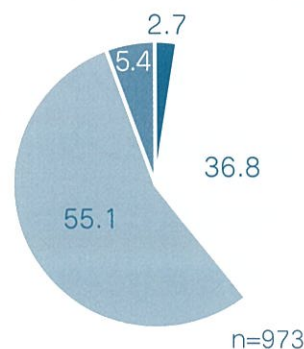
半数以上の人
が考えたことがあ
るとい
う結果に

- ある
- ない
- 無回答



半数以上の人
が話し合ったこ
とはな
いとい
う結果に

- 詳しく話し合っている
- 一応話し合っている
- 話し合ったことはない
- 無回答



(厚生労働省 平成29年度人生の最終段階における医療に関する意識調査報告書より改変)

自分自身ではいろいろ考えとって、周りの人と話し合ったことが
なかったら、自分の考えや希望が伝わらんかもしれんよね



「もしも」、に備える第一歩！

～頼れるかかりつけ医を持ちましょう～

かかりつけ医とは、「健康に関することを何でも相談でき、必要な時は専門の医療機関を紹介してくれる身近にいて頼りになる医師（日本医師会より）」のことです。

「もしも」の時には必ずと言っていいほど「医療」が必要になります。自身や身近な人が「もしも」の時に、「かかりつけ医」は頼れる存在になります。それ以上に、日ごろから健康について気軽に相談できるので、病気の重症化で起きる「もしも」を引き起こさないための頼れる存在です。

自分が行きやすいところにかかりつけ医を作っておきたいねえ！



【今治市医師会ホームページ】

どこも悪いところがないけん、病院に行く機会がないんよね



それなら、まずは**健診**を受診してみましょう！

40歳以上の国民健康保険加入者の特定健診や、75歳以上の後期高齢者健診は年度に1回**無料**で受診できます。
詳しくは、今治市保険年金課(TEL 0898-36-1520)へお問い合わせください。



【健診カレンダー】

「もしも」に備える！ 担当地区の地域包括支援センターを覚えておこう

地域包括支援センターの名前が担当圏域(中学校区単位)を表しています。

地域包括支援センター 美須賀・立花	黄金町二丁目2番地5	0898-55-8872
地域包括支援センター 日吉・近見	北日吉町一丁目11番17号	0898-22-7960
地域包括支援センター 西・南	別名272番地	0898-33-7861
地域包括支援センター 桜井・朝倉・玉川	玉川町大野甲86番地1	0898-36-8330
地域包括支援センター 北郷・大西・菊間	大西町宮脇甲501番地2	0898-53-5540
伯方地域包括支援センター	伯方町木浦甲3930番地1	0897-72-1065
サブセンター大島(☎0897-84-4110)・サブセンター大三島(☎0897-83-1110)		