



ライフドアすわ通信



ライフドアすわ 諏訪市地域医療・介護連携推進センター (平日 8:30-17:00)

ホームページ <http://www.lifedoor-suwa.jp/>

所在地 〒392-0027 諏訪市湖岸通り5-12-5 (諏訪市医師会館1階) TEL 0266-78-0477

FAX 0266-78-0478

メール info@lifedoor-suwa.jp

糖尿病は、予備群も含めると日本人の4人に1人がかかるとされ、さまざまな合併症を起こすことが知られています。一般的に糖尿病の治療は、日常生活の改善が治療の第一歩となる生活が、高齢者にとって長年に亘る生活の見直しは行いたいという、認知機能の低下が伴う場合には、服薬管理や栄養管理等が困難になります。

今回の多職種連携研修では、こうした高齢者の糖尿病の特性に着目し、糖尿病を専門とされる「すわ内科糖尿病クリニック」院長の北原順一郎先生に研修会の講師をお願いして、7月12日と8月23日の両日、「糖尿病とは」と糖尿病への影響、「高齢者の糖尿

ライフドアすわでは、開所7周年を記念し、8月3日「湯小路いきいき元気館」3階交流ひろばにおいて、開所記念講演会を開催しました。

今年度の講演会は、本年の1月1日に発生した令和6年能登半島地震によって、大きな被害と事後の復旧にも多くの課題を生じたことを受けて、諏訪防災ネットワーク様との共催により、日頃の備えや発災時の心構え等を学ぶ機会として位置づけ、開催しました。

講師及びパネリストは、それぞれ能登半島の被災地救援に従事経験のある4名の方々をお願いしました。はじめに、長野県社会福祉協議会の山崎博之氏から基調講演をいただいたとともに、諏訪赤十字病院消化器外科統括部長の三原基弘先生、諏訪市民環境部環境課長の中澤健一氏、諏訪防災ネットワーク会長の笠原敏彦氏から、避難所の開設・運営に関する支援活動に加えて、救護班の活動状況、被災者の心情、災害ごみの搬出作業等々について、貴重なお話を伺うことができました。

病を見る注意点」と題してのご講演を頂戴しました。講演では、高齢者の糖尿病の特徴と治療目標、内服薬及びインスリンの投与について、また、運動、食事等に関するのわかりやすい説明をいただきました。

参加いただいた諏訪地域の専門職の方々とは2回とも30名余を数え、アンケートでは、「糖尿病についての理解が深まった」「インスリンの早期投与の有効性を知ることができた」「糖尿病について再確認ができた」などの感想をお寄せいただきました。今後の研修機会にも皆様方からのご意見を取り入れ、企画してまいります。

諏訪市多職種連携研修
高齢者の糖尿病に関する研修会を
2回にわたり開催しました

開催当日は酷暑のなか、54名と多くの市民のご参加をいただき、アンケートでは「実際の被災地の様子や課題などを知らなくて良かった」「日頃からの生活の心がけたい」「以前からトイレの事が気がかりだったが、100円ショップにもあることを知ったので備蓄していききたい」「日頃からの備えを見直す良い機会となった」などのご意見を頂きました。災害の発生は予測できません。講師・パネリスト及び諏訪防災ネットワークの方々の協力により、日頃の備えと準備がいかんが大切であるかを再認識いただく良い機会を得ることができました。

ワークによる、100円ショップで購入可能な防災用品をはじめとする防災グッズの展示コーナーも開設され、来場された皆さんからご好評を博すことができました。

毎年9月21日は世界アルツハイマーデー、9月はアルツハイマー月間です。世界中で認知症の理解を広げるための活動が行われています。

わが国では今年1月、共生社会の実現を推進するための認知症基本法(※以下「認知症基本法」)が施行され、同法にも「認知症の日」と「認知症月間」が規定され、認知症の理解を深めるための活動が進められています。

ライフドアすわでもこれに合わせ、社会福祉協議会とのコラボ企画に参画者を募り、8月8日「認知症のことを学ぼう!&認知症啓発グッズづくり」を開催しました。参加者は、サマーチャレンジの学生ボランティア、認知症サポーターの方、認知症の方、地域の方、福祉医療の専門職など22名の方の参加を得て、前半の「認知症サポーター養成講座」で認知症についての概要を学び、日程の後半では啓発グッズ製作の作業工程を分担して、関係先に配布する10個の啓発グッズの完成をみることにできました。完成したオリジナルカード立ては、認知症リーフレットにも市内医療機関、薬局及び認知症サポーター養成講座を受講された事業所など約100カ所に設置をお願いし、月間中に認知症を身近に感じていただくきっかけ作りをしました。イベントに参加された学生ボランティアの方からは「認知症について学ぶだけでなく、啓発グッズの製作を通して、地域の方と交流もできて楽しい時間を過ごすことができた」との感想が寄せられました。今回の企画では、10代から80代までの幅広い世代の参加者を得て、ひとつの認知症啓発グッズを協働製作する取り組みが実現しました。参加者の笑顔と認知症に関する共感、人々の安心に

考えよう! 認知症
9月は認知症を理解する月間です

つながることを感じられる良い機会となりました。

また、別の取組みとして、認知症の予防や症状の把握、諏訪市の取り組みなどにより構成した「認知症予防と啓発のための展示資料」を作成し、市庁舎ロビーと諏訪市総合福祉センターへの掲出を行いました。年齢を重ねるにつれ、認知症の発症リスクは高まると言われています。近年の高齢化の進行とともに、認知症はとも身近なものになりました。いつまでも住み慣れた地域で暮らし続けたいという思いは誰しも同じです。認知症の正しい理解が広がり、認知症の人もそうでない人も、安心して暮らし続けることのできる諏訪市を目指して、今後も取り組みを進めてまいります。

ご参加ください!
認知症予防 啓発講演会

11月16日(土)午後2時~4時 諏訪文化センター第2集会室において、認知症予防・啓発講演会を開催します。

今回は、諏訪赤十字病院 諏訪地域認知症疾患医療センター長の兼子一真先生にお願いし、「認知症今までにわかったこと-これからできること」と題してのご講演等を予定しています。参加は無料。詳しくは、ライフドアすわHP、チラシなどでご案内いたします。皆様のご参加をお待ちしております。

●協議体
将来「自分たちの街をどのような地域にしたいか」を話し合う機会として、協議体と
地域包括ケア推進会議
地域を語り、地域をつくる取り組み

考えよう! 認知症
9月は認知症を理解する月間です

ご参加ください!
地域支援の協働センター
「コミュニティ・カンファレンス」開催

地域が主役! みんなでやってみよう!
人生会議! みんなで備えよう!
わたしの生き方、死に方!

●日時
令和6年11月29日(金)
午後1時30分~3時30分

●場所
諏訪市総合福祉センター3階 交流ひろば

●費用 無料

●申込
諏訪市社会福祉協議会
TEL 522-2508

ライフドアすわの生活支援コーディネートセンターが中心となり開催します。6月13日に開催された令和6年度第1回第一層協議体では、自治会の区長や地区社会福祉協議会、民生児童委員、サロンの方等、関係機関のみなさんに出席いただき、雪かきをテーマに「今を困っている高齢者の相談事」を我が事として傾聴し、今後の地域課題に関する持続可能な支え合いの方法についての話し合いがなされました。

●地域包括ケア推進会議
「本人が望む生活」を守り支えるための「具体化可能なサービス」について、地域医療と介護に従事する専門職の方々一堂に会して開催される機会が諏訪市地域包括ケア推進会議です。本年度は、5月16日と8月22日に開催され、各回2事例についてグループワークで熱心な話し合いがもたれ、多くの提案が行われました。次回以降の予定は次のとおりです。ライフドアすわでは、「地域包括ケア会議通信」を毎月発行しています。

●期日
第3回 11月22日(金)
午後1時30分~3時

第4回 令和7年2月20日(木)
時刻未定

●会場
諏訪市総合福祉センター交流ひろば