



健幸通信

感染症に注意しましょう!

宮崎県では、新型コロナウイルス感染症が依然として流行しています。そして、インフルエンザについても定点医療機関の報告数から流行シーズンに突入しました。新型コロナウイルスやインフルエンザは重症化することもあるため、注意が必要です。感染症対策を行い、流行シーズンを乗り切りましょう！

●予防接種

- ・重症化予防に有効
- ・インフルエンザ、新型コロナウイルス感染症予防接種
→本市では65歳以上の方を対象に助成を実施
- ・詳細：広報くしま10月号、市公式サイトなど

問 医療介護課健康増進係☎72-0333



●感染症対策のポイント



〈手洗いの5つのタイミング〉

- ①帰宅後
- ②咳やくしゃみ、鼻をかんだ時
- ③ご飯を食べる前、食べた後
- ④病気の人のケアをした時
- ⑤外にあるものを触った時



換気

- ・30分に1回以上、数分間窓を全開にする。
- ・複数の窓がある場合、二方向の壁の窓を開放する。



咳エチケット

- ・マスク着用
- ・ティッシュ・ハンカチで口・鼻を覆う。
- ・袖で口・鼻を覆う。



マスク着用

- ・人の多いところに外出する時
- ・病院受診時や医療機関・高齢者施設などを訪問する時

生活支援や介護予防の充実した地域のニーズ

団塊世代が75歳以上となる「2025年問題」時期になるにあたり、認知症や1人暮らしの高齢者も増加すると考えられ、生活支援や介護予防の充実した地域の体制づくりが急がれています。

このような状況に対応するため、集団検(健)診受診者の約350名に介護予防への意識について「健康づくりアンケート」を実施しました。

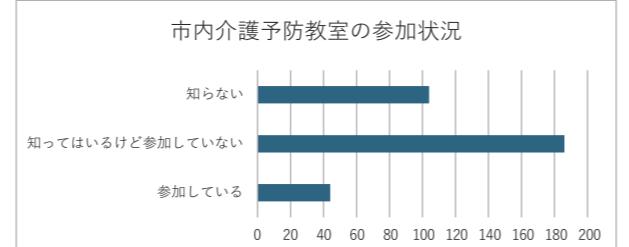
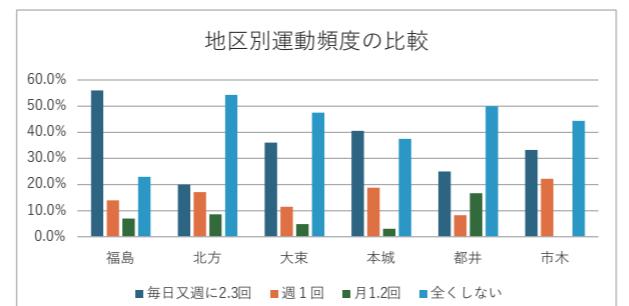
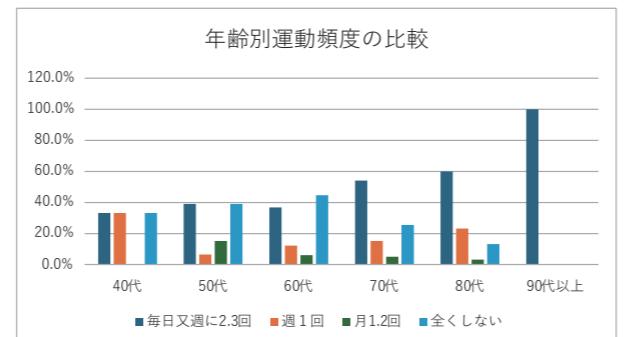
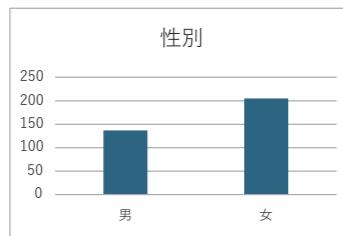
グラフから50代は運動する人とまったくしない人が二極化し、60代は退職後の生活変化による「健康づくりの谷間」の時期にあり、運動離れが進んで今後のライフスタイルに変化が起こる現象が予測されます。

70代になると健康寿命延伸のため積極的に運動する傾向にあり、「年齢が上がるにつれて運動習慣がある人の割合が増加する」という一般的なイメージとは逆の傾向がみられました。

60代の「健康づくりの谷間」対策には、早期(青年・壮年層)からの運動機会や健康意識が大切です。

毎日の生活習慣や地域活動を意識することで健康づくりから生きがいづくりになり、生活支援や介護予防が充実することで地域づくりにつながります。

問 医療介護課介護保険係☎72-0333



~市民病院からのお知らせ~

問 串間市民病院☎72-1234

串間市民病院 地域連携室のご紹介

~医療と福祉の架け橋として、地域の皆さまを支えます~

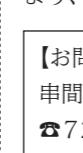
串間市民病院地域連携室では、看護師1名、社会福祉士1名が在籍し、患者さまが安心して医療を受けられるよう、入退院支援や他の医療機関・介護施設との連携を行っています。

「退院後の生活が不安…」「どこに相談すればいいかわからない…」そんな時は、地域連携室へお気軽にご相談ください。専門のスタッフが、皆さまの不安に寄り添いながら、最適な支援につなげます。

職員からのひとこと

『市民病院の正面入口から入って右手側(売店の隣)にある地域連携室の事務室にいます。患者さま、患者さまのご家族が安心して療養生活が過ごせるようにお手伝いいたします。お気軽にお声かけください。』

『患者さまやご家族の“困った”に、真摯に向き合い、安心して次の一步を踏み出せるようサポートします。どんな小さなことでも、まずはご相談ください。』



レスパイト入院のご案内

◇レスパイト入院とは

レスパイト(respite)とは、「一時休止」「休息」「息抜き」という意味です。在宅などで介護にあたっているご家族の方々が、その疲れから介護を続けることができなくなるのを予防する目的の入院です。

地域包括ケア病棟でのレスパイト入院

当院では、地域包括ケアシステムの中で、果たすべき役割の一つである“在宅で介護されている家庭の支援”を推進するため、地域包括ケア病棟でレスパイト入院を受け入れていきます。

地域包括ケア病棟とは、通常急性期医療が終了した後、すぐに自宅や施設へ移行することが難しい患者さまに対して、医学的管理、看護等を行い自宅や施設への復帰に向けて準備を行う病棟です。また、在宅で療養されている患者さまを支援する役割があります。

ご利用できる患者さま

- ・退院後に自宅または居宅系施設に帰る方
- ・褥瘡処置、喀痰吸引、麻薬の管理、胃ろう、気管切開、点滴在宅酸素等の医療的処置を行っている方など

※利用をご希望の場合やお困りの場合は、上記に限らず一度ぜひご相談ください。

入院について

- ・1回の入院期間は、最長14日間まで、月に1回のご利用になります。また、他の医療機関へのレスパイト入院も含めて地域包括ケア病棟への通算利用日数が60日を超える場合は、退院期間を3ヶ月空けていただきます。
- ・入院日時は、原則平日の10時とさせていただきます。
- ・入院時に簡単な検査は行いますが、入院中は新たな検査は行いません。
- ・内服、点眼薬・インスリン・軟膏等、胃瘻・ストマなどの医療材料に関してはそのまま使用しますので持参してください。入院期間中の処方はできませんので、必要になる分をあらかじめご準備ください。
- ・患者さまの状況によって入院期間・病床が変わることがありますのでご了承ください。

レスパイト入院の手続きについて

(1)申し込み先

ご利用希望日の原則2週間前までに、地域連携室へお申し込みください。お申し込みができるのは、患者さま、ご家族、かかりつけ医、訪問看護ステーション、居宅介護支援事業所の方です。お急ぎの場合は、一度ご相談ください。

(2)必要なもの

- ①かかりつけ医からの紹介状(診療情報提供書)
- ②レスパイト入院申込書

※申込書は、串間市民病院のホームページからもダウンロードできます。

(3)入院日等の連絡

入院可否、入院日等については、地域連携室よりお申し込み者へ回答します。ベッドの空き状況によっては、入院ができない場合もありますのでご了承ください。

レスパイト入院までの流れ

