



# さくら診報

平成31年2月1日発行 第181号

暖冬と言われていた今冬ですが、寒暖差が厳しく、東京は雨が降らない季節となり乾燥した空気でインフルエンザや風邪が流行してしまう時期です。

基本の手洗いとうがいは必須ですので、普段よりは多く行うように心がけましょう。

ACP (Advance Care Planning) アドバンス・ケア・プランニングという言葉は皆さん、お聞きになったことはありますか？厚生労働省が愛称を昨年8～9月に募集し、「人生会議」と公表しました。超高齢化を迎え、最期の迎え方を話し合おう。終末期にどのような医療やケアを受けるか、事前に家族や医師らと繰り返し話し合うという取り組みを普及させる意味で新聞などの記事が掲載されました。

ACPとは将来の変化に備え、将来の医療及びケアについて、患者さん主体にその家族や近い人、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。

そして、厚生労働省は毎年11月30日を「人生会議の日」と定めたことも発表され、「いいみとり、いいみとられ」の意味を込められているようです。

あくまでも、患者さんの意思を尊重し、尊厳のある生き方を実現すること、地域で支えるという視点からかかりつけ医を中心に看護師・ケアマネジャーなどの介護職などの多職種で話し合い、その場で決定できない時もその都度、文書にまとめておくことが重要です。

その他、色々な留意点や工夫点などありますが、今後、「人生会議」ACP アドバンス・ケア・プランニングなどの言葉が出てくる機会も多くあると思いますので、頭の片隅に覚えておいていただければ幸いです。

自分がどうこれからの人生を送りたいか、最期はどう幕を閉じたいかを元気なうちに考えておき、家族や自分の近い人に話し合っておくことは大事なことです。

寒さを乗り越え、桜咲く季節の春が訪れ、新しい元号を楽しみにしましょう。

桜台訪問看護ステーション 訪問看護師



2019年になり早いもので1ヶ月たちました。年末年始の疲れを引きずっていたり、体調を崩してスッキリしないままで毎日を過ごされていませんか。

さて、2019年の干支と言えば亥、十二支の最後の干支です。

干支は、はるか昔、古代中国の殷の時代に誕生したと考えられています。そして十二支は、草木の成長にたとえられるという共通点があります。植物は、種から芽吹きますが、種に生命を引き継いだ状態が亥です。

十二支は季節が割り当てられており、亥の季節は冬です。春の芽吹きまでじっと硬い種の中でエネルギーを内にこめている。まさにそうしたイメージが亥年の持つ意味です。

亥の年は、翌年から始まる次の種の成長に備えて、個人においては知識を増やし、精神を育てる。組織に関しては、人材育成や整備投資、財務基盤を固める。外に向けての活動ではなく足元を固め次の段階を目指す準備をし内部の充実を心がけると良い年です。

2月も引き続き厳しい寒さが続きますが、寒さに負けないよう自己研鑽し春に芽吹けるよう心がけませんか。

桜台居宅介護支援事業所  
介護支援専門員 温井 総子

## 阿部クリニック平成31年2月外来予定表

日	曜日	午前		午後		日	曜日	午前		午後	
1	金	中村	川嶋	中村		15	金	中村	川嶋	中村	
2	土	飯島	石神			16	土	飯島	石神		
3	日					17	日				
4	月	中村		中村		18	月	中村		中村	
5	火	小島	高橋	中村		19	火	小島	高橋	中村	
6	水	中村		中村		20	水	中村		中村	
7	木	中村/北田	望月	飯島		21	木	神崎/北田	望月	飯島	
8	金	中村	川嶋	中村		22	金	中村	川嶋	中村	
9	土	須藤	石神			23	土	中村	須藤		
10	日					24	日				
11	月					25	月	中村		中村	
12	火	小島		小島	高橋	26	火	小島	高橋	中村	高橋
13	水	中村		中村		27	水	中村		中村	
14	木	神崎/北田	望月	飯島		28	木	神崎/北田	望月	飯島	

\*整形外科（金） 午前

\*漢方外来（火） 午前又は午後

\*皮膚科（木） 午前

\*胃内視鏡検査・超音波検査（土） 午前

担当医は、学会等の都合により、代診・休診の場合がございます

発行：医療法人財団 秀行会  
練馬区桜台2-1-13  
広報委員会