



カムカムよってって



2025 年 5 月よってって在宅診療所
052-626-1215 E-mail:yottette-zaitaku @minami.or.jp

朝晩の冷え込みと、日中との寒暖差に体調管理が難しい毎日が続いています。体調を崩してしまう悪循環を生まないよう、栄養を意識した食事、良質な睡眠、適度な運動を心掛け、身体を整えたいものです。それでも、体調不良を感じたら我慢せずにかかりつけ医に相談しましょう。きっと医療者から共感と適切なアドバイスがあると思います。

南生協よってって横丁 10 周年お祝い WEEK

5/20 から 5 日間、よってって横丁 10 周年お祝い WEEK として様々な企画が催されました。よってって在宅診療所も「班会体験デー」や「AED 講習会&健康チェック」などに参加し、普段の活動を伝えながら、地域の皆様と触れ合える良い機会を得ることができました。



○班会体験デー

「がん哲学外来メディカルカフェ」には、訪問を終了した患者家族も参加してくださり、互いに思いを傾聴する良い時間が持てました。また「もしバナゲームをやりたい!」との声もいただき皆で体験。充実した時間を過ごせました。

○AED 講習会&健康チェック

在宅診療所スタッフも健康チェックに参加。握力や血液サラサラ検査、ベジチェックを行いました。…結果、大騒ぎ。やはり健康も日々の積み重ねですね。

～診療のプチエピソード～

身内は遠方、入籍しない事を選択し 2 人で寄り添って過ごしてきた患者様の訪問診療に携わる事がありました。患者様が亡くなられ、残された家族と話す時間が持てた時、気丈に振る舞いながらも、これまでの苦労や先行きの不安を話してくださいました。年金生活では厳しい、自宅退去も迫っている、役所の協力も難しいと。話を受け、民生委員をしている組合員さんに相談。「本人が良ければ地域の知り合いに繋げるよ」と言ってくれました。地域の力で、残された家族が少しでも孤独から抜け出せる事を願います。

診療所として、訪問診療が終了しても、患者様家族が住み慣れた地域で安心して暮らしていけるお手伝いが少しでもできたらと思います。また、その輪を広げていきたいです。