



カムカムよってって



2025 年 11 月よってって在宅診療所
052-626-1215 E-mail:yottette-zaitaku @minami.or.jp

秋から冬への移行の時期。立冬を迎え、毎日の寒さも身にしみる季節となってきました。木枯らしが吹き、落ち葉が舞い散る様子に、もの寂しさを感じる季節でもあります。冬の訪れを楽しむ方もいると思いますが寒暖差が激しい時期でもありますので体調には十分お気を付け下さい。

10万人会議に参加しました

11/15 に 10 万人会議で「在宅チームプロジェクト」の発表をしました。今回は、在宅診療所の紹介・これから目指すことについて話しています。よってって在宅診療所では在宅でも「最期まで口から食べる」を支えていきます。2026 年度から言語聴覚士が入ることになりました。医師・看護師・言語聴覚士・管理栄養士・歯科医師・歯科衛生士・相談員と多職種が連携し、患者・家族を支えていきたいと考えています。また南生協病院だからできる。地域の組合員さんの力もかりて地域と繋がる在宅診療所を目指しています。

今回、10 万人会議に参加して、組合員さんの意見も聞くことができました。在宅診療所を知らなかった、という方もみえたので、今後もより活動の幅を広げアピールしていきたいと思っています。



さて、皆様は**ヒートショック**という言葉をご存じでしょうか。

お風呂場での浴槽に入る時や浴室から出る時の気温の変化により血圧が変動し、心筋梗塞や不整脈などの症状を引き起こすことを言います。

11 月から好発時期になりますので十分お気を付け下さい。

〈予防するポイント〉

1. 脱衣所と浴室を温める
 2. お風呂の温度は低めに設定（38～40℃に設定）
 3. ゆっくりお風呂から出る
- ※入浴前には水分を摂取することもおすすめ！

〈診療所のプチエピソード〉

持病に癌があり、毎日自宅点滴を行っている一人暮らしの患者様。最近では点滴の詰まりや腹痛等ありましたが訪問看護やヘルパーなど多職種でサポートし、今月ではお友達と県外に旅行に行くそうです。医師からも旅行中の点滴は行わず、好きな物を食べる様にと話があり、とてもうれしそうでした。私は、訪問診療に配属されて半年と短いですが、患者様の「その人らしい生活を送れるように支援する」を実感した瞬間でした。今後もその人らしさを考えながら関わらせて頂きたいと思っています。