なるざ 健康新聞

NO.26　平成２４年１月

〒910-4103　福井県あわら市二面２丁目２１１番地

訪問看護ステーションなるざリハビリサービス

TEL　0776-77-2282　　ホームページ　www.naruza.jp/

== もくじ ==

1．新年のごあいさつ

2．制度が変わります②

3．在宅生き生き便り

4．これはいい　!!

担当：田端　・　谷川真

新年明けましておめでとうございます。

平成 24 年の今年、当事業所も 8 年目を迎えます。関連事業所のご理解ご協力の元、日々、地域の皆様に支えられ、ご利用者様の笑顔に励まされ、感謝の気持ちで訪問看護、リハビリの仕事を続けさせて頂いています。昨年は東日本大震災という未曽有の大災害に見舞われ、日本中が悲しみ、痛みを分け合いながら助け合い、励まし合い、人と人との「絆（きずな）」というものを感じ続けた 1 年でした。特に、私達医療介護サービスに立つ者は、社会的使命を改めて認識しました。また、被災された人も、それをただ見つめて手を合わせるだけの私達も、「幸福」という、分かっているようでどこか実感として乏しかった言葉の意味を、深く考えるようなりました。利用者様、ご家族様にとっての本当の「幸福」とはどんなものでしょうか。この 1 年、私達はそんな皆様の「幸福」を一緒に探し、見つめられるよう努めていきたい、そう考えています。どうかよろしくお願いいたします。

有限会社なるざ　　代表取締役　谷川真澄

制度が変わります②　　2025 年を見据えたサービスへ

日本の高齢化率は 2005 年に 20％を突破し、超高齢化の階段を急速に駆け上がっています。いわゆる団塊の世代（1947～1949 年生まれ）の高齢者が一気に進む 2010 年から 2025 年にかけて、65 歳以上の高齢者人口は約 700 万人増加します。75 歳以上の後期高齢者に限ってみれば、約 745 万人が増えると推測され、高齢者率は 30％を越える見通しです。

そういった急速な高齢化がもたらすものは、要介護者の急増です。特に 75 歳以上の後期高齢者が増えることから、中重度者や医療ニーズが高い要介護者の生活を支える必要が強まります。同時に、①独居世帯や老老世帯（高齢者のみの世帯）が増加、②認知症高齢者が増加、③大都市圏で急速に高齢化が進展・・といった問題にも対応していかねばなりません。

これらの課題を整理していくと、現在は分断されている地域の医療や介護、地域住民による見守りなどの様々な生活支援サービスを結びつける仕組みを、構築する必要があると国は考えました。2025 年の高齢者人口のピークに向けて、2012 年 4 月からの介護保険制度改正・介護報酬改定で国が推し進めるのは、「地域包括システム」です。「地域包括システム」とは、高齢者や要介護者が住み慣れた地域で生活を継続できるように、日常生活圏域（おおむね 30 分以内で移動できるエリア。小中学校区に相当）において医療、介護、予防、住まい、生活支援サービスを一体的に提供する体制のことです。…次回に続く。

在宅生き生き便り　～ 家族一同 いろいろ楽しんでます ～

あわら市に在住のOさん宅、お家のあちこちに
思い入れの素晴らしい作品があり、楽しませてくれます
その一部をご紹介をします

ご主人が上手に育てている紅梅です。5～6 年程経っていて冬になると写真のようにつぼみができてきます。年明けに見てみると、ふっくらし、少し開いてきていました。

何と、ご主人が自らアレンジしたそうです。下の石は川で拾ってきたものを削り作ったそうです。

奥さんが 60 歳代の頃に作成した物です。和紙を購入するために、ご主人に運転してもらい金沢まで行ったそうです。

お嫁さんが作成した物です。ハンガーを使いクリスマスリースを作って下さいました。お正月飾りもすべて手作りですよ！

このように、O 氏宅の皆さんは、作成することが好きで、リハビリの最中にいつも、昔作った作品の話をしてくださいます。これからも元気で作品作り続けて下さいね！

これはいい!!　「OS-1（経口補水液）」

今回、皆さんに紹介するのは、*OS-1*(オーエス・ワン)という経口補水液です。この時期は、急性胃腸炎やインフルエンザが流行します。嘔吐・下痢・発熱による症状が体内の水分を奪ってしまい、脱水症状を引き起こします。OS-1 は他のスポーツドリンクよりも、体内に吸収されるのが早く、近年では小児科や内科でもよく紹介されています。私も常備として１～2 本、必ず置いてあります。最初に飲んだ感想は、『わぁ～しょっぱい』と思いましが、なかなか飲みやすかったですよ。夏場に多い熱中症時にもこのオーエス・ワンが有効です。飲みやすいようゼリータイプもありますよ。