

## 塩谷郡市医師会リレーコラム シリーズ「在宅医療」

●ご意見やご質問、取り上げてほしい病気などありましたら塩谷郡市医師会までお便りをお寄せください。  
問い合わせ／〒329-1312 さくら市桜野1319-3  
さくら市氏家保健センター内 塩谷郡市医師会

### 第11回「ケアマネジャーの仕事とケアプラン」 ケアサポートまもる 井上 富美子

介護保険制度が発足して18年が経ちました。高齢化社会を迎え介護保険に対する関心は年々増えてきていますが、介護保険制度とはどのようなものなのでしょう。

介護保険制度の目的は「その人の持っている残された機能を活用しながら自立した日常生活を居宅において継続する」とうたっています。

ここで、介護保険を上手に利用しながら、今も生き生きと元気に在宅生活を続けられている方をご紹介します。

Sさんは独り暮らしの93歳です。十数年前、遠方に住んでいる娘さんから「年をとってきた一人暮らしの母親のことが心配なので介護保険を利用できないでしょうか。」という相談の電話がありました。早速Sさん宅に訪問しお話を伺ったところ「持病の腰痛が出てきて重いものを持つことや買い物に出かけることが大変になってきた。」という内容でした。そこで介護保険の認定を受けるよう勧め手続きをしました。約1ヵ月後に市役所から「要支援2」

の結果通知が届きました。早速ヘルパーさんが訪問し、Sさんが困難な買い物や布団干し、ストーブの灯油を入れるなどの生活支援が開始になり、しばらくの間安心した生活を送っていました。しかしその後、腰痛が更に悪化したのをきっかけに歩くことやお風呂に入ることが困難になり始めたのです。そこでデイサービスでお風呂の支援や歩行訓練などのリハビリを受けるようになり、デイサービスの生活にもすっかり慣れてきました。そして90歳を超えた今もデイサービスやヘルパーの支援、ショートステイなどを組み合わせながら在宅生活を続けられています。

ケアマネジャーは、在宅で暮らしている高齢者の心身の状況、生活状況などを詳しく伺い、在宅生活を継続するためにどのような支援が必要かを把握したうえで介護保険サービスや地域のさまざまなサービスを専門的な意見から提案し、つなげています。生活への支障や不安を感じ始めたなら、まずケアマネジャーに相談してみませんか。

## 国際医療福祉大学 塩谷病院からのお知らせ

問い合わせ／  
国際医療福祉大学塩谷病院 ☎(44)1155  
健康増進課 ☎(43)1118

平成21年4月の継承以来、地域の中核病院として皆様の健康をお守りするために医療の充実を図ってまいりましたが、栃木県より災害拠点病院に指定され、さらにその役割は大きくなりました。



また、今年度は新規入職医師を6名迎え、より一層充実した診療体制を整えていきます。これからも外来患者様や入院患者様の治療を担うだけでなく、市民公開講座の開催や市内小学校、幼稚園での手洗い教室の実施など、身近に触れ合える場での病気予防活動にも力を入れて、市民の皆さまが安心して生活できるよう、貢献してまいります。国際医療福祉大学塩谷病院 病院長 須田 康文

糖尿病内分泌代謝内科部長 やまうち けいし  
山内 恵史 教授  
信州大学卒、同大学院修了、医学博士。前JA長野厚生連南長野医療センター篠ノ井総合病院副院長。日本内科学会認定総合内科専門医。日本糖尿病学会認定指導医・糖尿病専門医。日本内分泌学会認定指導医・内分泌代謝科専門医。日本老年医学会認定指導医・老年病専門医。

麻酔科部長 ありやま じゅん  
有山 淳 教授  
日本医科大学卒、医学博士。前国際医療福祉大学病院麻酔科副部長。日本麻酔科学会認定指導医・麻酔科専門医、日本ペインクリニック学会認定医。厚生労働省認定臨床研修指導医。

消化器外科医長 くらた よしひろ  
藏田 能裕 医師  
千葉大学卒、同大学院修了、医学博士。前日本医療研究開発機構基盤研究事業部バイオバンク課主幹。日本外科学会認定外科専門医。日本消化器外科学会認定消化器外科専門医・消化器がん治療認定医。

消化器外科 ささき たくま  
佐々木 拓馬  
獨協医科大学卒。前千葉大学大学院医学研究院先端応用外科非常勤医師。

循環器内科 やまが けんた  
山田 健太  
日本医科大学卒。前国際医療福祉大学三田病院心臓血管センター(循環器内科)。

整形外科 ないとう やすし  
内藤 寧  
琉球大学卒。前永寿総合病院整形外科専修医。

## 9月の集団健康診査日程



※市ホームページ(トップページ)組織でさがす>健康増進課>各種健診の日程)に健診日の混雑状況を掲載しています。どうぞご覧ください。  
申込・問い合わせ/健康増進課 ☎(43)1118

～新規申し込み受付中!!～

受診される方は、次のものを必ずお持ちください。

- ①保険証
- ②集団健診のお知らせ(問診票)
- ③受診券(特定健診を受診する社会保険の方)

	受付時間	場所	特定健診 胃・肺・大腸・前立腺がん	乳・子宮がん 骨粗しょう症	備考
10日(月)	8:30～10:30	勤労青少年ホーム	○		
11日(火)		農村環境改善センター	○		
18日(火)			○		
19日(水)	8:00～10:30	文化会館小ホール	○	○	
27日(木)			○	○	※託児付き(予約制)
28日(金)			8:30～10:30	農村環境改善センター	○

## 国民年金 年金保険料免除申請のご案内

問い合わせ/大田原年金事務所 ☎(22)6311  
矢板市市民課 ☎(43)1117  
FAX(43)5962

7月から、平成30年7月分～平成31年6月分の「国民年金保険料免除・納付猶予制度」の申請が始まりました。保険料が未納のまま、老後の年金だけでなく、若いときにも支給される障害基礎年金などが受けられない場合があります。

●保険料免除制度とは  
所得が少なく、本人・世帯主・配偶者の前年所得(1～6月までに申請される場合は前々年所得)が一定額以下の場合や失業した場合など、国民年金保険料を納めることが経済的に困難な場合は、申請が承認されると保険料の納付が免除になります。

◆大田原年金事務所からのお知らせ  
厚生年金や共済年金などに関する年金相談は大田原年金事務所となりますが、予約受付専用電話番号(0570-05-4890)が新しく設置されました。  
ご予約いただきますと、お客さまのご都合に合わせてスムーズに相談いただけるほか、相談内容に合わせてスタッフが事前に必要書類などを準備しますので、窓口でお待たせする時間を軽減することができます。

## マイナンバー カード交付に 「事前予約」をご利用ください

問い合わせ/  
市民課 ☎(43)1117 FAX(43)5962

市では、窓口でお待ちいただく時間をできるだけ短縮し、スムーズにお渡しできるよう、窓口延長時(毎週月曜日の17:15～19:00 ※月曜日が休みの場合は翌日)のマイナンバーカード交付に「事前予約制」を導入しています。

窓口延長時のカード交付を希望される方は、事前に市民課までお電話ください。  
※通常の業務時間帯(8:30～17:15)は予約不要です。交付には20分程度かかりますので、時間には余裕を持ってお越しください。

大人気の「ハズキルーペ」あります  
上手な使い方を教わせて頂きます。  
メガネではなくルーペなんです  
信頼の日本製  
レンズ10年保証

補聴器選びは  
お店選びから  
認定補聴器技能者  
10月号 38532  
登録番号 20-3418  
菊地理  
いつでも相談できる  
地元のお店をお選びください

やいた補聴器  
ジュエリきくち  
ダイユー矢板店前 木曜定休  
営業時間 10:00～19:00  
☎43-1347



あっぱるカレー ～甘さの中に辛さが光る～  
好評発売中!! 1ケ360円(税込)  
お土産に、ご贈答に、常備食にも…用途はいろいろ。  
お求めは市内取扱店で お問い合わせ/矢板市商工会 ☎(43)0272