

塩谷郡市医師会リレーコラム シリーズ「在宅医療」

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21回「終末期医療」

私は、2006年11月から在宅緩和ケアを始め、今年の3月までの約12年間で1,368人（がん患者1,358人）の方を自宅で看取りました。その過半数が診療期間2週間以内の患者さんでした。予後が短ければ短い程、症状緩和に迅速性が求められます。最初の2、3年は痛みの症状緩和に時間がかかり、夜中の往診で患者さんのお宅で朝を迎えてしまうこともしばしばありました。1回1回の緊急往診が私を成長させてくれました。そのような在宅医としての私の使命は、最期まで患者さんの自己決定を支援することと考えています。たばこを吸いたくて退院してきた患者さんとは、在宅酸素に注意しながら吸える環境を一緒に考えます。医療用麻薬の服用法を丁寧に説明しても、説明より少なめに服用される患者さんはたくさんいます。私自身も病気の治療のためにモルヒネを服用した経験があり、麻薬を飲む恐怖感を知っていますので、飲めない理由を共感的に傾聴します。仙骨部に褥瘡がある患者さんが退院してきた際、特殊

在宅ほすぴす 渡辺 邦彦（高根沢町）

寝台とハイブリッドマットレスを提案しても受け入れず、板の間に座椅子を置いて寝そべってテレビを観ていました。よく話を伺うと、「そういうのは死ぬ前に使うと考えているんだ」とのことでした。その患者さんは、亡くなる前日に「ベッドを入れてください」と言われ、ご希望にお応えしました。

低アルブミン性心不全となり、ポータブルトイレを推奨した患者さんが「分かりました」と笑顔で頷かれました。私が帰ると、家族に手伝わせてトイレまで歩き、トイレで亡くなりました。息子さんは医師の指示に従わずに亡くなったと自分たちを責めていましたが、「お父さんの自己決定を支援したのだから親孝行したのですよ」と説明すると安心されたようです。これらは、“Dignity of risk（リスクを負う尊厳）”であると思います。入院している患者さんではあり得ないことと思います。私は、これこそ、勇気を出して自宅へ戻ってこられた方たちの権利と考え尊重します。

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
市民課 ☎（43）1117
FAX（43）5962

7月から、令和元年7月分～令和2年6月分の国民年金保険料免除申請が始まりました。

国民年金には、経済的な理由などで国民年金保険料を納付することが困難な場合に、保険料の納付が免除・猶予となる「保険料免除申請」や「納付猶予申請」があります。保険料が未納のままだと、老後の年金だけでなく、若いときにも条件を満たせば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。

免除・猶予期間	令和元年7月分～令和2年6月分まで 過去期間は申請が受理された月から2年1カ月前まで申請することができます。
申請について	原則として毎年申請が必要です。 年金手帳、印鑑、運転免許証など本人確認ができるものをお持ちください。
特例について	申請年度または前年度に退職（失業）した場合は、離職票が雇用保険受給資格者証の写しが必要になります。配偶者・世帯主が失業した場合も対象となります。詳しくはお問い合わせください。

8月の集団健康診査日程 ～新規申し込み受付中!!～

500
やいた健康ポイント

※市ホームページ（トップページ＞健康・福祉＞健康診査・各種検診＞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

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）

また、お申し込みをされていない方で受診希望の方や、日程変更を希望される方は、必ず健康増進課へご連絡ください。（※健診予定日に発熱やせきなど、体に異常がある場合は、後日改めて受診してください。）

	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
22日（木）	8:30～10:30	文化会館 小ホール	○		※胃がん検診枠残りわずか
23日（金）			○	○	※乳がん検診枠残りわずか
24日（土）	8:00～10:30		○	○	※乳がん検診枠残りわずか
29日（木）			○	○	※託児付き（予約制）
30日（金）	8:30～10:30		○		

乳がん検診 無料クーポン券について

申込・問い合わせ／健康増進課 ☎（43）1118

今年度中に41歳になる方は、「乳がん検診」を無料で受けることができます。ぜひ受診してください。

対象／
今年度中に41歳となる方
（昭和53年4月2日～昭和54年4月1日生まれの方）

申請の流れ／
①個別の医療機関（国際医療福祉大学塩谷病院・黒須病院）で乳がん検診を受診希望の方
→医療機関へお持ちいただく**クーポン券の発行が必要**ですので、電話または窓口でお申し込みください。
②集団健診時に乳がん検診を受診希望の方
→受付時に無料としますので、クーポン券は必要ありません。電話や窓口で検診をお申し込みください。

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。

補聴器 今年も
ジュエリきくち まちゼミ
ダイユー矢板店前 木曜定休
営業時間 10:00～19:00
43-1347
7/16(火) 受付開始

補聴器お試しできます。
認定補聴器技能者
1口番号 38532
登録番号 20-3418
菊地 理
楽しい時間が増えたよ
と言われることが嬉しいんです。

大人気「ハズキルーペ」
見やすいのは？
ルーペ vs 老眼鏡
見比べ体験 開催中
信頼の日本製
レンズ10年保証

夏の特別な集い
「那須手打ちそば」
要予約!!
参加無料
打ちたてのお蕎麦を
食べに来てください!
お気軽にお問い合わせください

健康応援祭
水まわりから整える快適な暮らし
7/21(日) 10:00～17:00
参加無料
温浴効果&体を温める
ツボ押しワークショップ
作って持ち帰りができる!
便利なDIYワークショップ

TOTO宇都宮ショールーム
県北唯一認定 TOTOリモデルクラブ店
総合エネルギー（電気・ガス）&リフォーム
炭助 株式会社 スミスケ
矢板市針生71-3 ☎0287-43-0220
フリーダイヤル0120-82-5541
矢板市商工会員会・矢板市上下水道指定工事店