



町医者をつぶやき NO.12

多種多様の介護施設から最も適した所を選ぶための知識を十分にお持ちの方は意外に少ないようです。ご入居者様の状況や症状、サポート体制や将来を考慮して適切な施設をご選択いただくには…を簡単にまとめてみました。



医療法人社団
医啓会理事長
松本クリニック
院長
松本 正道

日本は25年前から高齢化社会に突入しています。さらに2010年には高齢者人口が23%となり、21%を超えたことで超高齢化社会に入ったと言われてから12年が経過し、令和4年度の総人口に占める65歳以上の人口の割合（高齢化率）は28.8%となりました。日本人の令和4年度の平均寿命は男性81.64歳、女性87.74歳となっています。高齢者の病状は、大きく認知症、がん、老衰（フレイル）に集約されます。認知症や老衰状態で家族での介護が困難となって施設で世話をすることが多くなってきました。



現在色々な老人ホーム・介護施設が存在するため、入所するときにどれを選択すればよいか大変迷うこととなります。介護施設に働いている現役の人にも完全に理解されていない人たちがかなりおられると思っています。

老人ホームの種類 一覧表

選択のポイントは2つです

- ① 公的施設を選ぶか、民間施設を選ぶか
- ② 認知あるいは身体障害のどちらが主な症状か

公的施設のメリットは民間施設より安い費用で利用できる点が挙げられますが、入居待ち時間が長い点がデメリットです。民間施設は各種サービスが公的施設と比べて、充実している点がメリットです。



- ◎ 充実した対応
- 受け入れ可
- △ 施設によって受け入れ可
- × 受け入れ不可

種 類		入居条件				
		自立	要支援 1~2	要介護 1~2	要介護 3~5	認知症
民間施設	介護付き有料老人ホーム	△	△	○	◎	◎
	住宅型有料老人ホーム	△	○	◎	○	○
	サービス付き高齢者向け住宅	○	◎	◎	○	○
	グループホーム	×	△	○	○	◎
公的施設	ケアハウス	○	○	△	△	△
	特別養護老人ホーム	×	×	×	◎	○
	介護老人保健施設	×	×	○	○	○
	介護医療院 (介護療養型医療施設)	×	×	○	○	○

認知症はあるが足腰は問題なく、日常生活に介護があまり必要のない場合も、介護付き有料老人ホーム、住宅型老人ホーム、サービス付き高齢者向け住宅に入居されているのをよくみます。

認知症があるが日常生活に介護があまり必要のない場合はグループホーム、日常生活に介護が必要な場合は介護付き有料老人ホーム、住宅型老人ホーム、サービス付き高齢者向け住宅へ入居することが良い選択でしょう。選択を間違えたら認知症がますます悪化する方向に行きます。グループホームはまだよく理解されていないため適切な選択がされていない場合が再三みられます。

グループホームは「認知症対応型共同生活介護」とも呼ばれており、認知症の診断を受けた方のみが入居可能です。できることは自分ですとの方針で、その方の能力に応じて食事の準備や食材の買い出し、館内の清掃などといった日常の動作を職員と一緒にいき、認知症の症状の進行を抑えるのを目的としています。家庭的な環境によって認知症状の進行を穏やかにしつつ、その方の能力の維持を図ることがグループホームの役割と言えます。入居者ができるだけ自立した生活を送ることができるよう介護職員はサポートに重点を置いています。



コロナウィルスから自分や周りの人たちを守るためのお願いです



松本 正孝
専門：外科・内科

第8波も落ち着き、3月13日よりマスクの着用も個人判断となりました。また5月8日より5類へと格下げとなりました。繁華街でも人の表情も心なしか明るくなり、4年前の活気が戻ってきているようです。しかし5類になってもウィルスの性質は何も変わりません。ゴールデンウィーク以降爆発的な増加は見られませんが、感染者数は漸増傾向です。死亡者もまだ出ており、第9波の入り口に入ってきているとも言われています。人混みや密閉された空間、医療機関、老人施設など高齢者が多い場所でのマスクの着用など、引き続き自分や周りの人たちのための感染防護の対策をよろしくお願いいたします。

また当院では引き続きPCR検査も行っています。インフルエンザの抗原検査も同時に行うことが可能です。発熱や咽頭痛、咳、鼻水などいわゆる呼吸器症状がある場合はお電話にてお問い合わせください。



梅雨が明けたら猛暑の季節到来!! 「雨季～夏の健康アドバイス」

熱中症

気温が上がりすぎることによって体温が上がり、体内の水分や塩分のバランスが崩れたり、体温調節機能が働かなくなることによる健康障害。炎天下のみならず家の中でも発症します



【症状】

頭痛・めまい・吐気・意識低下

【対策】



水分を十分にとる



エアコンや扇風機の活用



外出時は日傘や日陰を歩く



気分不良時は冷やして安静に

食中毒

有害な微生物や動植物性自然毒、寄生虫が体内に入ることによって生じる健康被害です。**主に病原性大腸菌、サルモネラ菌、腸炎ビブリオ、カンピロバクター、黄色ブドウ球菌など**



【症状】

腹痛・下痢・嘔吐・発熱など

【対策】



食事前や用便後に手洗いをする



買った生ものはすぐ冷蔵庫に



しっかりと過熱する



調理器具を消毒する

夏風邪(ヘルパンギーナ)

夏に流行する感染症で主に乳幼児がかかる病気として知られていますが**近年は大人がかかることもあり、その多くは重い症状が続き完治まで日数を要します**



【症状】

発熱・喉の奥の腫れや痛み
口腔粘膜の水疱発疹など

【対策】

予防接種がないため感染経路を断つことが重要です

感染経路は

感染者の飛沫や便によって排出されたウィルスが口や眼の粘膜から入ります



対策は

うがい・手洗い・咳エチケット



夏は体調を崩しやすい季節。「おかしいな」と思ったら早めの受診や検査をおすすめします

夏季休診日のお知らせ

松本クリニック・松本ホームメディカルクリニックは

8月11日(金)～15日(火)は

誠に勝手ながら、夏季休診日とさせていただきます

期間中、ご不便・ご迷惑をおかけ致しますが何卒ご了承くださいませ。
休診期間前後は混雑いたしますので お早めにご予約下さいませ。

