



遠賀中間医師会

2026年3月19日発行

第26号

在宅総合支援センターだより

在宅医療・介護連携推進事業



多職種研修会(グループワーク)を実施しました

- 日時** 令和7年9月25日(木) 18:50~20:50
- 会場** 遠賀コミュニティセンター 多目的ホール
- 内容** 入退院支援における目指す姿にならない原因(課題)について解決したいテーマを踏まえて整理して、課題への対応策を考える
- 対象** 在宅医療・介護従事者、行政職員等

「地域高齢者の在宅生活継続のための理想的な入退院支援と現状について」～本人が望む場所での生活継続のために私たちができる入退院支援を考える～

地域高齢者の在宅生活継続のための理想的な入退院支援と現状について多職種で考えるとともに、入院医療機関と在宅医療・介護関係者が互いの役割を理解して尊重し合える関係性の構築、切れ目のない医療・介護連携体制の強化を目的に、地域の医療・介護専門職によるグループワークを行いました。

入退院に関わるケースを題材に、入退院支援における課題整理と対応策の検討について各グループでは活発な意見交換がなされ、他事業所や他職種との交流の機会となりました。

研修アンケートでは「普段話す機会のない方とコミュニケーションをとる機会になった」「多くの職種の方と連携を図っていくことが大切だとつくづく考えさせられた」等のご感想をいただきました。地域での在宅療養を支える職種の顔の見える関係性づくりとともに、医療介護連携の必要性について再確認しました。



多職種研修会を実施しました

- テーマ** 遠賀中間MER ～誤嚥は食事で起きているんじゃない!寝ている間に起きているんだ!～【M(もっと)、E(遠慮なく)、R(連携しましょう)】
- 日時** 令和7年12月18日(木) 19:00~20:30
- 会場** 遠賀中間医師会館 多目的ホール
- 講師** 医療法人社団秀和会 水巻歯科診療所 院長 秋山 悠一 氏

地域において歯科が出来ることについて知ること、歯科との連携の重要性を共有することを目的に多職種研修会を開催しました。誤嚥性肺炎の多くは食事中にムセるのではなく、就寝中に唾液や口腔内細菌を誤嚥する「不顕性誤嚥」が原因です。つまり、日常の「磨き残し」が直接的に命の危険を高めています。歯科は、この「見えないリスク」から利用者・患者様を守るための口腔専門チームであり、単なる虫歯治療に留まらない、全身管理とQOL維持のためのチームの一員としての役割を果たします。

講師の秋山先生より、在宅における歯科の取り組みを診療例を交えて大変分かりやすく説明していただきました。研修後のアンケートでは、「誤嚥防止の為に食事における注意するポイントがとても参考になった」「多職種で連携し情報共有が大切であることが改めて大切であると感じた」「評価のしかた(ムセの診かた)がよく分かった」などのご意見をいただいています。



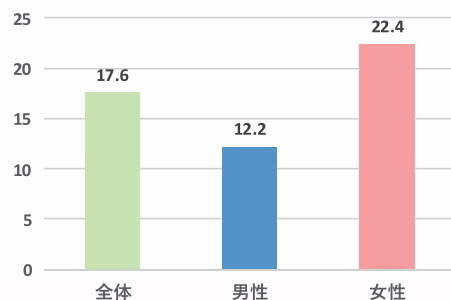
低栄養について

人間が生命を維持し、日常生活を営むために必要な栄養、特にエネルギーとたんぱく質が不足している状態のことをいいます。低栄養になると、免疫力が低下し、感染症などを引き起こしやすくなります。また、軽い病気でも回復に時間がかかります。痩せ気味の人、偏食の多い人は要注意です。

低栄養の目安

- BMI 18.5未満 (BMI=体重kg÷身長m÷身長m)
- 6カ月で2～3kgの体重減少
- 血清アルブミン値3.5/dl以下 など

65歳以上の低栄養傾向 (BMI ≤ 20) の割合



出典：厚生労働省「令和5年国民健康・栄養調査」

高齢女性の5人に1人は低栄養傾向が見られます

低栄養の原因と対策

高齢になるにつれて、低栄養傾向の人が増加する背景には、高齢者特有の要因が影響しています。

低栄養

食欲の低下

対策

- 少なめに盛り付け、食べきれるようにする
- 彩りを工夫したり、香りや酸味を活用して、食欲を刺激する。
- 1品は味付けを濃くするなど、味にアクセントをつける。

機能の低下

対策

- 食べにくい食材は小さく切る、柔らかく煮込む等の工夫をする。
- 嚥下機能が低下している場合は、栄養補助食品も活用する。
- 義歯の点検を行う。(歯科受診)
- 適度な運動を行い、全身の筋肉量を維持する。

気力の低下

対策

- 孤食を避ける。
- 生活リズムを整える。
- 地域とのつながりを持ち、外出の機会をつくる。

中間市食生活改善推進員による予防教室「シニアカフェ」


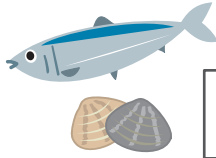





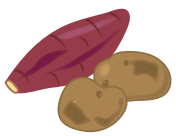


中間市食生活改善推進会では、県からの委託を受け、地域での低栄養・介護予防教室を実施しています。昨年12月には「シニアカフェ」と題して、地域の公民館で低栄養についての講話とロコモ体操を行いました。



低栄養予防のための食事のポイントと10の食品群

- 少しずつでも1日3食食べましょう。間食もおすすめです。
- 主食、主菜、副菜がそろったバランス良い食事にししましょう。
- 肉、魚、卵、乳製品などの動物性たんぱく質を十分に摂りましょう。
- こまめな水分補給を心がけましょう。
- 楽しい共食の機会をつくりましょう。



10食品群 チェック 普段バランスの良い 食事ができているか 確認してみましょう！	1 肉類  <input type="checkbox"/>	2 魚介類  <input type="checkbox"/>	3 卵類  <input type="checkbox"/>	
	4 大豆・大豆製品  <input type="checkbox"/>	5 牛乳  <input type="checkbox"/>	6 緑黄色野菜  <input type="checkbox"/>	7 海藻類  <input type="checkbox"/>
	8 いも類  <input type="checkbox"/>	9 果物類  <input type="checkbox"/>	10 油脂類  <input type="checkbox"/>	毎日食べるが1点でそれ 以外を0点とし、合計10 点満点で評価します▼ 合計 <input type="text"/> 点

中間市健やか育成課健康係による健康教室「健康づくりサポート教室」

中間市健やか育成課健康係では、毎年市民向けの健康教室を開催しています。2月のテーマは「骨粗鬆症」。管理栄養士による講話のあと、参加者全員で調理実習を行いました。

参加者の
声だめん！



食事と運動の
大切さを知った



カルシウムがたくさん
摂れてうれしかった



住民公開講座を実施しました

テーマ 最期まで自分らしく生きるために ～人生の最終段階の医療とケアについて～
日時 令和7年11月29日(土) 10:00～13:00 **会場** なかまハーモニーホール 大ホール
講師 遠賀中間医師会病院 統括院長 末廣 剛敏 氏

医療・介護従事者、一般住民の方を対象に、在宅医療についての講演と関連する映画「エンディングノート」を上映しました。アンケートでは「これから先の生き方、最期をどうむかえるかを考えます」「大切にしたい事は何かを学ぶ事ができました」など、たくさんのご意見や感想をいただきました。



メディカルケアステーション (MCS)

医療・介護従事者のためのコミュニケーション・情報共有ツール

MCSは医療介護専用の完全非公開型SNSで、多職種連携のためのコミュニケーション、情報共有ツールです。必要な情報を関係者間で共有することができます。

遠賀中間地域連携コミュニティ

遠賀中間地域の医療機関・介護サービス事業所等を対象として、MCSの自由グループを作成しています。コミュニティに参加してつながりに登録すると患者グループへの招待や参加がスムーズです。詳細は在宅総合支援センターまでお問い合わせください。



遠賀中間地域在宅医療・介護資源マップ

遠賀中間地域在宅医療・介護資源マップを遠賀中間地域在宅医療・介護連携推進事業のホームページ **つなぐ在宅ネットおんがなかま** に掲載しています。遠賀中間地域の医療機関や介護サービス事業所を、所在地や対応内容等から検索して閲覧できます。どなたでもアクセスできます。ぜひお気軽にご利用ください。



資源マップはコチラ▲



在宅医療に関する医療機器整備(無料貸出)

当センターでは、在宅医療に使用する医療機器、研修用シミュレータを医療機関及びサービス事業所に無料貸し出しを行っています。借用の手続きや貸出物品などの詳細は在宅総合支援センターのホームページをご覧ください。

<医療機器貸出物品>

- ポータブル吸引器 ○ ポータブル吸入・吸引両用器 ○ ネブライザー
- 点滴スタンド ○ 自然落下式輸液ポンプ ○ PCAポンプ
- カフティポンプ ○ カフ圧計



ネブライザー



PCAポンプ

在宅医療に関する相談窓口について

在宅総合支援センターには在宅医療に関する相談窓口があります。遠賀中間地域1市4町の地域包括支援センター等と連携してご対応させていただきます。専門のスタッフがおりますのでお気軽にお問い合わせ下さい。

在宅医療相談窓口

受付時間 月～金曜日
9時～16時
電話 093-281-3100
FAX 093-281-3105



発行 遠賀中間医師会 **在宅総合支援センター**

〒811-4342 遠賀郡遠賀町大字尾崎1725番地2
TEL 093-281-3100 FAX 093-281-3105
URL : <http://www.onnaka-med.or.jp/zaitaku/>