ファクス

ル鏑

締切

#### 後期高齢者の服薬情報通知事 業が始まりました

高齢期になると、複数の病院にか かっている人が多く、複数の薬局で重 複して同じ薬効の薬を処方されたりし た場合に、ふらつきや転倒などの薬物 有害事象が起こる可能性があります。

尾道市では服薬相談や指導に繋げ るため、後期高齢者で対象となる人へ、 8月下旬に個別通知を送付しています。 通知を受け取った人は、11月末までに かかりつけの薬局に、通知書とお薬手 帳、保険証を持ってご相談ください。

図75歳以上の後期高齢者医療制度被 保険者で、お薬を多く処方されている 人や重複して同じ薬効のお薬を処方 されている人など

#### 受診の際は、お薬手帳を忘れずに

お薬手帳を持たずに受診すると、同じ ような作用のある薬が重複して処方さ れていたり、飲み合わせの問題から、食 欲不振やふらつきやすい、鬱っぽくなる など、不調をきたす原因になっているこ とがあると言われています。医療機関で の飲み合わせの確認のために、受診の 際はお薬手帳を必ず持参しましょう。

**圆**健康推進課 (20848 - 24 - 1962)

### シルバーリハビリ体操2級指導士(24期生) 養成講習会受講者募集 😵

- ■10月4日火・7日金・11日火・ 13日休・18日火・21日金 10:00~16:00(6日間)
- 場市役所本庁
- 対次のすべての項目に該当する人 ①尾道市民で概ね60歳以上の人
- ②常勤の職についていない人
- ③シルバーリハビリ体操指導士として 地域でボランティア活動ができる人
- ▶ 四解剖運動学、シルバーリハビリ体操 など
- 定 20人
- 講師 医師、理学療法士、シルバーリハ ビリ体操1級指導士 ほか
- 閱筆記用具、昼食

爾 9月22日(木)

申高齢者福祉課、各支所 などにある申込書を持 参か郵送、FAXもしく はQRコードから申請



▲電子申請

■圆久保一丁目15-1 高齢者福祉課  $(20848 - 38 - 9137 \cdot 100848 - 37 - 7260)$ 

### 活躍中の指導士からの メッセージ



シルバーリハビリ体操 1級指導士の皆さん

私たちが講師をします。私 たちと一緒にシルバーリハビ リ体操について学んで、自分 も地域も元気にしていきませ んか?お待ちしています!

# に向けた集中キャンペーン月間 |です!



今や日本人の2人に1人ががんに罹患し、3人に1人ががんによって亡くなっています。 がんによって亡くなる人を減らすために、コロナ禍でもがん検診を受け、がんを早期に発見 し、早期に治療することが大切です。この機会にぜひ「がん検診」を受診しましょう。

### ▼がん検診の申し込み方法▼

#### 集団健診

Web 申込

雷話

申込

スマートフォン・パソコンから「尾道市 けんしん予約ナビ」ヘアクセス スマートフォンの人は右記QR

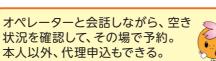
コードからアクセスできます 尾道市けんしん予約ナビ ▶

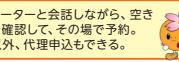


集団健診専用コールセンターへ電話 (20120-489-203)(無料) 受付時間 9:00~17:00 (土・日・祝日を除く)

受付期間内24時間申し込みが可能。 希望の会場・空き状況をその場で確認できる。 希望すれば、健診日が近くなるとお知らせ メールが届く。

個人情報をアカウント登録しておくと 次年度以降の申し込みが簡単。





医療機関

電話等で希望する医療機関へ「尾道市の検診 を受けたい と言って予約してください。

詳細は広報4月号折込「健康 診査のお知らせ」または、市 HPをご覧ください。 市HP▶



圓健康推進課 (☎0848-24-1962)

## 9月10日~16日は自殺予防週間です

長引くコロナ禍の影響は、失業や休業等による就労環境の変化や、生活の不安定化等、生活のあらゆる面に 拡大しており、こころの不調を訴える人が増えています。

あなたは悩みを抱え込んではいませんか?あなたの周りにいつもと様子が違う人はいませんか?

#### こころのつらさは人それぞれです

悩みを誰かに打ち明けて、助けを求めることは恥ずかしいことではありません。気持ちが軽くなるだけではなく、 自分では知らなかった問題点や、解決法が見えてくることもあります。「もうだめだ」と思う前に、身近な人や公的な 相談窓口につらいと思うことを話してみませんか?

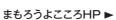
#### 相談先

- ●広島県こころの健康相談ダイヤル (2082-892-9090/月・水・金9:00~12:00、13:00~16:30)
- ●よりそいホットライン (20120 - 279 - 338)
- ●健康推進課

(☎0848-24-1962/8:30~17:15 ※土・日・祝日を除く。)

国海岸线

●LINEやチャットでの相談案内 (まもろうよ こころ 厚生労働省)







※ゲートキーパーとは、悩んでいる人に気づき、 声をかけて、話を聞いて、必要な支援に繋げ、 見守る人のことです。

# 地域医療連携室のご紹介

地域医療連携室では、地域との連携の窓口として、地域 の医療機関や介護施設、訪問看護ステーションなどと連 携を図り患者さんへの医療・介護のサービスが切れ目なく 提供できるよう支援を行っています。前方支援では、地域 の診療所や医療機関と連携し、診察の受け入れや予約を 行ったり、他院からの転院調整を行っています。また後方 支援では、医療福祉の相談業務を行い、退院後の生活を 見据えて、安心して生活が送れるよう、医療面だけでなく 介護福祉などのさまざまなサポートを一緒に考えて調整を 行っています。

病気の悪化や進行、または加齢に伴い、今までできてい たことができなくなってしまうことがあります。そういった場 合に、地域連携室では、患者さんご家族と退院後の生活 を一緒に考え、これから先どこで過ごしたいか、どんな生活 を送りたいのかを多職種で話し合いながら、本人の意欲や 生きがいにつながるようなサポートをしています。

これまで地域医療連携室では、患者さんを支える地域 の医療者の皆さん、介護のスタッフの方々と「顔の見える関 係」を大事にしてきましたが、コロナ禍でこの関係が作りづ らくなってしまっています。 地域の医療関係の方々の 対面での面談をお断りし、 ご迷惑やご不便をおかけ していることを申し訳なく 思います。また、ご本人と



会えないため、ご家族は非常に不安を抱えておられると思 います。そのような中での調整は、時には余計に不安を募 らせることもあり言葉で伝える難しさも感じました。

しかし、会えないけれど毎日病院に足を運ばれているご 家族や、動画を送ってくださるお孫さんなど、ほっこりと心 温まるエピソードもたくさん聴き、目にしました。また当院 では、オンライン面会も活用しています。変わらないのは人 と人とのつながりや、人の温かさに触れたときの心地よさ だと思います。これからも連携のつながりを大切に、患者 さんご家族に寄り添い、一緒に考える支援を心がけて行き たいと思います。どうぞ気になることがあればいつでも地 域医療連携室に気軽に声を掛けてください。

圖尾道市立市民病院 (☎0848-47-1155代)

14 広報おのみち・令和4年9月 広報おのみち・令和4年9月 15