



在宅医療・介護連携を「輪」でつなぐ・・・

# WAO!通信

【発行元】

泉佐野泉南医師会 地域連携室  
〒598-0063 泉佐野市湊1-1-30  
☎ 072-464-6123 FAX 072-464-6133  
E-mail renkei@sano.osaka.med.or.jp  
URL http://www.sano.osaka.med.or.jp

## わ・リレーコラム

第36走者



皆さま、こんにちは。泉佐野泉南医師会の 塩谷一成です。当院は今年、大きな出来事がありました。診察の拠点を泉南市一丘団地から樽井へ移転しました。府道56号線のレンタルビデオ ゲオさんの隣です。心機一転地域医療に邁進する所存です。これからも何卒よろしく願い申し上げます。

医師

塩谷 一成 先生

(認知症サポート医)

私の専門分野でございます循環器領域の大きな出来事として、今年5年ぶりに高血圧治療のガイドラインが新しくなったことです。その特徴は、特に家庭血圧の重要性を示し、目標血圧（例外があり）が、さらに厳しく125/75mmhg未満(家庭血圧)となったことです。若年者の高血圧は中年期の認知機能低下と、中年期の高血圧は高齢期の認知機能低下の危険因子であるとのこと。しっかりと降圧してください。

私が患者さんとお話にする際に参考としている本があります。江戸時代に生きた貝原益軒の書いた養生訓です。日本で初めての本格的健康本として知られる「養生訓」。そこには養生（健康）を極めるための秘訣から、長寿になるための術、さらに人生論まで書かれ、多くの人々に読まれています。特に、【養生の道】は、病気なく、いかに生きるかを示しました。この養生訓は、江戸時代半ば1713年に刊行され、以来今日まで300年以上にわたって読み継がれてきた超ロングセラーであります。益軒は85歳まで虫歯 1 本もなく元気に生きました。日本の男性の平均寿命は未だ貝原益軒を超えていません。養生訓のエッセンスは、『いつも楽天的に考えて日々を送るのが一番だ。人を恨み、怒り、わが身を憂いて嘆いて、自分の心を苦しめ、楽しむことをしないで、むなしく年月がすぎていくのはもったいないと思うことだ。人の命は我にあり、天にあらざ(老荘思想)。天の采配に対して、人は無力である。しかし、わが身から出ることであれば、人の力で何とかできる。』益軒は、音楽が趣味で、琵琶を演奏し、人を招いて妻の弾く琴との合奏会を行っていたといわれます。私たちも、そのように生きたいものです。

イツセイ心臓内科クリニック

【泉南市】



## ACP (アドバンス・ケア・プランニング)

## 学 会 報 告



2019年 9月14日、15日 名古屋大学医学部基礎研究棟にて「日本エンドオブライフケア学会 第3回学術集会」が開催されました。当医師会地域連携室も学会に参加し、松若室長が演題発表を行いました。

「地域とつなぐ！アドバンス・ケア・プランニング（ACP）～介護から救急医療まで人生の物語を大切な人へ～」をテーマに、全国の様々な取組や、事例発表あり、大変勉強になりました。

ACPは、国が推進する中、全国的に注目を集めており、医療・介護関係者のキーワードになりつつあります。来年は岡山倉敷で開催予定となっておりますので、興味のある方は是非参加されてはいかがでしょうか。



今月のWAO!さん

【泉佐野市】

りんくう総合医療センター MSW 元林 賢 さん



医療機関には、毎日高齢者の方が救急搬送され、時に厳しい治療選択を迫られています。普段の生活の中で本人・家族が今後どのように生きていきたいのか、何を大切にしたいのか、ということを考えることの重要性を日々痛感しております。多職種が連携することでその人の意思決定をサポートし、地域の中で安心した生活を送ることが可能になります。広い視野でそのきっかけをつくっていけるように多職種の皆様に協力をいただきながら活動していきたいと考えております。

賛同機関

泉佐野泉南医師会 泉佐野泉南歯科医師会 泉佐野薬剤師会 泉南薬剤師会 訪問看護 通所介護 理学療法士会  
作業療法士会 ケアマネ連絡会 病院 6市町行政(高齢介護担当課) 地域包括支援センター 泉佐野保健所 他