

訪問看護ステーションきさらぎ 美魔女通信

2025年3月発行

第10号

編集・花本

寒い冬が終わり、少しずつ春の暖かさが感じられるようになってきました。つい先日までは利用者さんとストーブの前で「寒いね～」と暖をとっていましたが、リハビリではこれから夏までお散歩のチャンス。気温の変化や日差しを感じ、次々に咲いていく花を見ながら、ご近所さんに挨拶し、「この坂はしんどいね～」と歩きます。五感をフルに使うことで、筋力、体力だけでなく認知機能の維持にもつながるのです。ぜひぜひお散歩健康法をおススメください。

✿✿✿✿✿✿✿✿✿✿

今回は「ACP（アドバンス・ケア・プランニング）」についてお話しします。

人生の最終段階において、どのように過ごし、どのような医療やケアを受けたいか、大事にしたいことや望む生き方について考えたり話し合ったりすることを言います。

私たちが終末期の利用者さんに関わる時は、ご本人、ご家族とどのように最期を迎えたいかをお話しします。

「入院は嫌、家で過ごしたい」「家で亡くなるのは怖い、最期は病院がいい」といった他、今後の治療はどうするのか、最期に着たい服など色々な想いを話し合います。

先日ステーション内で「ACP」について勉強しました。人生の最期をどうありたいか。「もしバナゲーム」というカードゲームを通して、自分の最期について考えてみました。

- 『 いい人生だったと思える 』
- 『 大切な人とお別れする 』
- 『 ユーモアを持ち続ける 』
- 『 お金の問題を整理しておく 』 などなど…

35枚のカードから自分の最期に

大切にしたいカードを3枚選びます。

どんなカードを選ぶか、その人の人生、個性がよくわかるゲームでした。



自分だったらどうするかを考えることで、利用者さんへの理解に役立つのではと思います。

空き
状況

看護

リハビリ

曜日、時間はお相談ください

訪問看護ステーションきさらぎ
☎ (0829) 20-5361

きさらぎホームページは
こちら⇒

