

医療安全推進室の取り組み

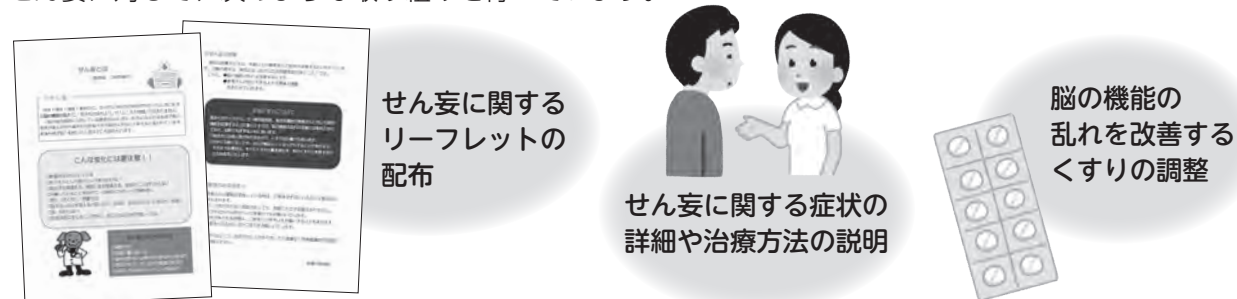
毎年11月25日を含む1週間は「医療安全推進週間」です。今回は、高島市民病院の医療安全推進室の取り組みを紹介します。

転倒転落防止とせん妄

安全に入院生活を過ごしていただけるよう医療安全推進室では、患者さんの転倒転落の防止に力を入れています。

転倒転落が起きる原因の一つに「せん妄」があります。せん妄とは、体に何らかの負担がかかった時に生じる脳の機能の乱れのことです。

せん妄に対して、次のような取り組みを行っています。



せん妄に関するリーフレットの配布

せん妄に関する症状の詳細や治療方法の説明

脳の機能の乱れを改善するくすりの調整

患者さんの意識が混乱している時は、ご家族がそばにいただけで患者さんは安心します。入院時にお困りのことがありましたら、病棟看護師や担当医にご相談ください。

健康いきいき

☎ 健康推進課

☎ (25) 8078

☎ (25) 5678

✉ kenko@city.takashima.lg.jp

子どもへのおすすめ
睡眠には心身の休養に加え、脳や体を成長させる役割があります。
○小学生は9～12時間、中高生は8～10時間の睡眠時間を確保しましょう。
○朝は太陽の光を浴び、朝ごはんを食べ、日中は体をしっかり動かして、夜更かしを習慣化しないようにしましょう。

よく眠り、気持ちよく過ごそう！
皆さん、睡眠で休養はとれていますか？睡眠は活力ある毎日を過ごすために欠かせないものです。
睡眠不足は、日中の眠気や疲労につながるだけでなく、慢性化すると肥満・高血圧・糖尿病・心疾患などの発症リスクが上昇することにも明らかになっています。
気持ちよく目覚められるよう「睡眠休養感」を高めていきましょう。

高齢者へのおすすめ
高齢者は、長時間の睡眠が逆に健康を害することが報告されています。
○寝床に入っている時間が8時間以上にならないことを目安に、睡眠時間を確保しましょう。

大人へのおすすめ
睡眠の質を低下させる要因として、仕事などのストレス、就寝直前の食事や朝ごはんを抜くなどの食生活の乱れ、運動不足などがあげられます。また、寝付くための飲酒も避けた方がよいでしょう。
○6時間以上を目安に、睡眠時間を確保しましょう。

大人へのおすすめ



☎ 高齢者支援課

(高島市地域包括支援センター)

☎ (25) 8150

☎ (25) 8054

あんしん 元気生活

認知症 みんなの笑顔で支えよう！
「チームオレンジ」として活動できる団体を募集します！

「チームオレンジ」とは、認知症の方やその家族が住み慣れた地域で安心して暮らすことができるまちづくりの活動を推進する団体です。
認知症の方やその家族の困りごとを早期から継続して支援できるように、チームオレンジとして活動できる団体を募集します。

▼対象となる団体

○高島市に活動拠点があること

○チームオレンジのメンバーの中に、認知症サポーターステップアップ講座を修了および修了予定の方がいること

○認知症の方も参加できるように努めていること

▼対象となる活動の例

○認知症カフェやサロンなどの居場所の支援

○認知症の方の趣味活動や社会参加などの支援

○応募を希望する団体は高齢者支援課までご連絡ください。

認定されるとステッカーがもらえるよ！



認知症サポーターキャラバン
マスコット「ロバ隊長」

養成講座を受講した方は
次へステップアップ

認知症サポーターステップアップ
講座を開催します！

▼対象 認知症サポーター養成講座を受講したことがある方

▼場所 安曇川公民館

【講座①】

▼日時 12月4日(水)
14時～15時30分

▼内容 認知症についての理解を深めよう

▼講師 医療法人かおり会 本多医院
本多 朋仁 医師

【講座②】

▼日時 12月9日(月)
14時～15時30分

▼内容 認知症の方に寄り添える
地域づくりについて考える

▼講師 NPO法人LSH認知症施策推進室
中村 悟志さん

まずは
ここから

認知症サポーター養成講座を
開催します！

認知症サポーターは、認知症のことを正しく理解して、認知症の方やその家族を温かく見守る応援者です。

認知症サポーター養成講座を受けて、あなたも認知症サポーターになりませんか？

▼日時 11月27日(水)
14時～15時30分

▼場所 安曇川公民館

▼対象 市内在住で認知症サポーターとして活動しようと考えている方

▼定員 20人
▼内容 認知症の症状や認知症の方への接し方など

▼講師 キャラバンメイト

▼申込締切 11月22日(金)