

グループホーム ハートケアライフ八軒運営推進会議議事録

<平成23年度 第5回運営推進会議>

[日時] 平成23年 12月13日(火) 13:30~14:30

[会場] GHハートケアライフ八軒 2F 居間・食堂スペースにて実施

[出席者] 12名

- 地域住民の代表
 - 内 藤 昭 雄 (西八軒町内会会長)
 - 宮 嶋 保 (西八軒町内会の方)
- グリオネあけぼの薬局
 - 高 島 千夏子 (薬剤師)
- 西区第一地域包括支援センター
 - 下 村 実千子(主任介護専門員)
- ご家族
 - 大 関 裕 子(2F 入居者家族)
- ご入居者代表
 - 糸 畑 ト モ(2F 入居者)
 - 蒔 田 美津枝(2F 入居者)
- グループホーム運営事業所
 - 三 浦 浩 美(代表者)
 - 一 條 英 子(1F 管理者)
 - 中 川 麻 衣(1F 職員)
 - 神 原 陽 子(2F 管理者)
 - 高 橋 昌 隆(2F 計画作成担当者)

[会議内容]

1、「薬の話」……グリオネあけぼの薬局 高 島 千夏子 様

薬剤師の高島様に、薬の飲み方、薬を飲み忘れた場合、薬の保管・使用期限などのお話をさせていただきました。

正しい飲み方は、コップ1杯、少なくとも半分の水かぬるま湯で飲みます。「水がなくても飲める。」という方がいますが、水は薬を胃に送る、薬の吸収を助けるなどの働きがあるので、必ず、水分で飲んで下さい。水の量が少ないと薬が溶けず、効果が悪くなります。また、喉に留まったまま溶けると潰瘍などが出来る場合があります。唾液で溶ける薬もありますが、唾液が少ないと溶けないので、やはり水で飲んだ方が良いでしょう。一部の薬には、お茶・コーヒーが駄目なものもありますが、殆どの薬は、お茶で飲んで問題はありません。

グレープフルーツジュースは、高血圧・血液さらさら・コレステロールなどの薬の働きに

影響があるので、注意して下さい。オレンジジュース・野菜ジュースは良いです。骨粗しょう症の起床時に飲む薬は、服用後30分、他の飲み物は飲まないようにして下さい。

食後30分以内と表示されているものは、食べた後30分までの間に飲んで下さいということで、「食後30分」とあっても同じです。食後とあるのは、胃の中に食べ物が残っていることと、飲み忘れ防止のためです。もし、食事をしなくても朝・昼・夜の食事時間帯に服用して下さい。

1日3回とあるものは、食事と関係なく3回飲んで下さい。2回にすると効果が薄れます。食事を抜いた時、飲んでいけないものは、糖尿病の薬です。しかし、最近は食事に関係ないものも出てきています。痛み止めは、食後に飲みます。

食前薬は、食欲を出す薬・吐き気を止める薬などがあります。漢方薬なども決められた回数を守ることが大切です。

食間薬は、食事から2時間くらいの空腹時に飲みます。胃の粘膜を守る・他の薬と結合して効果が変化してしまう薬などです。

1日1回の薬で飲み忘れがあった場合は、気がついた時に飲んで良い。しかし、次の薬までに8時間空くようにし、時間が近い時はとばします。1日2回または3回の薬は、1回とばして次から飲む。抗生物質などは、1日量が決まっているので薬局に確認して、決められた量を飲みます。

また、毎日飲む薬は、1回抜けても問題はありません。いつも忘れてしまうような薬がある場合は、医師や薬剤師に相談をして下さい。種類や回数を変えることもできます。

頓服など、服用せず残る薬もありますが、2年はおいても大丈夫です。日の当たらない、湿気のない場所に保管して下さい。分封されている粉薬は、半年くらいです。

以上の説明の後、参加者からの質問を受けていただきました。宮島様から、昔は食後30分で飲んでいましたが今話を聞いて、参考になりました。水でもお茶でも良いというのも初めて知りました。オプラートは今でもありますか？また、内藤様からは、今まで先生の指示通り飲んでいましたが、理由を説明していただいて良くわかりました。病院に行ってもこのように詳しく説明してもらえないので、参考になりました。大関様から、グレープフルーツを食べてから30分くらいで薬を飲んで良いか、青汁で飲むのはどうでしょうとの質問があり、グレープフルーツは、2時間空ける方が良い。青汁は、服用している薬との関係もあるので、薬局の方に聞いて下さいとお答えがありました。この後も、ドラッグストアと調剤薬局の違い、薬を飲み込む時の喉のつかえなど、質問や普段感じていることについて活発な質疑応答が行われました。

最後に、宮島様から、折角良い話を聞けたので、入居者の方にも徹底して行くと、話していただいた意味があるのご意見をいただきました。

2、グループホームにおける前回以降の行事实施状況と今後の予定

1階・2階それぞれ報告をしました。合同行事としては、10月23日八軒西小学校の学習

発表会見学、紅葉ドライブ、11月初め地下歩行空間の「菊祭り」見学、11月15日「福まちお楽しみ会」参加、11月23日「千田会館」もちつき会参加、合同予定行事は、12月24日「ひよっとこ踊りの会」を招いての「クリスマス会」、1月6日入居者家族主催による「茶会」。また、それぞれのフロア毎の行事では、1階入居者誕生会、1月2日書き初め、2階では、11月13日女性入居者2名とご家族も同行され「宝塚観劇」、1月2日入居者全員の手形取りなどの紹介をしたところ、参加者の方々から感想が述べられました。

3、グループホーム代表者のご挨拶

今年3月でホーム開設5周年を迎え、6年目に入りました。年を重ねるごとに町内の方々との交流が深まっているのを実感しております。今年は、子供祭り、ミニ児童館の子供たちとの交流を重ね、学習発表会も見せていただきました。町内会・地域の方々に大変感謝しております。昨年は、ホーム全体での温泉施設への外出レクも企画しましたが、今年は、入居者それぞれに合わせた個別レクに力をいれており、今後も入居者に合わせた行事を計画し、皆様に喜んでいただけるように努力してまいります。ご支援のほど、よろしく願いいたします。

4、運営推進会議の次回開催予定

次回開催を、平成24年2月21日(火)と決定しました。

5、総括

内藤様から、「一人でいると話し相手が欲しくなるので、何処かで何かあるたびに参加させていただいて話をする。心を開いて話をするのが大切だ。人のお世話をするのは大変だと思うが、ここの入居者は幸せだと思う。個人的に何かをするのも良いが、全員で集まるのも良い。町内会でもいろいろな企画をたてている。」とご意見をいただきました。

宮島様からは、「今年、このホームでの退居・入居はありましたか？」と質問があり、3名の方の退居、入居があったことを説明しました。内藤様から「このような施設が足りない。年をとっても皆が安心して生きられる場が欲しい。」との要望がありました。

最後に、ホーム側から今年1年の感謝を述べて終了しました。

以上