

第12回須磨医療フォーラム プログラム

よくわかる「在宅医療」

～自宅で安心して過ごすには～

2026年6月7日（日）午後1時30分～3時00分

（午後0時30分開場）

会場 須磨区役所4階多目的会議室

司会進行 須磨区医師会 副会長 藤原 俊樹

開会の挨拶 須磨区医師会 会長 前川 透

須磨区長挨拶 須磨区長 いわき けいじ
岩城 敬二

講演1. 「在宅医療を知っていますか？」

あおやま ゆういち
青山 裕一 先生（青山クリニック）

講演2. 「住み慣れた家で、暮らし続けるという選択」

い で こう た いちはし こうすけ
井手 幸太 先生／市橋 康佑 先生

（医療法人思葉会 しやうかい マインハウス）

講演3. 「食べる幸せと元気を守る歯科」～知っておきたい訪問歯科～

やまもと たかし
山本 貴史 先生（山本歯科医院）

講演4. 「あなたも家族も楽になるお薬管理」

ともかね か おり
友金 香緒里 先生（せせらぎ薬局）

講演5. 「自分らしく歳を重ねるために」

まるおか ともみ
丸岡 友美 先生（北須磨支所保健福祉課保健師）

閉会の挨拶 須磨区医師会 副会長 越智 深

※今回の講演内容は、須磨区医師会ホームページに掲載されますのでご参照下さい。

（ <http://www.sumaku-ishikai.jp/> ）

※午後0時30分から医師会・歯科医師会による市民向け健康相談ブースと

薬剤師会による「フレイルチェックブース」を開催（先着順・人数に限りあり）

【講演1】 在宅医療を知っていますか？

須磨区医師会 青山クリニック 青山 裕一

超高齢社会を迎えた現代において、「病気になっても住み慣れた我が家で暮らしたい」という住民の願いを支える在宅医療の重要性はますます高まっています。在宅医療は、単に寝たきりの患者さんだけを対象とするものではなく、一人での外出に不安を抱える高齢者の方や、潜在的な疾患を持ちながら通院が困難な事例、さらには老老介護により負担を抱えるご家族の支援に至るまで、その役割は多岐にわたります。

本講演では、救急医療や無医村での総合診療を経て、長年にわたり地域に根ざした在宅医療に携わってきた経験をもとに、内科をはじめとする各科の初期治療や在宅での高度な医療管理の実際をご紹介します。また、訪問看護や薬剤師、介護サービスなどの多職種、および地域の基幹病院や他診療所との緊密な連携体制について解説し、患者さんやご家族の意向に寄り添った総合的な地域ケアのあり方について皆さまとともに考えてまいります。

【講演2】 住み慣れた家で、暮らし続けるという選択

医療法人思葉会 マインハウス 井手幸太／市橋康佑

住み慣れた家で最期まで暮らしたいと願う人は多いが、医療や介護への不安から、その実現が難しいケースも少なくない。本発表では、その願いを支える在宅医療と訪問看護、そして看護小規模多機能型居宅介護（看多機）の役割について紹介する。

訪問看護は点滴や酸素などの医療処置を行うだけでなく、その人がこれまでの暮らしを続けられるよう支える医療である。入浴や食事、家族との時間といった「当たり前の生活」を守ることを目的とし、生活の場に寄り添いながら体調変化に対応し、入院を未然に防ぐ役割を担う。

一方で在宅生活には、体調の不安定さや家族の介護負担といった課題もある。これらを支える仕組みとして、介護保険サービスである看多機がある。通い・泊まり・訪問を柔軟に組み合わせ、医療と介護を一体的に提供することで在宅生活の継続を支援する。

本発表では、退院後に看多機を活用し、家族が医療ケアを習得することで在宅生活へ移行し、最期まで自宅で過ごすことができた事例を紹介する。

在宅医療や訪問看護は特別な医療ではなく、その人らしく生ききることを支える医療である。本発表を通じて、地域の中で安心して暮らし続けることができる社会のあり方について、市民の皆さまとともに考える機会としたい。

【講演3】 食べる幸せと元気を守る歯科～知っておきたい訪問歯科～

須磨区歯科医師会 山本歯科医院 山本貴史

日本では高齢化が進み、病院ではなく自宅や施設で療養する方が増えていきます。これから在宅医療を受ける可能性のある方や、すでにご家族が在宅医療を受けている方にとって、生活の場で医療を受けることは身近なものになってきました。その中で歯科医療も、通院して治療を受ける形から、生活の場に関わる医療へと役割が広がっています。

お口の健康は、食べることの楽しみだけでなく、身体の元気にも深く関わっています。しっかり噛んで食べることは栄養状態を保ち、体力の維持にもつながります。一方で、噛みにくさや飲み込みにくさが続くと、食事量が減少し体力の低下を招くなど、全身の健康にも影響することがあります。

訪問歯科は、歯科医院への通院が難しい方のご自宅や施設に歯科医師や歯科スタッフが伺い、専用の機材を用いてお口のケアや治療を行います。単なる治療にとどまらず、「おいしく食べられる喜びを取り戻すこと」や「身体を元気に保つこと」を大切にしております。また、ご家族や介護を支える方の負担軽減にもつながります。

こうした支援は、医師・看護師・薬剤師・リハビリテーション職・介護職など、多くの医療・介護・福祉職種との連携によって成り立っています。さらに、関係する事業所や行政の協力も欠かせません。その中で訪問歯科は、「食べる幸せと元気を守る歯科」として、在宅医療の重要な一翼を担っています。

【講演4】 あなたも家族も楽になるお薬管理

須磨区薬剤師会 せせらぎ薬局 友金香緒里

毎日飲むお薬、管理に負担を感じていませんか？

「薬の種類が多すぎて整理がつかない」「飲み忘れや残薬が溜まっていく」

「飲み合わせは問題ないかな」こうした悩みや不安は、ご本人やご家族だけで抱え込む必要はありません。本講演では、介護を受けている方へ薬剤師がご自宅を訪問して薬の管理や説明を行う「居宅療養管理指導」について、具体例を交えて分かりやすく解説します。

薬剤師が介入することで、以下のようなことが可能になります。

- プロによる確実な管理：飲み忘れを防ぐカレンダー整理や、飲み合わせのチェックを患者様のご自宅で行います。
- 残薬の解消：溜まってしまったお薬を整理し、主治医と連携して調整することで、家計の負担も軽減します。
- いつでも安心：急な体調変化や緊急時にも、相談できるパートナーとしてサポートします。

私たちが一番大切にしたいのは、皆様の「時間」です。これまでお薬の仕分けや確認に費やしていた膨大なエネルギーを、これからはご自身のため、そして大切なご家族と笑顔で過ごす時間のために使っていただきたい。薬のことはプロに任せて、心にゆとりをもってほしいと考えています。住み慣れた我が家で、自分らしく安心して過ごすためのヒントを、薬剤師の本音を交えてお話しします。今までの薬局のイメージとは異なる利用法をお伝えしたいと思います。

【講演5】 自分らしく歳を重ねるために

須磨区北須磨支所保健福祉課 丸岡 友美

神戸市の高齢者人口は、75歳以上の後期高齢者を中心に増加し、高齢化率は29.3%となっています。須磨区の高齢化率は33.4%となっており、市内で最も高く、約3人に1人が高齢者です。また、神戸市における65歳以上の要介護・要支援認定率は22.6%で、高齢者の約5人に1人が何らかの介護・支援を必要としていることとなります。

「フレイル」とは“健康と要介護の間の虚弱な状態”のことで、“介護の一手前”です。フレイルになるきっかけは様々ですが、「社会とのつながりの低下」から始まるとも言われており、早く気づいて、対策をとることが重要です。フレイル予防には、3つ「しっかり噛んで、しっかり食べる」、「運動をする」「社会参加をする」をバランスよく取り組むことが大切です。

神戸市では、「フレイルチェック」や介護予防サービス（フレイル改善通所サービス）に力を入れて取り組んでいます。ご自身の心身の状態に合わせて、楽しみながら取り組むことができるフレイル予防をご紹介します。また、もし介護が必要になったときにどうすればよいかについてもお伝えします。

人生100年時代を見据え、神戸市では、高齢者の方々が人生の最後まで自分らしく生活を楽しみながら暮らすことができるようサポートします。ご自身の好きなことや興味のある活動を取り入れて、継続してみましよう。