

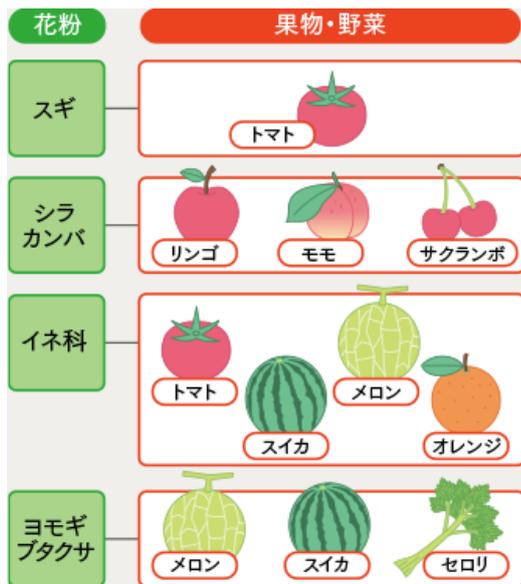


時事寸考

シーダ・ウォーク施設長・医師の吉田です。スギ花粉症のシーズンですが、シーダ・ウォークの利用者さんの間では花粉症の発症は少ないようです。屋内にいたることが多いためか年齢が関係するのか。さて、花粉症に関連して口腔アレルギー症候群という病態が知られています。特定の果物や生野菜を食べた後、数分以内に唇、舌、口の中や喉にかゆみやしびれ、むくみなどが現れますが、通常は食後しばらくすると自然に軽快します。

これは果物や生野菜に、花粉症の原因となる物質(アレルゲン)と構造の似た物質が含まれていてアレルギー反応を引き起こすものです。この原因物質は消化により壊されますのでアレルギー反応は主に口の中で発生します。また、加熱によりアレルギー反応が抑えられることもあります。

口腔アレルギー症候群の原因食物と花粉症の種類との間には下図のような関連が知られています(KYOWA KIRIN 花粉症ナビから)。



お知らせ

河北医療財団では facebook ページを持っております。シーダ・ウォークのコンサート等の様子も公開していく予定ですので、是非ご覧になってみてください。



イベント・コンサート ※内容等、変更となる場合がございます。

◆4月のコンサートの予定はございません。予約が入りましたら、ホームページ等でご連絡いたします。



栄養科より今月の一押しメニュー



4月の行事食は4/21(日)昼食の「いなり寿司&太巻き、豚汁、小鉢、デザート」です。粥食の方には、全粥と主菜を用意します。その他、4/4「桜ご飯」、4/10「筍ご飯」、など春の食材を用いた献立をご用意します。季節感を楽しみながら、バランスの良い食事をお召し上がりいただき、元気にお過ごしください。

Cedar Walker で法律相談

毎回、様々なテーマで法律問題を簡単に解説させていただくこの連載ですが、今回のテーマは…

自筆証書遺言(自分自身で書く遺言)の作成方法が変わりました

自分の財産をどのように相続してもらうかを決めるためには、遺言書をつくる必要があります。遺言書にはいくつか種類がありますが、もっとも手軽に遺言書をつくる方法は自筆証書遺言(自分自身で書く遺言)となります。

この自筆証書遺言は法律上で作り方が定められており、それに従わない遺言は効力が認められません。この自筆証書遺言の作成方法について、昨年行われた相続法の改正により一部変更がなされています。

従前は、自筆証書遺言については、全文を自書した上、日付と氏名を明記し押印したものでなければなりません。この点、遺言書につける財産目録には、通常不動産についてはその地番地籍等、預貯金については金融機関名や口座番号などを記載する必要がありますが、これを全て自分で書かなければいけなかったため、かなりの手間がかかりました。そうした点を改善するため、法律改正後は遺言本文に添付する財産目録については、自筆ではなくても良いことになりました。

法律の改正により、パソコン等で作成した目録を遺言に添付することができるようになりました。また、不動産の登記事項証明書、預貯金通帳のコピーなどを添付して目録として使用することも可能になっています。

なお、偽造防止の為、自書によらない財産目録については、各ページに署名押印をしなければいけないことになっています。

自筆証書遺言については、法律の定めた作り方を守らなければ内容がすべて無効になってしまうというリスクもあります。そのリスクを避けるため作った遺言書について一度弁護士に内容をチェックしてもらうということもできますので、遺言を作る際には検討してみてください。

桜丘法律事務所 弁護士 大窪 和久

(電話) 03-3780-0991 (WEB) <http://www.sakuragaoka.gr.jp>

介護老人保健施設 シーダ・ウォーク  
〒167-0034 東京都杉並区桃井3-4-9  
TEL.03-5311-6262(代) FAX.03-5311-6180 <http://www.kawakita.or.jp/>  
2019年3月25日発行 vol.142 編集:山口・細川・新井

# 第7回 地域連携会を開催しました

『みんなで支えよう！地域の環～地域で取り組む包括ケア～』

平成31年2月15日、シーダ・ウォークにおいて第7回地域連携会を開催しました。近隣の地域包括支援センター、居宅ケアマネジャー、急性期病院、回復期リハビリ病院、老健、特養、有料老人ホーム、デイサービス事業所、小規模多機能型居宅介護施設など21施設、医療・介護専門職27名の皆様にご参加いただきました。前半では、『在宅生活を長く続けるために～介護老人保健施設に求められる役割とは～』、事例より『老健を利用しながら人生の最終段階を迎える方の地域生活支援の事例』を紹介いたしました。後半では、参加された方それぞれの経験や、多くの視点からグループディスカッションを行い、活発な意見交換を行いました。

## 地域包括ケアとは

「最期まで住み慣れた地域で暮らしたい」厚生労働省は団塊の世代が75歳以上となる2025年を目途に、重度な要介護状態となっても住み慣れた地域で自分らしい暮らしを人生の最後まで続けることができるよう、住まい・医療・介護・予防・生活支援が一体的に提供される地域包括ケアシステムの構築を目指しています。

## 連携会の様子



## 参加者の声



- ☆老健、地域(CM、老健、小多機)それぞれの立場で生の声が聞けてよかったです。(ケアマネジャー)
- ☆各事業者や職種の人が今感じている「変化」に着目して情報交換したのが面白かったです。(社会福祉士)
- ☆看取りや在宅生活困難者に関して、複数回に渡って地域連携会を開催してほしい。(ケアマネジャー)
- ☆他のケアマネにも参加を勧めます。(ケアマネジャー)
- ☆ご本人やご家族の声を直接うかがえる様な内容だとおもしろいな、と思います。(ケアマネジャー)

## 連携会を終えて

老健としての情報公開と連携における課題解決のため、7回の地域連携会の開催を重ね、地域包括ケアの一端を担えるよう努めてまいりました。地域包括ケアでは専門機関の連携・協働が大前提ですが、個別の対応に追われがちで、地域内ニーズや連携・協働体制について確認したり深めたりする機会をもっと持ちたいと感じました。シーダ・ウォークでは、今後もみなさまと共に1人ひとりの支援から地域ニーズの解決まで、丁寧に取り組んでいきたいと思っております。今後とも、何卒よろしくお願い申し上げます。

