

## 案内

- ★いのちの電話:0120-783-556(16:00~21:00、毎月10日8:00~11日8:00)
- ★#いのちSOS:0120-061-338(日月火金土終日、水木6:00~24:00)
- 大阪市こころの健康センター依存症(薬物・アルコール・ギャンブル等)相談  
:06-6922-3475(平日9:00~17:30、祝日・年末年始除く)
- 法テラス・サポートダイヤル:0570-078374(平日9:00~21:00、土9:00~17:00)
- 児童虐待ホットライン:0120-01-7285(24時間365日対応)
- 国民生活センター消費者ホットライン:0120-213-188か188(全国共通)
- 大阪どうぶつ夜間急病センター:06-4259-1212(21:00~翌5:00)

## 会内活動 ~色々な研修会・会議等に参加しました。~

- ◆「四貫島地域認知症声かけ訓練」:12月2日(土)開催(於・四貫島商店街等)  
西島地域に続いて、四貫島地域でも、「認知症声かけ訓練」が行われました。
- ◆「此花区訪問看護ステーション連絡会」:12月14日(木)開催(於・此花区南西部地域包括支援センター)  
本会、大阪暁明館病院から各々案内があるとともに、事例検討会に関する検討などがありました。
- ◆「地域ケア会議(見えてきた課題のまとめ)」:12月15日(木)開催(於・此花区役所)  
地域課題(2事例)に対するグループワーク等が行われました。
- ◆「12月度「暁明館無料健康セミナー」:12月21日(木)開催(於・大阪暁明館病院)  
「深い眠りを取り戻すために」と題して、睡眠時無呼吸症候群に関する講演がありました。
- ◆「此花区認知症初期集中支援推進事業関係者会議兼此花区認知症ネットワーク会議」:12月21日(木)開催(此花区南西部地域包括支援センター) オレンジチームの活動報告等がありました。
- ◆「大阪市在宅医療・介護連携支援コーディネーター連絡会」:12月25日(月)開催(於・大阪市役所)  
連絡事項の伝達、大阪市がん患者アピアランスケア支援事業の説明等がありました。
- 「かかりつけ医認知症対応力向上フォローアップ研修」:12月14日(木)開催 Teams  
認知症の人の不眠、地域における認知症の人への支援についての講演等がありました。
- 「出入国在留管理研修」:12月7日(木)開催(於・国民會館) テーマ:外国人の在留資格  
大阪出入国在留管理局担当官からの講演、出入国在留管理庁の業務紹介がありました。
- 「職場のハラスメント対策シンポジウム」:12月12日(火) YouTube 視聴  
パワハラ防止法等に関する解説がありました。多様性を意識し、想像力を働かせることとされました。
- 「外国人介護人材受入れ実例セミナー」:12月18日(月)開催 Zoom  
外国人介護人材受入れにあたっての留意点、メリット、多文化共生等についての講演がありました。
- 「大阪公立大学医学部附属病院市民医学講座」:①12月22日(金)・②12月26日(火) VOD視聴  
①はうつ病、②は膠原病(関節リウマチ、全身性強皮症等)について、夫々治療法等の講演がありました。
- ◎「此花区在宅医療・介護連携相談支援室相談」:医療法人等に関する相談がありました。

☆再利用・再活用その③:みかんの皮⇒ガスコンロの汚れ落としとして

ガスコンロの汚れの主成分は油です。その油汚れを落とす成分がみかんの皮に含まれていますので、外側の皮を擦り付けるように掃除していきます。また、みかんの皮には、消臭効果もあります。

☆**大阪市がん患者アピアランスケア支援事業**:今春から、がん治療によるアピアランス(外見)の変貌を補完する補整具(ウィッグや乳房補整具)の購入費用の一部を助成する制度を始めています。

☆**「スマホ認知症」**:スマートフォンやパソコンなどのIT機器の使いすぎで脳が疲れ、一般的な認知症と同じようなもの忘れ症状が起きることです。インターネットから毎日大量の情報が脳に送られることで、脳が情報を処理しきれなくなることが主な原因とされています。

☆**「風邪引き期間」**:ある推計によりますと、人が一生で、風邪を引いている時間は、約5年間と言われています。ちなみに、家族とご飯を食べる時間は、約3年間とのことです。

☆**「フォーミュラ」**:患者に対する経済的な医薬品の使用方針(疾患別推奨医薬品リスト)と言われており、欧米では1990年代から導入されています。

☆**「パワーハラスメント」**:労働施策総合推進法において、職場におけるパワハラとは、①上下等の関係を背景とした言動で、②業務上大きく逸脱ものにより、③その労働者の就業環境が害されるものをいいます。パワハラの態様や使用者の対応によっては、安全配慮義務違反になる場合があります。

☆**「過労死等の労災補償状況」**:厚生労働省は、令和4年度に過重な仕事が原因で発症した①「脳・心臓疾患」や、仕事による強いストレスが原因で発病した②「精神障害」による労災請求件数と労災保険支給決定件数をとりまとめました。①②を合わせた労災請求件数は3,486件で、前年度に比べ387件増加しています。また、支給決定件数は904件で、同103件の増加となりました。①では、「運輸業、郵便業」が最も多く、次いで「卸売業、小売業」、「サービス業」の順となっています。

☆**ヤマアラシのジレンマ**:「相手と親しくなりたいのに、近づきすぎて傷つけない、傷つきたくない」という葛藤を意味しています。名付けたのは、ショーペンハウエル(哲学者)で、ヤマアラシの姿を見て、名付けました。そして、これを心理的に、人間関係の例えとして、引用したのはフロイトです。コロナ禍で、改めて他人との距離感の難しさが出てきています。不寛容な現代は本当住みにくいです。

☆**男塾**:此花区社会福祉協議会開催の男性だけの会(居場所)で、「おしゃべりで息抜きしましょう」がモットーです。今回は、1月11日(木)午前10時からあります。

☆**大阪野菜2**:大阪野菜は、難波ネギ、天王寺かぶら、田辺大根、勝間南瓜、毛馬きゅうりなどが有名です。難波ネギが京都の九条地区に伝わり、改良されて出来たのが九条ねぎと言われています。大阪府のホームページでは、「なにわの伝統野菜」の種苗を購入できる種苗店を紹介しています。

**お知らせ・報告** 詳細:大阪府医師会地域医療2課(電話6763-7002)までお問合せ下さい。

■**大阪府医師会「在宅医療における災害対策研修会」**:令和6年1月27日(土)午後2時から、BOP(事業継続計画)をテーマに、ハイブリッド形式(Zoom・対面:大阪府医師会館)で開催されます。

■**第4回此花区医師会「在宅緩和医療勉強会」**:令和6年2月10日(土)午後2時から、ハイブリッド形式(Zoom・対面:此花会館)で開催し、沈沢欣恵先生(大阪暁明館病院)による講演があります。

♡**「まちの保健室」**:12月21日(木)は6名の参加でした。今回は2月15日(木)の予定です。

♡**「旅館業法改正」**:12月13日から、カスタマーハラスメント(不当な割引や要求等に対する)の迷惑客の宿泊を拒めるようになりました。また、12月は職場のハラスメント撲滅月間でした。

○**此花区医師会嘱託産業医紹介システム**:「嘱託産業医紹介システム手引書」(契約書見本付き)を作成し、ホームページにアップしています。アップ後、3件の照会がありました。

○**此花区医師会訪問看護ステーション**:四貫島2-18-13・電話 6460-3356/FAX 6460-3358 ケアプランセンターを併設しています。受付時間は、9:00~17:00(土日祝・年末年始除く)です。