



ご自由にお持ちください

2020(令和2)年10月発行

vol.21

健康ライフさかい

一般社団法人堺市医師会

〒590-0953 大阪府堺市堺区甲斐町東3-2-26

TEL 072-221-2330 FAX 072-223-9609

ホームページ <http://www.sakai-med.jp/>



●特集

「在宅介護・介護保険」

●ご存じですか？

色覚異常

下肢静脈瘤

●健康Q&A

ドライマウス

尿漏れ



堺市医師会 副会長 中尾 治義

堺市医師会では年2回、この「健康ライフさかい」を発行し、市民の皆様に健康に関する情報をお届けしています。

今回の特集は「在宅介護を受ける・担うにあたってのアドバイス」～介護保険などの利用・相談について～です。超高齢化社会を迎えて誰もが介護を受けたり担ったりする時代です。一方、介護を必要とする方々の多くは住み慣れた家で過ごしたいと願っています。介護保険を利用して、様々な在宅介護サービスを受けることが出来る方法を理解していただくことで、生活の質を向上させる一助になれば幸いです。

特集

在宅介護を受ける・担うにあたってのアドバイス

～介護保険などの利用・相談について～

第22回

(医) 祐希会 嶋田クリニック
院長 嶋田 一郎



1 誰もが在宅介護の当事者になる時代

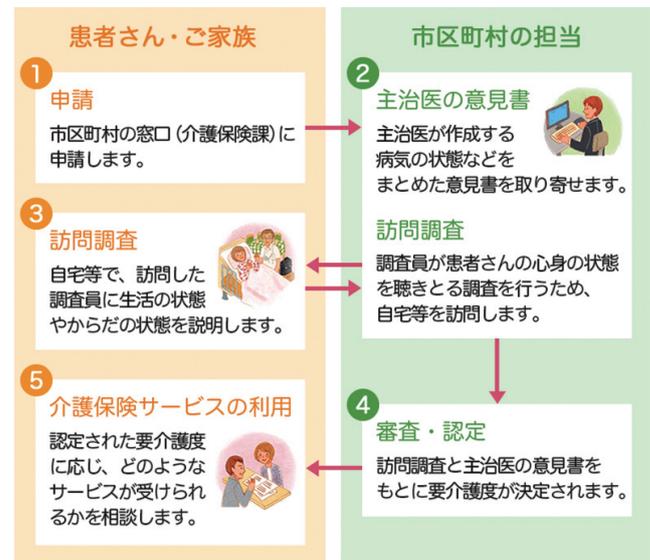
『介護』と言えば、1970年代後半まで、嫁・妻・娘が介護の主役とされ、「介護は家族がやって当然」と個別家族の問題との認識が一般的でした。しかし、時代は移り、核家族化・共働き世帯や単身世帯の増加など、家族形態が大きく変化し、さらに、寿命が延びた一方で介護を必要とする高齢者が著増し、介護の形態が大きく変わってきました。高齢夫婦間での介護（老老介護）は一般化し、一人息子が高齢の親への介護に専念するために結婚もできず離職もせねばならない（介護離職）といったことも珍しくなくなってきました。

家族の誰でもが介護を担わざるを得ない状況になりうる時代の到来とも言えるでしょう。

そういう時代背景の中で、介護を社会で支えよう（介護の社会化）と、2000年に介護保険制度が開始されました。

2 介護保険とは？

介護保険をうまく利用することで、介護を受ける方（要介護者）の生活の質を高め、介護を担う家族の負担も大いに軽減することが可能となりました。最初にその利用の流れをご提示いたします（図1）。まずは堺市の各区役所の地域福祉課にて申請することから始まります。そこで「主治医」が誰であるかを伝え、その主治医に意見書作



（図1）介護保険を受けるまでの流れ

成の依頼がなされます。また、介護を受ける方の身体の状態や生活状態を調査するために自宅等で訪問調査が行われ、その調査結果と主治医の意見書に基づいて、「どれくらいの介護が必要な程度なのか」（要介護度）が判定され、受けることのできるサービスの枠（内容や利用頻度等）が決まります。

続いて、実際に介護保険サービスを利用するためには、「ケアプラン」という利用計画を立てる必要がありますが、その立案・調整・サービスの関係者との相互連絡を担ってくれるのが、介護支援専門員（ケアマネジャー）です。いわば“介護の要”といっても過言ではない、頼りになる存在です。その介護支援専門員を決める必要がありますが、上記の要介護認定の結果が出される際に、市の窓口等で介護支援専門員を決める案内をもらえます。

さらに、「どこで介護を受けるのか？」を決めてゆく必要があります。①自宅で介護を受ける(在宅介護)、②施設で介護を受ける、の2つの方法に大きく分けることができます(図2)。在宅での介護を支えるサービスが豊富に用意されていますが(図3)、在宅介護を受けようとしてもどうしても無理があってできない場合などは、施設での

介護という選択肢も用意されています。

実際の介護保険サービスの種類は多岐にわたります(図4)。介護保険サービスの詳細については、堺市のホームページをご覧ください

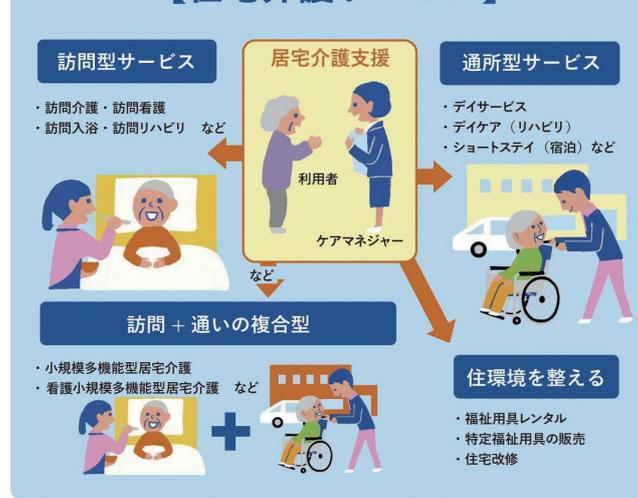
(堺市ホームページのトップページ <https://www.city.sakai.lg.jp/> ⇒ 健康・福祉 ⇒ 福祉・介護 ⇒ 介護 ⇒ 令和2年度版介護保険パンフレット・リーフレット と、順にクリック)。

要介護状態： どこで医療や介護を受けるか

- **自宅で受ける**
訪問系介護サービス、 訪問診療
- **施設で受ける**
…およそ月10万円以上はかかる
 特別養護老人ホーム(特養) 外部のサービスや医療は受けられない
 介護老人保健施設(老健) (入所期間の期限あり)
 グループホーム(認知症対象)
 各種有料老人ホーム、サービス付き高齢者住宅
 ……等

(図2)どこで介護を受けるのか？

【在宅介護サービス】



(図3)在宅介護サービス

介護保険で利用できるサービス

在宅サービス(訪問)	在宅サービス(通所・泊まり)
訪問介護 訪問入浴介護 夜間対応型訪問介護 訪問看護 訪問リハビリテーション 居宅療養管理指導	通所介護(デイサービス) 認知症対応型通所介護(認知デイ) 短期入所生活介護(ショートステイ) 通所リハビリテーション(デイケア) 短期入所療養介護(医療系ショートステイ)
訪問・通所・泊まりの複合サービス 小規模多機能型居宅介護等	居住施設での介護サービス 認知症対応型共同生活介護(グループホーム) 特定施設入居者生活介護
その他	介護施設への入所
福祉用具貸与 福祉用具購入 住宅改修費支給	介護老人福祉施設(特養) 介護老人保健施設(老健) 介護療養型医療施設

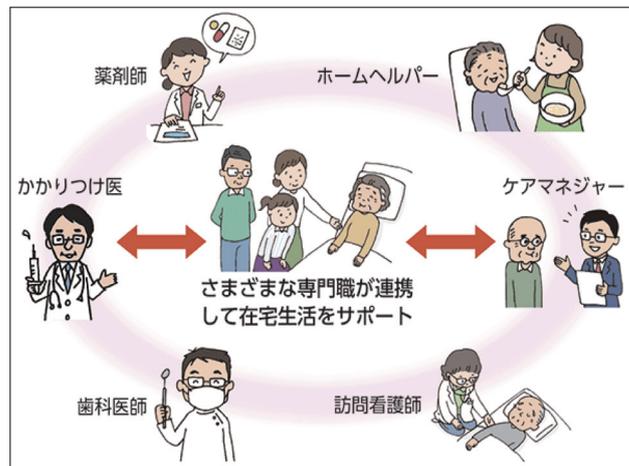
認定結果や居住地によって使えるサービスに制限があり、その呼称、内容が変わります

(図4)介護保険の諸サービス

3 実際の在宅介護のスタート・利用の例

〈例1〉77歳女性(筆者担当例(一部改変))

元々パーキンソン病が主病。娘さんと2人暮らし。誤嚥性肺炎で入院後、寝たきり状態となり、さらに口から物を食べることができなくなり、胃ろうから栄養補給開始。同居する娘さんが「お母さんを家に連れて帰って過ごさせてあげたい」との強い希望がありました。入院中に、病院の相談担当者と相談し、介護保険の要介護認定を受け、担当ケアマネジャーが決まり、在宅療養の準備がなされました。退院後にスムーズに在宅療養生活に入れるよう、退院前に、関わる予定の医療・介護関係の各担当者が一堂に会し、綿密な打ち合わせを行いました(集まった職種は、在宅医療を担当する医師(筆者)、訪問看護ステーション看護師、ケアマネジャー、リハビリテーションを担当する理学療法士、訪問介護担当者(ヘルパー)、福祉用具レンタル担当者(ベッドなどの用意)、



(図5)色々な職種の連携図

訪問薬剤師、歯科衛生士（退院後の口腔ケアにあたる）等々）。綿密な打ち合わせと準備の結果、無事退院し、安定した療養生活を続けることができました（図5）。さらに、娘さんの介護負担軽減のために、通所リハビリテーション（デイケア）や短期入所療養介護（ショートステイ）も利用開始となりました。

〈例2〉82歳男性（独居）

（厚生労働省関連のサイトより引用）

独居で介護できる人なし。糖尿病があり、インスリン注射が必要であるも、中等度の認知症があり自分で打てない状況。看護小規模多機能型居宅介護事業所のサービス利用。このサービスは、1つの事業所で通所・看護師やヘルパーの訪問・泊まりの全てのサービスを柔軟に組み合わせて受けることができるものです。インスリン注射を、家にいる時には訪問看護師が、お泊まりやデイサービス利用時はその施設にいる看護師がそれぞれ行い、さらに、家にいる時は食事時にヘルパーが訪問して食事提供や安否確認するといった方法も組み入れられています。高齢の独居の方でも、サービスをうまく組み合わせれば安全な在宅療養ができることを示しています。

4 在宅介護に困ったら、まずは相談を！

以上、在宅介護のスタートや制度利用の方法について述べてきました。実際となると細かいことがよくわからない場合が多いと思いますし、実際に在宅介護を担う中で様々な問題が生じてどう対処すれば良いかわからないといったことも多々起こりうると思います。

そういうときに相談できる窓口がたくさんあります。相談の窓口についてご案内いたします。

★地域包括支援センター

いわば“高齢者に関する何でも総合相談室”です。在宅介護の問題なら何でも、さらにそれ

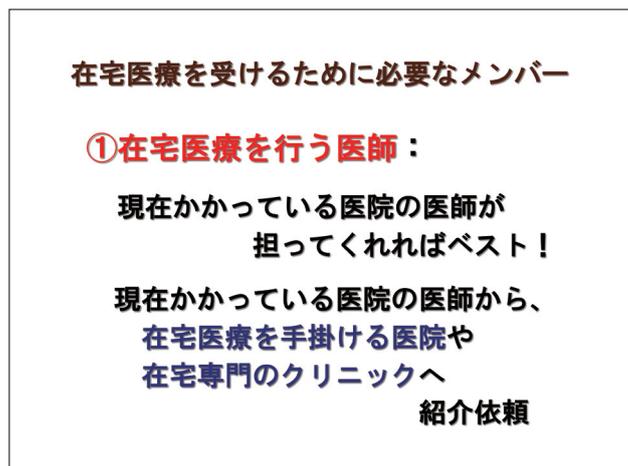


（図6）地域包括支援センター

以外のことも相談に乗ってもらえる心強い窓口です（図6）。堺市では、各区に数カ所ずつ設けられています（詳細な案内は、堺市ホームページの[トップページ](#)⇒[健康・福祉](#)⇒[福祉・介護](#)⇒[高齢者福祉](#)⇒[地域包括支援センター](#)と、順にクリック）。介護保険の申請のしかたや、ケアマネジャーの選び方などなど、相談ごとがあれば、まずは該当する地域包括支援センターにお電話することをお勧めします。

★在宅医療を受ける場合の窓口

在宅療養される方が、医療機関への通院が困難だったり、安定した療養のために看護師等のケアを受ける必要があったりと、在宅での医療も受ける必要がある場合が多いかと思います。そのような状況になった場合はどうすれば良いでしょうか。在宅医療を受ける場合の必須メンバーは、①在宅医療を行う医師、②ケアマネジャー、



（図7）在宅医療を受けるために必要なメンバー

在宅医療を受けるために必要なメンバー

②ケアマネジャー：

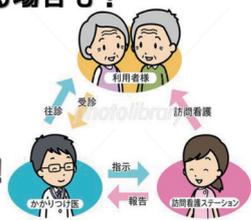
- 介護保険利用の際、
担当ケアマネジャーを決める必要！
- 介護保険サービスの、
立案、調整、相互連絡のかなめ
- 主治医等の医療関係者との連絡
「利用者をよく知っている、
情報の要！」

(図8)在宅医療を受けるために必要なメンバー

在宅医療を受けるために必要なメンバー

③訪問看護ステーション看護師：

- 主治医が指示
- 原則は、介護保険での対応
- 医療保険が適用される場合も！
介護保険の利用無し
急性増悪
神経難病の特定疾患
進行期のがんなど
- 24時間対応も可能！



(図9)在宅医療を受けるために必要なメンバー

訪問看護ステーションの利用のお勧め

- 医療処置や看護処置の指導、管理を必要とされる方
 - ・褥創処置 ・創処置 ・膀胱洗浄 ・自己導尿 ・洗腸や排便処置
 - ・人工肛門、人工膀胱などのストマケア ・自己注射(インスリン等)
 - ・カテーテル管理(膀胱 腎瘻) ・経管栄養(経鼻 胃瘻)
 - ・気管切開 ・人工呼吸器装着 ・吸引 ・吸入
 - ・酸素療法 ・IVHや点滴静脈注射 ・腹膜灌流 等

医師が、
(自分の医院だけでは対応できない場合も)
訪問看護ステーションの看護師と
組めば、

“病院並み”の医療を、
日常的に行うことが十分可能！！

24時間対応してくれるところも
増えてきています！

(図10)在宅医療を受けるために必要なメンバー

③(看護処置等が必要な場合)訪問看護ステーション、の3職種です(図7～10)。①の在宅医療を行う医師については、現在のかかりつけ医がそのまま在宅医療を担ってもらえるとベストですが、医療内容等の諸事情でそれが叶わない場合は、かかりつけ医や担当ケアマネジャー等に相談して、在宅医療を手がけてもらえる医師に繋いでもらうことが必要です。③の訪問看護を受ける場合は、まずはケアマネジャーに相談して繋いでもらう

必要がありますが、さらに主治医の指示書が必要となるため、担当医師にも相談することが必要です。

さらに、在宅医療の相談窓口としては、前記の地域包括支援センターや、(病院に通院・入院されている場合は)病院の医療相談室・患者相談室といったところもあります(図11)。

在宅医療を受ける際の
その他の相談窓口

- 地域包括支援センター
(前ページに記載)
- (病院に通院・入院されている場合)
病院の
「医療相談室」
「患者相談室」等の相談窓口

(図11)在宅医療を受ける際のその他の相談窓口

5 最後に

在宅介護を受ける・担うにあたっての制度利用や相談窓口について述べてまいりました。昨今、介護の長期化・高齢化・重度化が進んで来ている中で、介護保険を中心とする介護支援のための制度はまだまだ不十分な点も多いのですが、提示した事例のように在宅医療や介護サービスをうまく利用して、少しでも介護者の介護負担が減り、介護を受ける方々が安全・快適な生活を享受されることを願ってやみません。

「まずは相談」です！

在宅で過ごしたい
在宅で過ごさせたい
という思いがあれば
まずは相談！

色覚異常

色覚異常には先天性と後天性（目の病気によって生じる）とがありますが、ここでは先天性についてお話しします。私たちは、顔や考え方が皆違っているように、色の見え方にも個人差があります。その個人差が大多数の人と異なっていると色覚異常と診断されます。異なった色世界を感じていても日常生活に支障はほとんどありません。

平成15年度から、学校健康診断における色覚検査の実施義務が全廃され、現在では色覚検査は児童生徒・保護者の同意を得た上で任意に実施されています。堺市ではほとんど全ての小学校で実施していますが、平成31年（令和元年）度からは市立中学校一年生及び転校生の希望者に対しても学校での色覚検査が始まっています。

先天色覚異常の頻度は、男性で約5%、女性では約0.2%で、遺伝形式は伴性潜性遺伝（伴性劣性遺伝）であり医学的には治ることはありません。

目の網膜には明るさに鋭敏な杆体と形と色を見分ける錐体というセンサーがあります。錐体には緑・赤・青の光に反応するものがあ

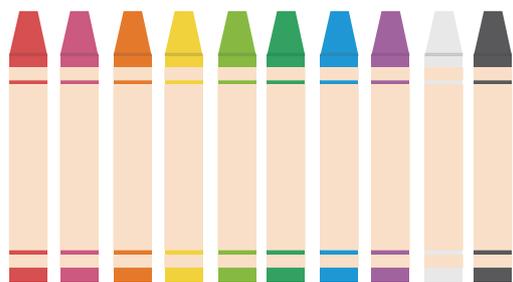
り、緑錐体に異常があると2型色覚、赤錐体に異常があると1型色覚といわれています。青錐体の異常はまれです。色の誤認は色覚異常の程度や年齢・性格でも個人差があり、色の彩度や明度の影響も受けます。

2型色覚異常は日本人男性の4%弱で、誤認しやすい色としては赤と緑・橙と黄緑・緑と茶や灰色・青と紫・ピンクと灰色などがあります。1型色覚異常は日本人男性の1%強で2型色覚異常の色混同の特徴に加えピンクと水色の混同と、赤が薄暗く見えます。

色覚異常でも色以外の手がかりを巧みに利用して、色を判断する能力が経験とともに備わっていきます。しかし、雨の日や夕暮れ時には黄色と赤信号、橙色の街灯と赤信号の見分けがつきにくく、くすんだ色の靴下やカレンダーの赤い祝祭日マーク、焼肉の焼け具合など日常生活にも気をつけていく必要があります。

近年、色覚異常の入学制限をしている大学や専門学校はほとんど無くなり、就職時の色覚検査もほとんどしなくなっています。全ての人の人権を尊重し機会均等にしようという意図からです。しかし、見方を変えれば自分自身の能力を判断し自己責任で進むべき分野を選んでいかなければなりません。電車運転手になりたかった人が鉄道関係の専門学校卒業後、就職時に初めて色覚異常が分かり、残念なことに電車運転手を諦めて旅行会社に就職した例もあります。

自動車免許は色覚異常があってもほとんど問題なく取得できます。しかし、航空関係・



船舶関係・鉄道などの職業運転手・自衛官などには一定の制限が設けられています。また、就職可能であっても微妙な色識別を要する職種（印刷・塗装・食品鮮度選定）などには注意を要します。希望の職種については地域差や変更なども考慮して自分自身での確認が必要です。

学校現場でも色覚異常に対する理解は進ん

できて、緑の黒板に赤チョークは使わず、教科書にも色のバリアフリーに配慮した色使いが工夫されています。社会でも誰にでも見やすいユニバーサルデザイン化が提唱されています。色覚異常の本人や家族だけでなく、多くの人が偏見を持つことなく色覚異常を正しく理解していくことが大切だと思います。

（眼科医会・高田明子）

下肢静脈瘤

下肢静脈瘤は、心臓から下肢に送られた血液を心臓に送り返すための逆流防止用の弁が、何らかの原因で壊れてしまい、血液が下肢にたまって、血管が拡張しこぶのようにふくれたり蛇行したりする病気です。血管が浮き出ているだけでなく、足がだるい、重い、足がむくむ、足がつる、むずむずする、不快感なども下肢静脈瘤で起こることもあります。ひどくなると、湿疹ができたり、色素沈着、皮膚に潰瘍ができることがあります。下肢静脈瘤は女性に多く、妊娠を契機に発症したり、立ち仕事をする人に多く見られます。良性の病気で、下肢静脈瘤が原因で脳梗塞や心筋梗塞を起こすことも足を切断したりすることはありませんので、高齢で見た目が気にならなくて、症状が軽い人は特に治療の必要はありません。長時間立ち続けていると、静脈瘤がひどくなるので、歩き回ったり、寝たり座ったりしたときに足を高くしたり、マッサージを試みましょう。弾力ストッキングといって足を締め付けるストッキングも効果的です。市販のものもありますが、医療用の方が

締め付ける圧が強く効果的です。根本治療は、以前は、高位結紮術やストリッピング手術と言って、全身麻酔や脊椎麻酔をして血管をしぼったり、引き抜く手術

が主流で入院が必要でした。最近は、硬化療法と言って、注射で薬を入れて血管を固めてしまう方法や、高周波やレーザー波で血管を焼いてつぶしてしまう血管内治療が行われています。入院も必要なく、手術の傷跡も小さくてすみます。また、スタブ・アバルジョン法と言って小さい傷で静脈瘤を切除する方法も行われています。これも縫う必要もなく傷跡も残りにくく痛みも少なくてすみます。これらの治療を組み合わせるとより効果的な治療を行います。静脈瘤が気になる方は一度医療機関に相談してみましょう。最近は、静脈瘤を専門に治療する医療機関も増えています。

（外科医会・北川友朗）



健康 Q & A

Q | ドライマウスについて教えてください。

A | ドライマウスとは、唾液が少なく、口が乾燥した状態のことをいいます。まずは唾液について説明いたします。

唾液は1日1～1.5リットル分泌されます。その分泌は1日のうちでも変動があり、早朝は少なく午後は多く、睡眠中はきわめて少なくなります。

分泌は、自律神経を介して調節され、口の中に食べものが入った物理的な刺激や、味覚、視覚、嗅覚、食べ物を想像したりするだけでも分泌されます。唾液をつくる唾液腺には、耳下腺、顎下腺、舌下腺と小唾液腺（口腔内の粘膜に多数ある）があります。

働きとしては、消化の手助け（アミラーゼ）や、粘膜のうるおいと保護、口の中や歯の表面をきれいにする、食べものの味物質を溶かしたり、食べものを喉へ送りこみやすくするなどがあります。

ドライマウスになる原因として、生理的なものと、病気と関連したものがあります。生理的なものとして、脱水の時、交感神経が興奮するストレスや緊張、不安を感じる時、加齢変化などがあげられます。病的なものとして、唾液腺の炎症、薬剤性（抗不安薬、降圧利尿薬、抗ヒスタミン薬などを服用している）、シェーグレン症候群という自己免疫疾患、糖尿病、甲状腺疾患、頭頸部癌の放射線治療後などが考えられます。ドライマウスになると、口臭、舌の痛み、虫歯や歯周病の原因になったり、味覚低下や食べ物をスムーズに飲み込めなくなったりします。治療としては、まずは原因となる脱水、ストレス、薬剤の除去や、疾患の検索が必要です。こまめな水分摂取、うがいによる口腔粘膜の保湿と清掃を心がけます。人工唾液という口腔内にスプレーする薬剤もあり、シェーグレン症候群には内服薬の適応もあります。

いずれにせよ、ドライマウスは全身的な病気の一つの症状の可能性があるので、お困りの方はかかりつけ医にご相談ください。

（耳鼻咽喉科医会・浪花有紀）

Q 最近、おしっこが良く漏れて困っています。どうすればいいのでしょうか？
(45歳 女性)

A おしっこが漏れる主な原因として腹圧性尿失禁と切迫性尿失禁、この2つが合わさった混合型があります。

腹圧性尿失禁について

運動やくしゃみ、咳などで腹圧がかかり、少量の尿がもれることをいいます。その原因は、おしっこを止めている筋肉（尿道括約筋）の劣化が原因です。この場合は、薬で治すというよりも、肛門に力を入れて括約筋を鍛える尿失禁体操が有効です。ただし、おしっこが出にくかったり残尿感がある方は、神経因性膀胱という病気を合併していることもあるので、このような症状がある場合は、お近くの泌尿器科へ一度、受診することをお勧めします。

切迫性尿失禁について

尿意を感じるとすぐにトイレに行かないと漏れてしまうのが切迫性尿失禁です。その原因は過活動膀胱という病気です。下記に示した質問票に答えて、(3)の項目が2点以上、全体で3点以上なら過活動膀胱の可能性があります。この質問票に答えて、お近くの泌尿器科受診時に持参していただければ、検尿検査と超音波検査（残尿測定）など簡単な検査をするだけで診断がつきます。お薬も1種類か2種類を内服すれば、多くの場合、症状は軽快します。

(泌尿器科医会・池上雅久)

過活動膀胱症状質問票 (OABSS)

質問	症 状	点数	頻 度
1	朝起きたときから寝るまでに、何回くらい尿をしましたか（昼間頻尿）	0	7回以下
		1	8～14回以上
		2	15回以上
2	夜寝てから朝起きるまでに、何回くらい尿をするために起きましたか（夜間頻尿）	0	0回
		1	1回
		2	2回
3	急に尿がしたくなり、我慢が難しいことがありましたか（尿意切迫感）	0	なし
		1	週に1回より少ない
		2	週に1回以上
4	急に尿がしたくなり、我慢できずに尿を漏らすことがありましたか（切迫性尿失禁）	3	1日1回くらい
		4	1日2～4回
		5	1日5回以上
		0	なし
		1	週に1回より少ない
4	急に尿がしたくなり、我慢できずに尿を漏らすことがありましたか（切迫性尿失禁）	2	週に1回以上
		3	1日1回くらい
		4	1日2～4回
		5	1日5回以上

過活動膀胱診療ガイドラインより



- ♥ 包括的ケアサービス
- ♥ リハビリテーション
- ♥ 在宅復帰支援
- ♥ 在宅生活支援
- ♥ ケアプラン作成



平成12年7月開所 入所80名 通所40名

老健施設は、ご利用者の尊厳を守り、安全に配慮しながら生活機能の維持・向上をめざし総合的に援助します。

併設のケアプランセンターでは、介護に関する相談や要介護認定の申請代行も行います。要介護認定後は、ケアマネジメントに基づいて、ご本人に合ったケアプランを作成します。



〒590-0105 堺市南区竹城台1-8-2
老健施設 TEL : 072-290-2277 FAX : 072-290-1300
ケアプラン TEL : 072-290-2276 FAX : 072-290-2228



モバイルサイト

ご見学・ご入所相談・ケアプラン受付中! まずはお電話下さい。

堺市急病診療センター

<http://www.sakai99.or.jp/>

日頃からかかりつけ医を持ち、診療所等の診療時間帯にできるだけ早く受診したいですが、どうしても待てない病気もあります。休日・夜間の急に起こった病気のために2カ所の急病診療センターを設けています。

診療日および受付時間

受診する際は、必ず事前にお電話ください。

	平日	土曜日	日・祝日
こども急病診療センター 小児科(中学生以下)	20:30~ 翌朝 4:30	17:30~ 翌朝 4:30	9:30~11:30 12:45~16:30 17:30~翌朝 4:30
	西区家原寺町1丁1番2号 TEL : 072-272-0909 FAX : 072-272-5959		
泉北急病診療センター 内科(中学生以下)(こども急病診療センター)	—	17:30~ 20:30	9:30~11:30 12:45~16:30 17:30~20:30
	南区竹城台1丁8番1号 TEL : 072-292-0099 FAX : 072-292-0629		

診療は受付開始時間の30分後から開始します(12時45分のときは13時00分から)。年末年始、お盆には診療体制が変わりますので、詳しくは「広報さかい」をご覧ください。
受診時には健康保険証、公費医療証(子ども医療証・高齢受給者証など)をお持ちください。

堺市急病診療センターでは、院内トリアージを実施しています。

院内トリアージとは、診察前に看護師が緊急度を判断し優先度に応じて診察を行うものです。これにより、診察の順番が変わる場合があります。また、院内トリアージ実施料が算定されますのでご理解とご協力をお願いします。

堺地域産業保健センター

事務局 堺市医師会内 TEL 072-221-2330

<http://www.sakai-med.jp/sanpo/>

従業員50人未満の事業所を対象に産業保健サービスの提供を行っております。

市内5カ所で医師による健康相談、メンタルヘルス、過重労働に対する面談等を開催しております。

■過重労働・メンタルヘルス・健康相談窓口

堺市医師会別館	第1・2・4・5火曜日	午後2時～ 4時	サンスクエア堺	第1木曜日	午後5時～ 7時
おおとりウイングス	第1土曜日		おおとりウイングス	第3木曜日	
高島屋堺店	第3土曜日				

■メンタルヘルス無料講演会・相談会

悩みをお持ちの方（家族の方も）、勤労者、事業場のメンタルヘルス担当者、人事労務担当者、メンタルヘルスに興味のある方を対象に開催しております。精神科医と産業医がわかりやすくアドバイスいたします。

- 時間：午後6時30分～8時30分（相談受付は午後8時まで）
- 場所：東洋ビル（堺区北花田口3-1-15） 第2木曜日

● 東洋ビル



堺市医師会 堺看護専門学校

<http://www.sakaikango.jp/>

准看護師・看護師として安全で質の高い看護を提供するために必要な専門的知識・技術を身につけると共に、問題解決能力や倫理観を育てます。また、それらを通じて豊かな人間性や感性、自立性を養い、社会に貢献し得る有能な看護職を育てることを目的としています。

沿革

- 1962 阪南准看護学院開設(有志会員)
- 1966 堺市医師会附属阪南准看護学院
- 1973 堺市医師会附属堺准看護学院
- 1985 堺看護専門学校



- 看護高等課程 准看護科 准看護師になるコース（准看護科 令和4年度以降 学生募集中止）
- 看護専門課程 3年課程 看護第1学科 看護師になるコース
- 看護専門課程 2年課程 看護第2学科 准看護師から看護師になるコース



〒591-8021 堺市北区新金岡町5-10-1 TEL 072-251-6900

「健康ライフさかい」の感想をお聞かせください

堺市医師会では市民の皆様へ広報誌「健康ライフさかい」を発行しています。

今後、取り扱ってほしい健康情報や本誌に対するご意見・ご感想がございましたら、住所・氏名をご記入の上、本会（下記）まで、お聞かせください。締切は、発行月の翌月末となります。

ご意見等をいただいた方より抽選で10名様に図書カード500円分をお送りいたします。

なお、当選は発送をもってかえさせていただきます。また、応募時に記載いただいた個人情報は図書カードの発送以外の目的には利用いたしません。

※ いただいたご意見は本誌の編集に反映してまいります。

「健康ライフさかい」の表紙写真を募集しています

掲載号（第22号）：令和3年3月発行予定

募集内容：応募者本人が撮影した作品（自然、風景、草花、動物等）で、未発表のもの。
原則として堺市内で撮影した写真【プリントアウトしたものと、画像データが記録されている記憶媒体（CD等）】（デジタルカメラの場合600万画素以上）

応募方法：写真1点ごとに「タイトル、コメント（50文字以内、無くても可）、撮影場所、撮影日時」を添えて、「住所、氏名、電話番号」を記入の上、本会（下記）まで郵送またはご持参ください。（同時に応募できる写真は3点までです）

第21号応募締切：令和2年12月10日必着

ご注意：

- ・ 1号につき1点の掲載です。広報誌には、お名前とタイトル、コメントを掲載いたします。なお、堺市医師会ホームページにも掲載いたします。
- ・ 応募することにより、応募者と被写体となる第三者との間でトラブルが発生した場合には、当事者間の責任において解決するものとし、本会はその責任を一切負わないものとします。
- ・ 写真の仕上がり等については、本会にご一任ください。また、作品に関しお問い合わせさせていただく場合がございます。
- ・ 応募いただいた写真等は返却いたしません。ご了承ください。
- ・ 採用された方には、図書カード500円分の発送をもってお知らせいたします。（令和3年2月頃予定。採用されなかった方に、個別にお知らせはいたしません。なお、審査基準や審査結果に関するお問い合わせは、一切受け付けませんので予めご了承ください。）
- ・ 応募時に記載いただいた個人情報につきましては、上記目的以外には利用いたしません。

送付先：堺市医師会「健康ライフさかい」係
〒590-0953 堺市堺区甲斐町東3丁2番26号