



心と身体のトータルサポート



人生の最終段階を迎えるとき、住み慣れたご自宅で穏やかに過ごしたいと願う方も多いことでしょう。

私たちは、そんな大切な時間を安心して過ごせるよう、外科・内科・精神科の医師が連携し、サポートする体制を構築しました。

訪問診療を通じて、ご自宅での生活を支えることが私たちの使命です。医師だけでなく看護師や相談員、スタッフ、地域のサービス提供者と連携し、日々の変化を見守りながら、患者さまとご家族が安心して過ごせる環境づくりに努めています。



寒暖差には要注意です！

暦の上では春を迎えましたが、2月は「三寒四温」と言われ、1年で最も寒暖差が激しい時期です。急激な温度変化は血管に負担をかけ、岡田先生も指摘する高血圧や心疾患のリスクを高めます。脱衣所を温める、起床時はゆっくり動くなど、寒暖差から体を守りましょう。

【こたつでできる！足指グーパー運動】

冷えやすい足先をしっかり動かしましょう。こたつの中で足の指をギュッと握り、パッと開く動きを20回繰り返します。末梢の血流が良くなり、冬のフレイル予防に効果的です。



おうちで笑顔クリニック

日暮里駅
徒歩1分

荒川区東日暮里5-50-5アートホテル日暮里ラングウッド地下1階

03-5604-9545 (24時間365日対応)





住み慣れた「おうち」で最期まで生活したい

【はじめに（読者の皆様へ）】

本号の裏面では、人生の最終段階における「看取り」や「死」に関する切実な話題を掲載しております。新年早々、このような内容で不快な思いをされる方がいらっしゃるかもしれません。もし抵抗を感じられる場合は、この先を読み進めず、表面の健康情報のみをご参照いただけますと幸いです。私たちが現場で直面し、どうしても皆様と共有しておきたいと感じた大切な想いについて綴らせていただきました。

お一人さまの不安を、地域の安心に変えるために

先日、身寄りのない方の最期に立ち会いました。異変に気づいたのは日頃から支えていた介護士さん、緊急連絡先は親族ではなくご友人。親族とは長年疎遠な中、私たちは「訪問診療の本当の役割」を深く考えさせられました。

20年前、荒川区でこうした孤立した最期は年間4名程度だったと言われていたのですが、今は比較にならないほど増えています。私たちは、たとえ独りでも、住み慣れた「おうち」で最期まで尊厳を持って暮らせる環境を作りたいと願っています。

そのためには、相続だけでなく、亡くなった後の諸手続きを託す「死後事務委任」や、入院・入所の際の支えとなる「身元保証サービス」といった具体的な備えが、これからの時代には欠かせません。「誰にも看取ってもらえない」と独りで不安を抱え込む前に、元気なうちから私たちと「これから」のことを話し合っておきませんか。事前にお気持ちを共有できていれば、私たちは医療従事者であると同時に、あなたの「家族」のような存在として、その人生を全力で支えたいと考えています。一人ひとりの人生に深く寄り添い、伴走し続けること。それが私たちの想いです。

💡 知っておきたい「安心」のためのキーワード

死後事務委任とは

亡くなった後の「葬儀・納骨」「遺品整理」「行政手続き」「公共料金の支払い」などを、あらかじめ第三者に託しておく契約です。親族に頼れない場合でも、自分の希望通りの幕引きが可能になります。

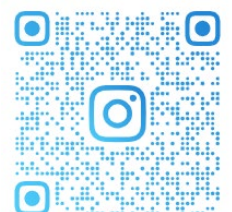
身元保証とは

入院時や施設入所時に必要な「連帯保証人」や「身元引受人」を、家族の代わりに引き受けてくれるサービスです。緊急時の駆けつけや、退院時の付き添いなどもサポートの対象となります。

事務局よりご案内

事務長 和泉逸平

こうした手続きやサービスは、いざという時に大きな助けになります。私たちは医療の面だけでなく、こうした生活上の不安についても地域の専門家と連携しています。「自分一人の力では難しい」と感じる事があれば、いつでも当クリニックの事務局へご相談ください。



OUCHIDEEGAO