



在宅看護フィールドワーク

一人暮らし・二人暮らし高齢者の
自宅訪問

衛生看護科 3年生



フィールドワーク 4

地域の方々に多大なるご協力を頂きました。

- ・ 田鶴浜地区民生員 井上さん
- ・ 田鶴浜地区主任児童員 内田さん
- ・ 田鶴浜地区地域づくり協議会会長田島さん

打合せ中

中町

南町

登町





地震後も田鶴浜地区でくらす方々の生活課題やそれに関連する健康課題について教えて頂きました。



学内での振り返りの様子



振り返りの様子



生徒の感想（一部抜粋）

.....

【外に出る回数が激減したことによる体力、身体機能の低下】

地震前まではよく自転車で地域を散歩したり、歩いての散歩も行っていたが、震災後は道路がボコボコなため、危険で外にでる回数が減ったと言っていた。体力は震災前と比べもにならないくらい落ち、筋肉もなくなったと言う。

定年前は建設関係の仕事をしていたため、服もきつくなるぐらいの筋肉が定年後もずっとあったが、震災後体を動かす機会も激減したため、筋肉がなくなったと感じているようだった。

高齢者は、体力が減ることがこれからの生活において歩く、階段を登るなどの行動に大きな影響が出る。転倒の危険性が上がったり、疲れやすくなることで、より外に出る機会が減る。すると地域の人との交流の減少、精神的にも塞ぎ込みがちになる可能性が予測されることから大きな課題だと感じた。

生徒の感想（一部抜粋）

.....

4回のフィールドワークを通して、一番の健康課題は、健康を維持することが大切なんだなと感じました。

訪問した方は、健康意識が高く、奥さんは毎日アスロンのプールに行っており、旦那さんは月1回、歯医者に定期的に通っていました。

また、病院には月2回通い薬をもらっている。

自分の健康を大切に思い、行動し続けることが、高齢者が元気に生活するために大切だと感じました。



生徒の感想（一部抜粋）

.....

今回、高齢者の方のお宅を訪問して、高齢者が住み慣れた地域で暮らし続けるって、思っていたよりもいろいろなものに支えられているんだなと思いました。

訪問する前は、過疎地域で生活する高齢者の課題というと、病院までの距離や買い物、交通手段など、生活する上で不便なことを想像していました。しかし実際にお話をしてみると、それだけではない事に気づきました。家の中での生活の様子を二人のやりとりを見て、特別な支援がなくても、今までの生活の中で協力し合って生活していることが分かりました。でも、年齢を重ねるにつれて、今まで当たり前に行っていたことができなくなることもあると知ったので、これからは周りの人や医療・福祉のちからが必要なんだなと思いました。

生徒の感想（一部抜粋）

また、震災後の地域で暮らすということも、復興したかどうかを建物や道路など目に見える部分だけで考えるのではなく、心の変化や健康状態も関連して考える視点が必要だなと思いました。

住み慣れた家や地域を離れたくないと思う人にとっては、生活の場所そのものが安心につながっていると思うので、その配慮も必要だなと感じました。

今回の訪問を通して、在宅看護では「何か困っていることはありませんか」と聞くだけでなく、その人が普段どんな生活をしていて、誰と支え合っているのかを見ることが大切だと感じました。

次回 フィールドワーク共有会
を予定しています。

