

浅野 一恵 委員

お子さんの笑顔を毎日懸命に支えてくださっているご家族へ

重症心身障害児・者施設 つばさ静岡 医務部長 浅野一恵

静岡市でも市中感染が疑われる事例が発生し、いつ誰が感染してもおかしくない段階にさしかかりました。新型コロナウイルスは無症状の人からも感染することがわかっており、当施設でも職員の体調管理や衛生管理に万全の注意を払っていますが、感染を完全に防ぎきれないと断言することは出来ません。現時点では新型コロナウイルス感染症から命を守るためには「人との接触を減らすこと」しか有効な手立てがなく、入所利用者様に対しては面会・外泊の全面中止、ショートステイ・通所利用者様に対しては規模を縮小してサービスを提供させていただいております。結果として医療ケア児・重症児者とご家族に多大な負担をおかけしていることに心よりお詫び申し上げます。

この状況が長期化することも予想されます。皆様からご意見いただき、他機関と連携しながらよりよい代替サービスを提供できるよう検討して参ります。

現時点では予防が一番ですが、万一罹患してしまった場合も医ケア児・重症児者が安心して治療が受けられるような体制を医ケア児協議会の先生方と検討していく所存です。ぜひ皆様の声をお聞かせください。

コロナ禍においても皆様の心身の健康が守られることを願ってやみません。自粛中も本人ご家族の健康維持のため、以下のことを心がけてみましょう。

・風通しをよくし、日光浴をする

換気により感染を予防することができます

鳥のさえずりや新緑の心地よさを感じることで、精神の安定化をもたらし、良質な睡眠につながります

・優しい音楽を聴き、歌を歌う

不安な気持ちが和らぎ、前向きな気持ちになります

・蛋白質やビタミンが豊富な食事をとる

(糖質は控えめに、この機会にヘルシーデザートを手作りしてみてください!)

食事は命の源、免疫力 up に繋がります

・時間を決めて体を動かす

(お母さんは腰回し運動、お子さんは腰を左右に揺るだけでも効果あり)

体を動かすことで、血流がよくなり内臓機能も活性化されます

・信頼している人と電話で話す

信頼している人の声はお子さんにもご家族にも安心感を与えてくれるでしょう

・大変な時は SOS を出す

一人で抱え込まないで伝えてください。伝えることで次の一歩につながります。

・正確な情報を得る

静岡県や市が公開している情報サイトのほか、医ケア児者、障害児のためのサイトがあります。正しい知識を得、知恵を出し合い、困難を乗り越える道を共に考えましょう

浅野一恵のおすすめのサイト

NPO 医療的ケアネット

<http://www.mcnet.or.jp/index.shtml>

全国医療的ケア児者支援協議会

<http://iryuu-care.jp/>

NHK ハートネット

<https://www.nhk.or.jp/heart-net/>

日本ケアラー連盟

<https://carersjapan.jimdofree.com/>

アンリーシュ 医療的ケア児と家族に役立つメディア

<https://unleash.or.jp/>

ケアチャンネル

<https://carechannel.jp/>