

ちとせの介護医療連携の会

# 介護、医療の現場から シニアライフサポート



株式会社やさしい介護 東地区エリアマネージャー 松田 海斗

皆さまこんにちは。株式会社やさしい介護の松田海斗です。

年を重ねるにつれ、自宅での暮らしや親の生活に不安を感じることあるでしょう。そんな時に考える「施設」ですが、種類はさまざまです。今回は、高齢者が安心して過ごせる施設の特徴と、自分らしく暮らせる場所を見つけるヒントをお伝えします。

高齢者向けの住まいは多くの種類がありますが、今回はいくつかの分類で紹介していきます。

●**介護・リハビリ重視**：24時間体制でケアを受けることができる「特別養護老人ホーム（特養）」や、在宅復帰を目指してリハビリが充実している「老人保健施設（老健）」など。

●**生活のサポートや自由度重視**：賃貸住宅に近い「サービス付き高齢者向け住宅（サ高住）」や、食事、清掃などの生活支援が整った「有料老人ホーム」など。

●**専門的なケア**：認知症の方が住み慣れた地域で家庭的な雰囲気のなか過ごすことができる「認知症対応型グループホーム」など。

第98回

## 千歳で暮らす皆さまへ。 自分に合った「住まいのカタチ」を を見つけるには？

私たち「やさしい介護」でも、有料老人ホームや認知症対応型グループホームを運営しています。また、「共生型ケアホーム」という施設もあり、高齢者と障がいを持つ方が同じ建物で生活をし、多様な人が支え合って暮らす「地域共生社会」の実現を目指す新しい形の住まいとなっています。施設見学をすることもできますので、お気軽にお問い合わせください。

**住まいに迷ったときは、地域の専門家に頼って**

施設は種類や役割がそれぞれ異なり、どこが自分に合うのか迷われるのは当然です。そんな時には一人で抱え込まずに、地域の専門家を頼りましょう。地域の身近な相談窓口である「地域包括支援センター」、日々の生活を支える「ケアマネージャー」、入院中であれば病院の「医療相談員（ソーシャルワーカー）」や、各施設の相談員も皆さまの不安に寄り添います。

住まい選びは、その人らしい新たな人生の始まりです。市内の施設や機関を活用し、あなたとご家族に最も心地よい住まいを見つけましょう。

### 今日も元気に！ お達者ライフ Vol.123 糖尿病の新しいジャンルの薬



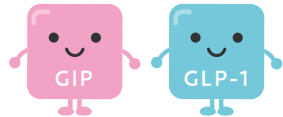
古泉循環器内科クリニック  
こいすみ たまゆき  
古泉 圭透 先生  
◇所属学会／内科学会 循環器学会  
糖尿病学会心臓病学会  
日本透析学会  
◇資格／日本医師会認定産業医  
日本糖尿病協会登録医

1992年3月：弘前大学医学部卒業  
2006年5月：医療法人ピエタ会 石狩病院 内科部長として勤務  
2007年4月：循環器科部長兼外来診療部長となる  
2014年7月：古泉循環器内科クリニックを千歳市千代田町に開設

ちゃんとをご覧の皆さま、あけましておめでとうございます。2026年が皆さまにとって良い一年でありますようお祈りしております。

さて、新年の第一回目はまたしても糖尿病シリーズです。本日のテーマは「糖尿病の新しいジャンルの薬」についてです。さまざまな効果、利点が多く急速に広まりつつありますが、注意点もありますので詳しくお話ししていきたいと思います。

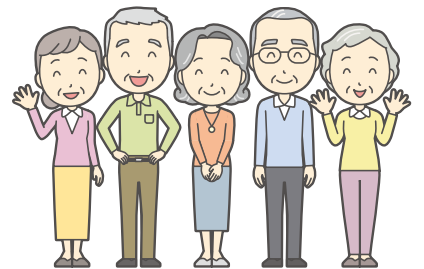
元々、血糖を下げるホルモンはインスリンしかないと思われていたのですが、1930年ごろに腸管内に血糖を下げる物質が存在する事が分かってきました。そしてその名前、現象を「インクレチン」と呼ぶようになりました。そしてその物質は主に2種類存在する事が分かってきました。GIP、GLP-1と言います。（名前がアルファベットで覚えにくいですが、今でもこの名前で呼ばれているのでざっくりと2種類あると覚えてください）ところが、このホルモンは短時間ですぐ壊れてしまうため、薬として世の中になかなか出回りませんでした。その代わりに、このホルモンが壊れるのを防ぐ薬が、世の中に台頭してきました。それがDPP 4阻害薬



です。副作用も少なく、低血糖も起きにくいいため世界中で爆発的に売れます。しかし、長期成績で、あまり血糖効果作用ほど脳心血管障害を予防していないということになり、途方に暮れることになるのです。

一方、GLP-1は壊れやすいため、内服では作ることが困難でした（現在は内服も存在します）。そのため、注射剤として市販されますが、注射剤に対しては患者の抵抗が大きく中々シェアを伸ばすことはできませんでした。ところが、1週間に一回で済むような薬が開発されたことや、GLP-1がインスリン分泌増強だけでなく、血糖を上げるホルモンを抑制すること、胃からの排泄を遅らせることによる血糖上昇の抑制、食欲、摂食の抑制による体重減少などが分かってきて状況は変わります。さらにGLP-1とGIPの合剤が発売されます。これは既存のGLP-1作動薬に比べて血糖改善と体重減少が大きいため、「痩せ薬」として世の中に広く出回ってしまいました。また、腎臓にも良い結果も出ているため、週1回の注射剤ではありますが、肥満型の糖尿病患者にとって魅力的な薬であることは間違いありません。ちなみに欠点として消化器症状がかなり多い（悪心、下痢、嘔吐、便秘）こと、胆嚢炎や膵炎などのリスクが高いことなどが挙げられます。なにより、新薬は、長期成績がないため、10年飲んで何かが起こる可能性は誰にも予測する事ができません。

後、保険診療扱いでもかなりの高額負担な薬ですので、必ず医師と詳しく相談してください。



### スーパーアークス千歳店 限定開催！このマークが目印！

数量限定！売切必至！当店のみのサービス！

**タ方の市**  
ゆうがた

青森県産 訳あり(傷あり)  
**サンふじりんご**

お1人様 6玉限り  
本体価格 500円  
玉限定 1玉

**100円** (税込108円)  
16:00~18:00  
当日は紹介した商品以外にも  
お得な商品多数!!  
「タ方の市」のマークを探してね!

ソース焼きそば、  
味噌、醤油

**マルちゃん  
どっ盛りカップ麺**

お1人様 6個限り  
本体価格 300円  
個限定 1個

**各79円** (税込86円)

【スーパーアークス 千歳店】TEL.0123-26-6660 ※ビッグハウス恵庭店、アークス長都店では実施しておりません。  
千歳市日の出1丁目(日の出大通沿)

スーパーアークス 長都店 ビッグハウス 恵庭店 2店舗同時企画

**ウィンターバーゲン**

開催期間 1/17(土)~25(日)

お一人様 1点限り  
今ついている  
本体価格より  
**4割引**

★ビッグハウス 恵庭店衣料、ラルズ衣料 長都店のみご利用いただけます。★  
ほか割引企画との併用はできません。★パソコン、タブレット端末などのWebサイトからプリントアウトしたクーポン券はご利用できません。★各種補袋、ご予約品、学生服(長都店)ではご利用できません。詳しくは店頭にてご確認ください。

恵庭店からお知らせ  
まとめて買うとお買い得!!  
2点以上お買上げで  
いろいろ  
組み合わせ  
自由  
**5%OFF**

※レジ精算1回ごと(レシート1枚)のお買い上げ  
点数を対象とさせていただきます。  
※デナント商品は対象外となります。

長都店からお知らせ  
衣料品コーナー特別催事場にて  
令和8年度 学生服  
新学期ご予約セール  
開催中!  
ただいまパフレッツを特設コーナー  
にてご用意しております  
ご予約セールの特典もあります!

お取扱い  
の学校  
東千歳中学校、  
北斗中学校、勇舞中学校

Fresh, Discounting Everyday.  
**BigHouse**  
恵庭店 恵庭市本町210

2階 衣料コーナー  
通常営業時間 おさ10時~よる8時  
1/18(日)・25(日)  
あさ9時~よる8時  
TEL 0123-33-1122  
[えにわ店頭商品券2025]ご利用できます

ちとせモール  
CHITOSE MALL  
長都店 千歳市勇舞8丁目1-1

ラルズ カジュアル衣料&寝具  
通常営業時間 おさ10時~よる8時  
1/18(日)は「ちとせモールの日」  
あさ9時~よる8時  
TEL 0123-23-7021  
ちとせ手芸・クラフトの専門店「カナリヤ」OPEN

BEYOND Beautiful

2026.1.31(土)まで  
**スタート  
ダッシュ  
キャンペーン**

お1人様 1.31(土)まで  
1日体験教室  
開催中!

1日体験のおすすめ  
お子さまに  
ぴったりのスクールを  
見つけよう!

キッズスクール  
1日体験  
かんたんWEB予約 受付中

キャンぺン詳細はホームページでご確認いただけます

**CENTRAL**  
CENTRAL SPORTS

**TEL 0123-36-0077**  
セントラルフィットネスクラブ24 恵み野  
恵庭市恵み野里美1丁目2-1 セントラルフィットネス 検索