



# 中部メディカル新聞 第12号

利用者さま、ご家族さまへ情報をお届けします



## 第4回地域における多職種連携勉強会について



テーマ「新しい福祉用具の使い方（ノーリフトポリシーとは）」

話題の「マッスルスーツ」や移乗車椅子「乗助さん」など、実際の福祉用具を使いながらノーリフトポリシーについて勉強しましょう。「ノーリフトポリシー」とは、1996年頃からオーストラリアの看護連盟が看護師の腰痛予防のために提言したもので、持ち上げたり運んだりといった介護者に負担の大きい作業を人の力だけで行うことを禁止し、患者の自立度を考慮した介護機器使用による移乗介護を義務付けています。この考え方を導入した北欧やオーストラリアにおいては、介護現場のスタッフが様々な介護機器を積極的に活用することで、腰痛問題が解消しつつあると言われていいます。負担の少ない介護のために福祉機器を上手に利用しましょう！

【参加費】 無料

【日時】 平成 26 年 6 月 19 日（木） 13:30~15:00（13:10 受付開始）

【開催場所】 あいちほっとデイサービス くぬぎ（櫛） 駐車場 20 台

〒465-0097 名古屋市名東区平和が丘 2 丁目 2 3 5（車売るなら Rabbit 隣り）【定員・対象】 20 名

（一般の方、ケアマネジャー、看護師、介護職員、リハビリ関係者など）

【申し込み方法】 お手数ではございますがファックスにてお申し込みの程、よろしくごお願い申し上げます。※定員になり次第お申込みを締め切らせて頂きますので、お早めにお申込みくださいますようお願い申し上げます

【申し込み期限】 6 月 11 日（水）

【研修内容】 ●ノーリフト関連の福祉用具機器の紹介と使用方法の説明と実技  
マッスルスーツ、乗助さん、スライディングボードなど機器の紹介と使用方法の講義と実技を行います

詳しいことはスタッフへお尋ねください！ （熊澤・理学療法士）



中部メディカル新聞は皆さまの情報をお待ちしております



## 中部メディカルの看護師便り

何故違う？注射・採血の痛さ。

同じ採血や注射を行ってみても、利用者さんに「痛い看護師」「痛くない看護師」と意識されてしまうのはなぜでしょうか？看護師にとって採血は基本中の基本なのですが、実際は採血などの手技について、私たちはそれほど詳しく教わる機会はありませんでした。日常業務の中でも、他の看護師の手技をじっと観察し、比較する経験はありません。しかし、注射はされる側にとっては「痛くない注射をして欲しい！」と欲していると思います。私は採血・注射の時は二段穿刺で痛みを軽減するように心がけています。二段穿刺は、初めに角度をつけて穿刺し、血管到達後は針を寝かせて進める方法です。メリットとしては、最初に鋭角に穿刺することにより血管までの到達距離が短くなり、痛みのポイントに当たる確率が下がります。しかしその反面、血管を貫通してしまう恐れがあります。（新人にはやや難しい手技と言えます。）一方で、初めから針を寝かせて入れる（角度をつけない）やり方は、血管穿刺の成功率を上げる手技だと言えますが、皮膚を貫く距離は長くなるので、痛みのポイントに当たる可能性は高くなります。その他、痛みは力学的な要因だけでなく、看護師の態度・雰囲気など精神的な要因も無視できません。もし余裕があったら、看護師が針を刺すときの方法で穿刺しているか、見てみるのもよいでしょうね。

（河合・管理者看護師）



## 私の18のビリーフ 3番「目標」

新年度がスタートしてもう1ヶ月が経ちました。新しい目標に向かって頑張っている方も多いと思いますが、少々疲れてはいませんか？

当ステーションでは、毎日仕事終わりにスケジュール帳を確認、翌日予定の利用者様の訪問準備をして、看護・リハビリ目標を明確化しています。それは一日の仕事に区切りをつけ、意欲的に仕事をするコツでもあります。目標に向かって一日持てる力を十分に発揮できるよう頑張っています。

（熊澤真・専務）



## 中部メディカル 訪問看護ステーションの理念

- **こころを大切に** （ご本人とご家族のこころを大切にします）
- **連携を大切に** （地域のケアチームと親密で良好な関係を築いていきます）
- **スピードを大切に** （出来る限り早く対応して信頼されるステーションを目指します）





## 看護師雑記 みちくさ

頭の体操 パート7

文字を並び替えて人名にしましょう！  
ヒントはスポーツ選手



- ① 青だまさ -----
- ② 池すだ保険 -----
- ③ ひろま魚た -----
- ④ ねこ桜見よ -----
- ⑤ 春にゆう柚子 -----

先月号こたえ ①鯉（かつお）②鰯（ぶり）③鯉（むつ）④鰻（はまち）⑤鰯（にしん）⑥笠百合（かさゆり）⑦蕪（かぶ）⑧牡丹（ぼたん）⑨胡瓜（きゅうり）⑩胡桃（くるみ）⑪蓮華草（れんげそう）

（加藤・看護師）



## スタッフのほっと一息

毎回このコーナーを楽しみにしているとの声を聴き、嬉しくそして有り難く感じています。今回は利用者のK様からご紹介いただきました、会社から車で5分ほど『雀寿司』さんへ行ってきました。昔ながらの地元のお客様に愛され続けているお店です。ランチは800円でお寿司8巻、刺し身、煮物、山菜、赤だし。プラス100円で梅茶碗蒸しがつけられます。具はありませんが、お寿司屋さんならではのダシの味に、梅の酸味がさっぱりと美味しかったです。お寿司で私が気に入ったのは、サバの太巻きと、炙りサーモンの太巻きです。回転寿司以外のお店には勇気がなくて中々行けませんが、ランチ目当てに足を運んでみてはいかがでしょうか。そしてお近くにお越しの際は、ぜひ弊社にもお立ち寄りください！ご紹介いただいたK様ありがとうございました♪

（三宅・看護師）



## 「心の健康づくり計画事業」とは？



厚生労働省は「労働者の心の健康の保持増進のための指針」を定め、職場におけるメンタルヘルス対策を推進しています。私達の訪問看護ステーションでは、年2回「心の健康づくり計画事業」を行なっています。看護業務は人の生命を預かり、ミスが絶対に許されないとてもストレスの多い業種といわれております。他人のケアをするものはまずは、自分自身のケアができていなければいけません。

その基本は、生活スキル（栄養習慣、睡眠習慣、運動習慣、入浴習慣、清潔習慣、整容習慣）と社会スキル（対人関係、身だしなみ、挨拶、お礼お詫び、敬語、認知）。生活を整えることは、心の弾力性を維持する事で自宅での生活はメンタルトラブル防止の土台です。春と秋の季節の変わり目は、心の健康を崩しやすい時期なので、この機会に栄養や睡眠などの自分の生活を第三者の目で分析し、忙しい時こそ大切な自分自身をしっかりとケアすることが重要です。

社交性向上はストレスから自分を守ること。社会スキルはメンタルトラブル防止の第二の土台で、ストレスから心を守るフィルター役目です。だれでも強い部分と弱い部分とがあると思います。自分自身をときどき振り返ることも大切です。

（大野・看護師）



訪問看護、訪問リハビリについてのご質問ご相談のお電話、メールをお待ちしております。ホームページからもお問い合わせできます

事業所番号 NO.2361390186

## 中部メディカル 訪問看護ステーション



〒463-0048 名古屋市守山区小幡南三丁目 17-31 B-3  
TEL 052-792-9802 FAX 052-792-9803  
携帯 080-5298-9513  
E-mail [chubucare@arion.ocn.ne.jp](mailto:chubucare@arion.ocn.ne.jp)  
HP <http://www.chubu-med.com>

