



中部メディカル新聞 第18号

利用者さま、ご家族さまへ情報をお届けします

第5回地域における多職種連携勉強会

平成 26 年 10 月 23 日 (木) 13:30~15:00 に第5回地域における多職種連携勉強会を開催しました。今回のテーマは「**移動**」です。

◎「**スマートモビー**」折りたたみ 電動カート
団地の玄関前まで乗れます



◎「**スマートパル S637**」3輪自転車
デザインが良く大人気レンタル中

◎「**J-MAX シリーズ**」階段移動用リフト
操作は難しいが公団住宅に大活躍



(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

秋も深まりそろそろ風邪の季節になってきます。今回は**インフルエンザ**について書きます。◎普通の風邪との違い：普通の風邪は、のどの痛み・鼻水・くしゃみや咳等の症状が中心で、全身症状はあまり見られません。発熱もそれ程高くなく重症化する事は稀です。一方インフルエンザは、**38.5℃以上の発熱・頭痛・関節痛・筋肉痛**など、全身の症状が突然現れます。併せて普通の風邪と同じような上記の症状も見られます。高齢者の場合肺炎を併発する等、重症になる場合があります。◎インフルエンザの予防と治療：不要な外出を控え、帰宅時には手洗い、うがいをしましょう。バランスの良い食事、適度な運動、十分な睡眠をとり体調を整えましょう。時々窓を開けて換気をしましょう。乾燥注意報が出たら、お部屋の加湿 (**加湿器またはお部屋に湿ったタオルを掛ける**) をしてインフルエンザウイルスが増えないようにしましょう。**12月中旬まで**にインフルエンザの予防接種を受ける事をお勧めします。◎その他：予防接種は指定の医療機関での接種となります。予約が必要な場合もありますので、主治医の先生に相談して下さい。

(大野友・看護師)



私の18のビリーフ 5番「チームワーク」

仕事をする上で、**チームワーク**を良くしていくことはとても大切な事です。私達スタッフは急な用事で休むことがあったとしても、他のスタッフにお願いしやすいように、親しい関係を維持するようにしています。常日頃からけっして感情を高ぶらせることなく**好意的で肯定的**に言葉を受け取り、反論する時も最初から否定しない様気をつけています。**相手の良い点を見つけて認め、褒め、労い、迷惑をかけた事をお詫び**します。そうした明るい心の交流が、活力を与え良い仕事につながっていくと信じています。

(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 13
簡単なぞなぞ初級編

1. 工事中でもないし通行止めでもないのに、道を遠回りして目的地に行く人ってだ〜れだ？
2. なにやら高齢者と若者が喧嘩をしています。しばらくすると一人が仲直りの申し出をしました。どちらが仲直りをもちかけたのでしょうか？
3. 便秘もなくお腹の調子がいつも良い人ってだ〜れだ？

※スタッフ全員即答できますので試しにお尋ね下さい！
先月号こたえ

- 1.ほうれん草 2.しっとり 3.シカ 4.10個 5.アントワープ
- (大野明・看護師)



スタッフのほっと一息

みなさん食欲の秋を満喫してらっしゃいますか？今回は会社から車で5分程の「**BOIL (ボイル)**」さんへ行ってきました。メニューが豊富、テーブル席や座敷もあるので幅広い世代で楽しめるお店です。

今回は**生春巻きランチ**（生春巻きサーモン・牛トロあぶり添え、お寿司、天ぷら、小鉢2種、汁物、デザート）1382円を頂きました。なかなか家では生春巻きを作らないので、野菜たっぷりの生春巻きを胡麻ドレッシングで豪快に食べられました！サーモンの炙りも香ばしい風味で美味しかったです。リーズナブルなメニューもありますので、ぜひ足を運んでみてはいかがでしょうか。

(三宅・看護師)



フットケアとは？



「**足と足の爪は身体を支える土台**」と言われ、**フットケア**の重要性は広く知られています。足のトラブルはバランス機能を低下させます。特に高齢者では、転倒の原因の一つとも考えられ、寝たきり予防にも重要です。具体的なお手入れとしては・・・

1. **観察** 皮膚の色や状態はいかがですか？靴ずれや巻爪はありませんか？
2. **保清** お風呂につかってから、ゆっくりと足を洗いましょう。
 - ・石けんを泡立てて、指の間、土踏まず、かかとを丁寧に洗いましょう。
 - ・爪と皮膚の間は汚れが溜まりやすいので、軽くこすって洗いましょう。
 - ・石けん分をしっかりと洗い流し、タオルで指の間まで、しっかりと水分を拭き取りましょう。
3. **爪切り** つめの先端の白い部分が**1ミリ**ほど残る程度にまっすぐに切りましょう。最後に両角を落とし、やすりをかけましょう。入浴後、爪が柔らかくなっている時がお勧めです。

今晚のお風呂で、さっそくご自分の足をじっくりと見てみませんか？足の観察でご心配なことや、困ったことがありましたら、お気軽にご相談ください。

(山田・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

HP <http://www.chubu-med.com>

