



## 新型コロナウイルス関連肺炎について 3



### 基本的対処方針

3月28日に政府の「新型コロナウイルス感染症対策本部」による基本的対処方針が発表されました。

各地域において感染経路の不明な患者や**クラスター**（患者間の関連が認められた集団）の発生を封じ込めることが、いわゆる**オーバーシュート**（感染爆発）の発生を防止し、感染者、重症者及び死亡者の発生を最小限に食い止めることとなります。

必要に応じ、**外出自粛**の要請などの接触機会の低減を組み合わせることで、感染拡大の速度を可能な限り抑制することが、上記の封じ込めを図るためにも、また、**医療崩壊**させないためにも重要です。

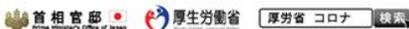
新型コロナウイルスの集団発生防止にご協力をお願いします

# 3つの「密」を避けましょう!

- ①換気の悪い**密閉空間**
- ②多数が集まる**密集場所**
- ③近所で会話や発声をする**密接場面**



新型コロナウイルスへの対策として、**クラスター(集団)の発生を防止することが重要**です。日頃の生活の中で3つの「密」が重ならないよう工夫しましょう。



(理学療法士・熊澤)



## 看護師 Quiz みちくさ



4月になると寒さも和らぎ、お出かけしたくなります。新型コロナウイルスの影響で気軽に掛ける事も出来ませんが、綺麗な桜を見て癒やされ、気分だけでも明るく過ごす事が出来ると良いですね。今回は4月にまつわる雑学クイズです。

### 第1問 桜の花言葉はどれでしょうか?

- ① 私にキスをして
- ② 精神の美
- ③ 願いつける



### 第2問 お花見の三色団子の色は、赤(サクラ色)・白・緑となっています。三色団子の色は何を表している色なのでしょう?

- ① 森
- ② 季節
- ③ 心



### 第3問 桜は何科に属する植物でしょうか?

- ① モモ科
- ② バラ科
- ③ サクラ科



(中村・看護師)



## 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)

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

## 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  
 E-mail chubucare@arion.ocn.ne.jp  
 HP <http://www.chubu-med.com>  
 事業所番号 NO.2361390186





## 中部メディカルのスタッフ便り

実は私・・・昨年11月から小学校のPTAバッチワーク部に入部しました！きっかけは以前から興味があったことに加え、訪問先の利用者様やそのご家族にバッチワークをされている方が多く、皆さんの作品を見せていただく機会もあり、「趣味は大事よ！！」と後押しがあったからです！

共同作品ではありますが、初めてのバッチワークが現在セントレアに展示されています。2005年の開港以来、毎年テーマを変えて巨大キルトの常設展「アートキルトミュージアム」が開催されており、第16回を

迎える今回は、美しく、壮大で、驚きと感動・発見を与えてくれる「世界の絶景」がテーマです。式典はコロナウイルスの影響で中止になってしまいましたが、2.5m×2mの巨大なキルト全19作品が、約1年間にわたり展示されています。私の参加するバッチワーク部は「モニュメントパレー」の絶景を題材に製作しました。

セントレアにはまだ見に行けていないので、世の中が落ち着き始めたら美味しいものを食べがてら、足を運ぼうと思っています（笑）

(三宅・看護師)



元気出してー！



## スタッフのほっと一息

守山区にあります「てんてん」さんをご紹介します。たこ焼き、焼きそば、とんぺい焼などを焼いてくれます。テイクアウトがメインですが、カウンター席もあります。とんぺい焼きはあまり馴染みがなかったのですが、生地の上に豚肉、卵をのせて、裏返して焼いて頂く関西風の鉄板焼きだそうです。

そば入り、ネギ入り、キムチ

など、変わりどころで台湾がありバラエティに富んでいます。私は豚肉、卵、そば、チーズが入ったとんぺい焼きのデラックス(400円)とたこ焼き(360円)を注文。生地はもちもちして、チーズと卵が絡み合っておいしくボリューム満点でした。なぜか隅にたこ焼きが1個入っていました♪皆様のお勧めのお店もぜひご紹介ください。



(伊藤・看護師)



お疲れ様です！



## \*「フットケアにおける爪ケア」とは？\*



先日、「フットケアにおける爪ケア」というテーマでWEBセミナーを受けました。新型コロナウイルスの影響で、大人数で集まる勉強会は感染リスクが高いため避けなければなりません。WEBセミナーなので安全に勉強会に参加することができました。さて「フットケア」という言葉を聞いたことがありますか？フットケアとは**足のトラブル(爪・皮膚・むくみ等)**を解消し、足をより健康な状態に導くための知識や技術です。フットケアで一番避けたい状態が**足の潰瘍(かいよう)**や**壊死(えし)**。小さな傷がなかなか治らず、痛みや熱を伴うようになったり、皮膚が黒く組織が死んでしまう。そんな日常生活に苦痛を生じる状態になってしまう事を避けるためにもフットケアが必要になってきます。皆さんが日常生活を送るうえで当たり前のように行っている**爪切り**もフットケアの一つです。そして間違った爪切りを行うことで指に傷をつくってしまったたり、**巻き爪**を引き起こす

など苦痛を生じる事になりかねません。そこで特に気をつけていただきたい足の爪の切り方をご紹介します。

### 足爪の切り方

- ①足の指の形に沿って真っ直ぐ、もしくは直線に近い穏やかなカーブに切る
- ②爪の端は切り込まずに**爪やすり**で角を落とす
- ③長さは指の少し短め

爪やすりを使う事でより簡単に安全な爪切りを行うことができます。自分では指先がよく見えない、爪が変形してしまいくらいに切ったらいいかわからない、手に力が入らず細かい作業が難しくなってきたなど、爪や指先のことでお困りになっていましたら、ぜひ私たちにも相談してみてくださいね。

(山中・看護師)



## 私の18のビリーフ 5 チームワーク

チームワークとは助け合う心です。コロナウイルス対策として当ステーションも自宅待機体制をとっています。スタッフや家族の健康管理に注意をして心配や困った方がみえたら進んで支援できるよ

うにしたいと考えています。不安な毎日ですが**明るい心の交流**が私たちに活力を与え何倍もの力を発揮させます。**助け合いの精神**で、みんなで頑張りましょう。

(熊澤真・専務)



お疲れ様です！