

こ ん に ち は



平成21年1月号



謹んで新春のお慶びを申し上げます。

皆様にとって幸せの多い年になりますよう、

お祈りいたしております。

本年も職員一同宜しく願ひいたします。



社団法人横浜市都筑医療センター

〒224-0015

横浜市都筑区牛久保西 1-23-4

都筑医療センター訪問看護ステーション

TEL 045-913-5181

都筑ヘルパーステーション

TEL 045-913-3577

都筑区医師会居宅支援センター

TEL 045-910-6327

都筑区医師会第二居宅支援センター

TEL 045-911-6100

都筑医療センター介護福祉用具センター

TEL 045-911-6100

看護・介護・福祉用具 FAX

045-911-6700

居宅 FAX

045-910-6506

☆☆パソコンからステーションの様子を見ることが出来ます。ぜひご覧下さい☆☆

<http://www.tsuzuki-med.org/index.htm>

「都筑区医師会」のホームページの「在宅ケアチーム」からお入りください。ブログ もあります。

～年賀状にまつわるお話し 第二弾～

年賀状の楽しみのひとつに、お年玉つき年賀はがきのお年玉賞品があります。

お年玉つき年賀はがきが発売され、今年で60周年を迎えます。昭和24年に、大阪で用品雑貨会社を営んでいた民間の方が考案し、採用されたそうですよ。

当時は、特等賞品がミシンだったそうです。その後、電気洗濯機やポータブルテレビなど、時代を象徴する品々が賞品になってきました。今年の1等賞品は、マッサージチェアや液晶テレビ等6点の中から1点選べるそうです。ちなみに抽選は1月25日に
行われます。当たりますように★



＊＊編集後記＊＊

2009年が始まりました！寒い毎日ですが、風邪など引かれていませんか？

初夢は見ましたか？私は、熟睡のあまり、まったく覚えていません…。

今年はどうのような一年になるでしょうか。平和な年になるようお願いいたします。

(田中)



明けましておめでとうございます。

皆様、今年の正月はいかが過ごされましたか。今年の3が日はお天気が良く、今年1年が良い方向に改善されることを期待させてくれました。

初日の出にいかれた方はいらっしゃいますか。初日の出といえば、富士山の山頂に上る初日の出があります。富士山の西にある田貫湖という湖付近から見ると、太陽が富士山頂に昇るため有名です。非常に印象的なため、ご利益が多いことでしょう。

いずれにせよ今年1年、今まで同様、当事業所のスタッフ一同、皆様のご自宅での療養が、より安穩でありますよう応援していきたくと思います。

都筑医療センター 理事長 斉木 和夫



お雑煮・おせち料理あれこれ

お雑煮やおせち料理は、土地や家庭によって個性豊かですよね。お雑煮で言えば、関東は角餅、関西は丸餅…というように。皆様の慣れ親しんでいるお雑煮やおせち料理はどのようなものでしょうか？

今回は、スタッフから聞いたものを書いてみました。

◎静岡◎

醤油仕立てで、茹でた角餅、白菜などの野菜が入るお雑煮。好みで削り節をかけて

◎京都◎

白味噌仕立て。茹でた丸餅、里芋、大根、人参が入る甘いお雑煮

◎石川◎

えびす(べろべろ)…醤油味の寒天に溶き卵を流し入れて固めた晴れの日の料理

◎新潟◎

味噌仕立てで、具たくさんのお雑煮

◎長野◎

醤油仕立てで、焼いた角餅、鶏肉、野菜、なるとが入るお雑煮



スタッフよりご挨拶

「ありがとうございました」

12月末をもちまして、退職させていただくことになりました。皆様には大変お世話になりましたこと、この場をかりて御礼申し上げます。ありがとうございました。

ケアマネジャー 横山 裕子



～インフルエンザについて～ まめ知識

あちらこちらで流行の情報が聞かれる時期になってきましたね。予防接種を受ければインフルエンザにかかりにくくなり、かかっても重くなりませんが、かからないわけではありませんから、やはり注意が必要です。それには…

1. 栄養と休養を十分取る。抵抗力を維持！
2. 室内は適度な温度、湿度を保つ
3. 人ごみに出る時は、マスクを着用する
4. 外出後の手洗いとうがいをを行う

かかったかな…と思うとき…

《インフルエンザを疑うポイント》

- ・地域内でのインフルエンザの流行
- ・急激な発症 ・関節／筋肉痛 頭痛
- ・38℃以上の発熱／悪寒
- ・普通の風邪症状も起こります

★市販のかぜ薬は熱、咳、鼻水などの症状を抑えますが、インフルエンザに直接、効きません。

★抗生物質は、ウイルスには効きません。

★まずは、予防。そして、発症から48時間(2日)以内であれば、有効な薬もありますので、かかったかなと思ったらできるだけ早く医師の診断を受けましょう。



【目安箱】

ご意見、ご要望などは、いつでもご遠慮なく、ご連絡いただけますようお願い申し上げます。

910-6327 主任管理者 吉井

