


# こ ん に ち は



平成 29 年 立春号

去る 1 月 13 日(金)に第 5 回都筑区医師会ナーシングホーム運営推進会議、第 3 回都筑区医師会 24 時間在宅ケアステーション介護・医療連携推進会議を開催致しましたのでご報告します。

● 第 5 回都筑区医師会ナーシングホーム運営推進会開催の報告

- ・参加者：地域住民代表 1 名、サービスに知見を有する分野 5 名、区職員 1 名、内部 8 名
- ・会議内容：実績報告・事故報告・課題報告・意見交換など

【意見交換内容】

- 1) 「軽度者のレクレーションの充実が必要」「人材不足」という課題に対して
  - ・中川地域ケアプラザの地域交流に連絡を取り、ボランティアにきてもらうようにする。
- 2) 次回の運営推進会議での事業所評価について
  - ・次回の運営会議の中で評価をしてもらえるような方法を検討する。
- 3) 事業所の周知について
  - ・2 月 11 日(土) 19:30～牛久保西町内会の役員会に参加する。



● 第 3 回 都筑区医師会 24 時間在宅ケアステーション医療・介護連携推進会議開催の報告

- ・参加者：地域住民代表 1 名、サービスに知見を有する分野 6 名、区職員 1 名、内部 8 名
- ・会議内容：実績報告・課題報告・意見交換など

【意見交換内容】

- 1) 定期巡回随時訪問型から看護小規模多機能への移行は、制度上移行しにくい状況にある。  
⇒地域包括ケアなのだから、サービスの矛盾は市から国へ改善を伝えていく必要がある。

都筑区医師会訪問看護ステーション	TEL	045-913-5181
都筑区医師会ヘルパーステーション	TEL	045-913-3577
都筑区医師会 24 時間在宅ケアステーション	TEL	045-913-3577
都筑区医師会居宅支援センター	TEL	045-910-6327
都筑区医師会福祉用具センター	TEL	045-911-6100
都筑区医師会ナーシングホーム	TEL	045-913-6321

看護・介護・福祉用具・24 時間在宅ケア

居宅

FAX 045-911-6700

FAX 045-910-6506

☆☆パソコンから在宅事業部門の活動内容を見ることが出来ます。ぜひご覧下さい☆☆

<http://www.tsuzuki-med.org/center/idea.html>

『ヨコハマつづき健康生活ナビ』の『在宅事業部門』からお入り下さい。

## リハビリの視点を取り入れた福祉用具の選定

介護保険制度が適応される福祉用具には多種多様なものがあります。レンタルできるものとしては13種類（ベッドや車いす、杖やスロープなど）、購入できるものとしては5種類（直接皮膚が触れるポータブルトイレやシャワーチェアなど）です。

これらの福祉用具は在宅療養者とその家族が、より快適に生活を送るために利用されるものですが、同時に利用者自身の能力を最大限引き出し、自立に導くための手段として用いられるという重要な側面も持っています。そのためには、リハビリ的な視点を取り入れ、身体能力に合わせた的確な福祉用具の選定が必要です。少しの工夫で出来なかったことが出来るようになったり、苦痛が和らいだり、明るい気持ちになったり、前向きな生活を送ることができるようになるかもしれません。これもリハビリテーションの大きな役割です。皆様お気軽にご相談ください。

福祉用具専門相談員・リハビリ主任 理学療法士 神保隆行



### インフルエンザ流行警報

**が発令されています！**

毎年この時期になるとインフルエンザが流行してきます。今年は特にA型が多く検出されているようです（約9割）。

年齢別では15歳未満だけで約7割も占めており横浜市では都筑区が最も流行しているようです。

さらに小児と高齢者の入院患者が多く昨年よりも増加している状況です。

例年、流行警報は2月中旬から3月下旬ごろまで続くので、ワクチン接種の有無に関わらず手洗い・マスク着用の徹底が重要となります。



### 《健康まめ知識》

花粉症…悩まされる方が多いのではないのでしょうか!?もちろんマスク・メガネなどの予防策は当然ですが、食生活を見直すことも重要です。動物性の脂肪や肉を減らし、魚や野菜、果物を増やすことが基本になります。魚、特に青魚には、炎症を緩和する作用のあるDHA/EPAが豊富に含まれます。野菜や果物はビタミンやポリフェノール類、食物繊維を多く含みます。粘膜を丈夫にするベータカロテン、アレルギー症状を引き起こす化学物質を抑えるビタミンCが豊富な緑黄色野菜はお勧めです。乳酸菌は、腸内環境を整えて、花粉症の方の乱れた免疫のバランスを整えるので、ヨーグルトなども摂りたい食品です。花粉症に効果があるというお茶、ハーブティを食生活に取り入れるのも、役立つかもしれません。今からバランスのよい食事をして、花粉症に負けない身体作りをしていきましょう♪



### 編集後記

ついこの間までお正月だったような気がするのに、もう二月とは・・・(;´▽`A` 曆上は立春を過ぎましたが、まだまだ寒さも厳しく、記事にもありますが、インフルエンザにはまだまだ油断禁物です！（金枝）



### 【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