

平成29年 春分号

訪問看護ステーション20周年！ ナーシングホーム1周年！

お陰様で、都筑区医師会訪問看護ステーションは平成8年2月に開所し、この度、20周年を迎えさせていただくことができました。これもひとえにご利用者、ご家族、地域の皆様のご理解とご支援の賜物と深く感謝申し上げます。

先日、50歳の誕生日を迎えてもなお、年齢が半分以下の選手とともに走り続ける三浦知良選手のニュースを見ました。若い選手に負けじと日々訓練を重ね夢を追い続ける彼の姿を見て、私も夢だった訪問看護の仕事が続けられている幸せを実感しました。

今後も、常にご利用者や、ご家族の気持ちに寄り添い、住み慣れた地域、住み慣れた家で安心して生活が出来るよう支援させて頂きたいと考えております。

また、昨年、ナーシングホームを開設し、初めて経験する送迎や、ご利用者を自分たちの施設でお預かりすることの責任の重さなど、今までの経験とは違う難しさを感じております。

今まで培ってきた訪問看護の経験とナーシングホームでの施設ケアを都筑区医師会在宅ケアチームとして、どう確立していくか、まだまだ課題はありますが、ご利用者様ご家族様の気持ちに寄り添い、思いを尊重し、私たち都筑区医師会らしいチームが出来ていけるように努めていきたいと思っております。今後ともよろしくお願い致します。

都筑区医師会訪問看護ステーション 管理者 宮島 佳代

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

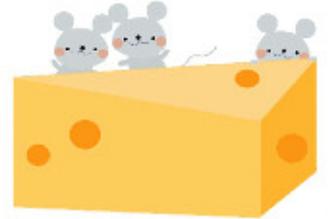
☆☆パソコンから在宅事業部門の活動内容を見ることが出来ます。ぜひご覧下さい☆☆

<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。

健康まめ知識

牛乳の栄養素が凝縮されているチーズは、良質のタンパク質が豊富でヨーロッパでは「白い肉」と呼ばれています。他にもカルシウム、ビタミンA・B2・Eなどが含まれており、非常に栄養価の高い万能食と言えます。また、アミノ酸の化合物であるペプチドという成分には 抗酸化作用・カルシウムの吸収促進・血圧降下作用・免疫力向上・肝機能の強化などたくさんの効果があります。さらにペプチドには気持ちを穏やかに保ったり安眠できたりとリラックス効果もあり、「食べる安定剤」とも言われています。他にもたくさんの効能がありますが、ビタミンCと食物繊維は含みません。チーズの効果を高める為にも野菜と組み合わせることでより一層、健康効果が高まります。種類も豊富ですので、食べ比べをして好みのチーズを探してみてください♪



☆たのしいひな祭り☆

今月はナーシングホームで、「はじめての『ひな祭り』」を行いました。職員お手製の烏帽子を被り、司会進行。ひな祭りにちなんだ小噺やクイズをして、場を盛り上げます。雛人形について、以外に知らないことが沢山ありました。例えば、「関東」と「関西」では、男雛と女雛の位置が逆だとか。皆さん頷きながら聞いていただきました。



場が暖まったところで、皆さんにちらし寿司を作っていただきました。酢飯を作っていただき、その酢飯と具材を交互に段々にして、ご飯を皆さん思いおもいに盛り付けていただきました。盛り付け終わると定番の「うれしいひな祭り」を皆さんで合唱して、楽しみました。

そんな時間を過ごしていたら、ちょうどお腹がすく時間。というわけで食事を囲み、盛り付けた、ちらし寿司をいただきました。とても皆さん美味しく召し上がっていました。そしてデザートは菱餅をイメージしたゼリーをいただきました。そんなたのしい「ひな祭り」の時間は、送迎の間際まで続きました。(結城)



編集後記

だんだんと暖かくなり春らしくなってきましたね。寒さが苦手なわが家ではキャンプなどアウトドアシーズン突入です！みなさんも春を楽しんで下さいね☆ (富山)

【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