



厳しい寒さが続きますが、梅のつぼみが春を知らせる季節となりました。

先日の大雪では、訪問時間の調整など利用者様には大変ご迷惑をお掛けいたしました。当在宅事業部門は33台の社用車がありますが、スタッドレスタイヤを付けた車は10台です。雪の日は道路状況に合わせた配車と送り迎えで対応したため、訪問時間を遅らせて頂いたり、日時変更をお願いするなどご迷惑をお掛けいたしました。お陰様で無事訪問させて頂くことが出来ました。

雪国出身の私も横浜暮らしの方が長くなり、大雪に戸惑い、雪かきで翌日は腰が痛くなってしまいました。利用者様には適度な運動は必要ですとお伝えしていますが、自分自身も日々の運動が必要と身に染みて感じました。また、地域によっては停電になった所もあり、災害時の対策について再確認させて頂く必要性を感じました。

来年度はいよいよ、診療報酬と介護報酬が同時改定となります。入院から在宅医療への移行が促進され、ますます訪問看護の重要性が高まります。このような機において、当事業所としては、更にご利用者様、ご家族様が安心して、ご自宅で生活できるよう質の高いケアを提供出来るように努力して参ります。



訪問看護ステーション 管理者 宮島佳代

桃の節句も間近となり、寒さきびしかった冬が終わろうとしています。皆様いかがお過ごしでしょうか。この冬はインフルエンザや風邪が流行り、辛い思いをされた方も多いかと思います。遅ればせながら、この場をお借りしてお見舞い申し上げます。

私も春がとても待ち遠しいと感じた冬でしたが、訪問の途中、梅の花が咲いているのを見つけたときには、春の近さを感じ、とてもほっとした気分になりました。しかし、そう思ったのもつかの間で、そろそろ杉の花粉が飛ぶのかな、今年の花粉飛散予測はどうなっているのかなと、春が近づけば冬とは違う心配事が絶えない毎日です。

さて、都筑区医師会ヘルパーステーションも春に向かって歩みだす時期ですが、平成30年度の春は3年ぶりに介護報酬改定が行われます。先ごろ、厚生労働省から+0.54%の改定率と公表されました。訪問介護の改定の概要としては、医療・介護の連携の一層の推進や、自立支援・重度化防止の推進が盛り込まれています。当事業所は、改定の内容を踏まえて、今後ご利用者様によりよいサービスの提供を心がけ、職員一同取り組んで参ります。具体的な介護報酬改定事項は、準備が整い次第お知らせいたします。どうぞ、ご理解とご協力のほどよろしくお願い申し上げます。



都筑区医師会ヘルパーステーション 管理者 青柳かおる

健康まめ知識



パソコンやスマートフォンの画面をずっと見ていると、目が疲れたり目の奥が重くなったりしますよね。そんな時、「冷やす」と「温める」のどちらがよいのか、迷ったことはありませんか??

目が疲れると、冷やしてスッキリしたいと思うかもしれませんが、でも、パソコン作業などによる目の疲れは、手元にピントを合わせ続けたことによる目の筋肉の緊張やコリが原因です。温めて血行を促せば、疲労物質や発痛物質が流れ去るので目の疲れがやわらぐのです。目の疲れたときに、ギュッと強く押す人が多いようですが…実は目にはよくないのです。やわらかい目には強い打撲に似た状態となり、網膜を傷つけてしまう危険があります。ちなみに、ドライアイにも温めるほうが効果的です。「40℃」「10分」がケアのポイント!!目の奥まで温められるよう、40℃くらいの蒸しタオルで10分くらい温めてみて下さい♪

確定申告の時期です!



毎年この時期になると確定申告をする方もいると思います。平成29年分の確定申告から医療費控除を受ける場合の手続きが変わり「医療費の領収書」の提出又は提示が不要となり「医療費控除の明細書」又は医療保険者等が発行する医療費通知書の添付が必要となりました。

また、セルフメディケーション税制が創設され、実際に支払った特定一般用医薬品等購入費の合計額（保険金などで補填される部分を除きます）から1万2千円を差し引いた金額（最高8万8千円）です。※この特例の適用を受ける場合は、通常の医療費控除を併せて受けることはできません。詳しくは国税庁のホームページ等を確認してみてください。

編集後記

今月に入ってもインフルエンザの患者数が過去最高を更新し続けているようです。引き続き手洗い・うがい・手指消毒等を小まめにし、感染しないように気をつけたいと思います。(金枝)

☆1月のナーシングだより☆

1月の登録者は、新規1名で15名でした。ナーシングにとっては2回目のお正月でしたが、お蔭様で穏やかな年始を迎えることができました。中旬には、ご利用者を安全に「移乗」するための勉強会を行い、ナーシングでも移乗の方法を再度、学び確認することができました。

【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

- | | |
|----------------------|------------------|
| 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/wp/center/zaitaku_features/
『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。