

こ ん に ち は



令和元年 葉月号

熱中症に気をつけて下さいね

グリーフケアモデル事業について

都筑区医師会では、昨年度より横浜市医師会からの委託を受け、グリーフケアモデル事業を実施しています。この事業は、看取り後に残された患者家族の悲嘆に対して継続的なグリーフケアを提供することで、残された家族が少しでも心穏やかに生活できるようになることを目的とした事業です。

グリーフとは

深い悲しみ・悲嘆を表す言葉です。そして、家族や親しい友人などの死別を経験した人が立ち直る過程を寄り添いながら支援することを「グリーフケア」と言います。1960年代の米国で始まったとされ、日本では2005年に起こった福知山線脱線事故を機に、一般に知られるようになったとされています。

研修会のお知らせ

都筑区内におけるグリーフケアに携わる人を増やし、力をつけていくために様々な方向性が検討されています。そこで今回、9月1日（日）に『今を生きるコツ～よりよく生きるために～』と題し昭和大学横浜市北部病院にて、宝塚市立病院のチャプレン・カウンセラーの沼野尚美先生をお招きし、市民公開講座が開かれます。参加費は無料ですので、興味のある方は訪問スタッフに声をかけて頂ければ資料をお渡しします！ぜひご参加下さい♪

学会で発表してきました！

7月14、15日に行われた日本在宅医療連合学会に於いて、理学療法士の神保隆行が「利用者に適した在宅人工呼吸療法を多職種で考える」というテーマで当訪問看護ステーションの取り組みについて発表してきました！この学会は医師をはじめ、看護師やリハビリ職、ケアマネジャーなど多職種が参加する学会です。発表した神保は「全国で活躍している仲間との輪を広げ、在宅医療の見識を広げる良い機会となりました。」と話し、多くの刺激を受けてきたようです。

今回の発表を職員全員で共有し、今後のより良いケアにつなげていきたいと思っております。

☆☆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。

健康まめ知識

「1日1個の梅干しで医者いらず!」と言われるほど、梅干しには驚きの効果がたくさんあります。疲労回復・抗酸化作用・貧血予防・整腸作用・アンチエイジングに加え、他にもたくさんの効果があります。そして、梅干しは食べ方で効果がアップするのを知っていますか!?骨粗鬆症予防には「朝より夜に食べる!」。老化防止に効果的なのは塩漬けよりも「ハチミツ漬け!」。血液サラサラやダイエットにより効果的なのは、そのまま食べるより「煮て食べる!」。便秘解消には、ごぼうより「ヨーグルトと組み合わせる!」。(※梅酒ヨーグルトがお勧めです) 毎日1粒食べるだけでも効果の高い梅干しですが、食べる時間や食べ方を変えるだけでより健康増進になるとは、まさに魔法の食材ですね。是非1日1個、続けてみて下さい♪

**認知症なび**

ニュースなどで騒がれている振り込め詐欺。平成30年の神奈川県下の発生状況は、2604件、被害総額は約58億円と発表されています。今まであった、いわゆるオレオレ詐欺だけでなく、**新たな手口も発生**しているようです。

私たちの訪問先でもメールや電話だけでなく、証券会社・裁判所を装ったり、公的機関を思わせる国民訴訟センターなどから、**架空請求**のハガキや封書が届いたという話をよく耳にします。また、警察や有名デパートを名乗り、「あなたのカードが不正利用の被害にあっています。」などと不安を煽り、自宅にカードを取りに来て暗証番号を聞くなどするそうです。他にも、役所の職員を装い「医療費や保険料の**還付金**があり今日が期限です。」と、ATMを操作するように誘導するものもあるようです。「お金が必要」「ATM操作で還付金が戻ります」という言葉は『サギ』です。すぐに警察に通報してください。また、普通郵便利用の訴訟通知はあり得ません。

また、自分だけは大丈夫と思い込まず、お金の話が出た際には、家族や警察に相談し、面識のない人には絶対にお金を渡さないようにしましょう。

留守番電話を在宅時も常時設定して、相手を確認してから出るなどの対策をしましょう。

お知らせ**第11回 都筑区認知症フォーラム【認知症になっても安心して暮らすために】**

日時：9月7日(土) 13:30-16:00 (開場 13:00) 場所：都筑公会堂

参加費：無料 内容：「もし明日、親が認知症になっても仕事を止めずに済む方法」「知って安心! こんなサポート」の2部構成です。興味がある方は参加してみてくださいはでしょうか♪

ナーシングだより

今月はナーシングで使用している、ミネベアミツミのベッドセンサーについてお伝えします。夜間は職員一人に対応していますが、お一人での立ち上がりが困難なご利用者でも、夜間一人で起き上がろうとされることがあります。

このベッドセンサーは、離れていても呼吸の波形がわかり、アラーム機能があるため体動が激しくなった時や、体重がベッドの端に移動すると知らせてくれます。

夜勤者にとって、ご利用者の安全を守るための強い味方になっています。

編集後記

暦の上ではもう秋です!と言っても、まだまだ、夏、真っ盛り。暑い日が続くそうなので体調管理をしっかりしたいと思います。

**【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。

913-5181 統括管理者 吉井