

こ ん に ち は



色鮮やかなバラの花が咲く季節ですね



令和4年 5月号

職員全体研修会を開き、倫理的感性を高めました



4月18日に、毎年行なっている全職員対象の研修会を開催しました。内容は事業計画、基本理念・運営方針・行動指針、法令順守・職業倫理、個人情報及びプライバシー保護についてでした。各事業所からは、今年度の目標、ナーシングホームと訪問看護・介護の連携を更に深めることや、職員のスキルアップなどについて話がありました。当事業所では、在宅事業部門における「理念・行動指針」を掲げており、職員として判断・行動する際の「軸」としてしています。さらに「職業倫理」は専門職として職務上意識すべき原則と行動指針を定めたもので「専門職としての証・モラル」ともいえます。今回の全体研修では、例年以上にそれらの確認に費やし、職員及び専門職としての倫理的感性（臨床現場で倫理的問題が生じていることに気づく能力で、倫理的行動を呼び起こすものこと）を高める機会をつくりました。医療・介護の現場では、守秘義務を意識し、様々な方の思いを踏まえてコミュニケーションを図り、サービスを提供することが求められます。その中で悩み、迷った時、倫理的に正しい判断をするために、「対象者の尊厳及び自己決定の権利を尊重し、ケアを提供する」などの職業倫理を意識することの大切を、研修を通じて再認識しました。これからも関係職種と協働しながらご利用者・ご家族の生活を支え、地域に貢献し「医師会に任せておけば安心」と仰っていただけるよう、専門職としての研鑽も積んでまいります。



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。

健康まめ知識



「五月病」という言葉もあるくらい、5月は新年度の新しい生活や環境の変化に適応しようとした反動で、疲れが出てきやすい時期でもあります。疲れが溜まると、ついつい二度寝をしてしまう時がありますが、二度寝をしていつもより多く寝ても、スッキリ目覚めない…かえって体が疲れている…そのような経験はございませんか？これは、普段の生活リズムを崩すことがホルモンに影響を与え、体内時計が乱れてしまうことが原因とされています。二度寝の主な原因は寝不足なので、休日はいつもとより多く眠りたいところですが、逆効果になる場合もあります。体内時計を維持するためのポイントとして



「休前日は夜更かしをしない」
 「なるべくいつもと同じ時間に起床する」
 「起床時間は、ずれても30分程度に留める」
 が挙げられます。睡眠時間が足りない場合は、仮眠が大切です。仮眠のタイミングは朝食を摂ってのんびりした後や、昼食後に20分程度とるのがおすすめです☆また、体内時計のリズムを保ち、夜もぐっすり眠るためには、仮眠は15時頃までに済ませるのもポイントです☆体内時計を維持しながら疲労を解消できるよう、上手な睡眠法を取り入れ、これから向かえる蒸し暑い時期も元気に過ごしていきましょう♪



編集後記

5月4日に沖縄で梅雨入りとなりました。例年より6日早い梅雨入りだそうです。今年の梅雨入りは各地で早まる可能性があり、関東の梅雨入りは6月7日頃と予想されています。季節の変わり目は体調を崩しやすいので、気を付けてお過ごし下さい。



梅雨と夏を迎える前にスイッチオン！ エアコンの試運転で状態チェックを☆

5月中頃を過ぎ、梅雨から夏の季節を迎えると本格的にエアコンの出番となります。しかし、エアコンの使い始めとなる6~7月は点検・修理依頼が増え、いざという時に使用できない…という事が発生しやすいようです。そのような事態を避け、これから蒸し暑くなる時期を快適に過ごすために「早めの試運転とフィルター清掃」が勧められます。



【試運転・その他チェックポイント】

- ① 最低設定温度（16~18℃）で冷房運転をし、冷風が出てくるか、異常と思われる点滅が出ていないか、などを確認する
- ② 30分程度運転し、室内機から水漏れがないか、屋外の配管から排水されているか、異音・異臭の有無も確認する
- ③ フィルターにホコリが溜まっていれば掃除をし、汚れがひどい場合は中性洗剤で水洗いも行う



ナーシングだより ~ テラスのお花 ~

2階のテラスにはプランターがあり、職員がマメに手入れをしています。暖かくなって綺麗なお花が咲き、職員も仕事の合間にホッと一息つく場にもなっています。また、リハビリの一環でご利用者にお花の水やりをお願いした際には「綺麗だね」と笑顔で仰っていただきました♪



【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。

913-5181 統括管理者 吉井