

こ ん に ち は



雨の日の紫陽花はイキイキとしていますね



令和5年 6月号

地域密着型サービスの役割を担い、地域に向けた活動を進めています

都筑区医師会ナーシングホーム（看護小規模多機能型居宅介護）は開設から7年目となりました。ナーシングホームは、地域の方が可能な限り、住み慣れたご自宅や地域での生活を継続できるように、「訪問看護」「訪問介護」「通い」や「泊まり」を一体的に提供する地域密着型サービスです。地域包括ケアを提供する一員として、地域の皆様の意見・要望をとりいれて運営を行っています。また、地域の訪問診療を実施している医療機関をはじめとして、同法人の訪問看護事業所、訪問介護事業所などと医療介護連携を密に行っています。これまでは新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、イベントがなかなか実施できる状況にありませんでしたが、新型コロナウイルスが感染症法上の5類に分類されたこともあり、本来のサービスに加えて地域住民の皆様のために、利用者様やそのご家族と一緒にイベントを行うなど、地域貢献も行っていきたいと思っています。さっそく、5月27日に「食べる楽しみを継続するために“誤嚥予防を知ろう”～美味しく！安全に！～」と題して、言語聴覚士の大浦と摂食・嚥下障害看護認定看護師の加藤が講師となり、ナーシングホーム内で研修会を開催しました。研修会では、ご利用者のご家族、地域ケアプラザに従事するケアマネジャーの参加があり、飲み込む力に関する知識やトレーニング方法などを実際に体験していただきました。次回は8月に夏祭りや職員の演奏会を開催し、地域の方の参加者も募る予定です。楽しみにしてください。



管理者 石濱千秋



研修当日の様子

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

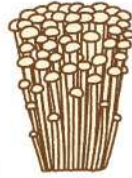
FAX 045-911-6700

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/

健康まめ知識



おつまみや副菜、メイン料理に汁物の具材まで色々な調理方法がある「えのき」。どのような栄養素が含まれているかご存知でしょうか。えのきには、ビタミン B1、B2、ナイアシン、アミノ酸の一種である GABA、食物繊維など、多くの栄養素が含まれています。そして、コレステロールなどの脂質、油分、糖、ナトリウムなどと吸着して身体の外に排出する働きもある事から、これらを摂り過ぎる事で引き起こされる肥満、高脂血症、糖尿病、高血圧などの生活習慣病の予防と改善効果が期待できます。また、ナイアシンはアルコールを分解する働きを持っており、二日酔いの予防やお酒のおつまみにもお勧めです。様々な効果を期待できる優秀な食材「えのき」、豚バラ肉で巻いて照り焼きにしたり、バター醤油で炒めたり、お味噌汁やお吸い物の具材にしたりと色々な調理方法がありますね♪注意点ですが、キノコ類は新鮮でも生で食べてしまうと中毒症状を引き起こす事があるため、加熱が必須です。食べる時は十分に火を通してから食べるようにしましょう！



編集後記



関東甲信は 8 日に梅雨入りし、日によってはジメジメしていますね(*_*) この時期の花といえば紫陽花が思い浮かびますが、英語名で「ハイドラングア」といい「水の器」という意味だそうです。いつも体内に水分をたっぷり蓄えていることが名付けられた理由とのこと。オシャレですね♪道端に咲いた紫陽花の色や種類の違いを感じるのも、梅雨を上手に過ごすコツなのかもしれませんね。☔

☆都筑区在宅医療相談室より☆

活動内容の紹介と相談実績のご報告

当相談室は、区民の皆さまが安心して自宅で療養生活を送れるよう、在宅医療に関する相談窓口を担っています。退院にあたり、在宅診療を引き受けてくれる診療所を探したり、定期的に来てくれる訪問看護につないだりしています。相談は、区民の皆さまからは勿論のこと、病院や診療所、居宅支援事業所、介護保険事業所などの専門職からも受けています。令和 4 年度の相談実績は、病院から 32 件と最も多く、次いでご本人・ご家族から 29 件で、総相談件数は 115 件と平年並でした。相談の内容は、かかりつけ医・往診・訪問診療依頼が一番多く 35%、次に訪問看護の依頼が 21%、入退院 10%で、こちらも平年並でした。昨年からの相談員は 3 人体制で運営しております。地域の専門職の皆様、地域住民の皆様、いつでもお気軽にご利用ください。



☆在宅医療相談室の連絡先はこちらです☆

TEL : 045-910-6582 FAX : 045-910-6506

消防避難訓練を実施しました！

6月6日にナーシングホームで火事を想定した訓練を行いました。全員が屋外に避難した後は、水消火器を使用した消火体験をしました。消防士さんのアドバイスも活かし、防火に努めていきます。



【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 宮島