

こ っ ぽ い ち は



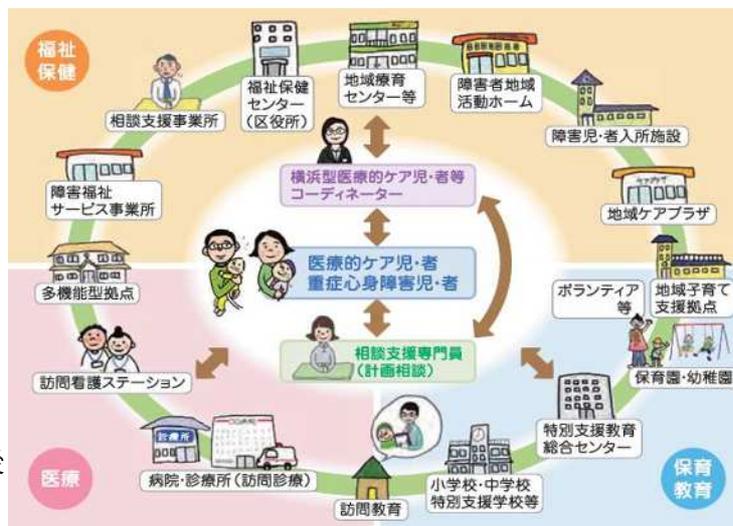
暦の上では秋ですが、残暑が厳しいですね



令和5年 8月号

横浜型医療的ケア児・者等コーディネーター 活動報告

都筑区医師会では、地域で暮らす医療的支援が必要な方（医療的ケア児・者等）とそこが家族が住み慣れた地域で安心して暮らしていけるよう、専門的な研修を受けた「医療的ケア児・者等コーディネーター」を配置し、令和2年4月から活動しています。活動内容は、日常生活における様々な個別相談に対応し、社会資源に繋げる「個別支援」、関係機関へアドバイスをする「後方支援」、地域連携を強化するための「地域支援」を行っています。



コーディネーターの活動イメージ（横浜市のHPより）

昨年度の活動報告：個別相談の件数は総数で179件でした。その内、保育園についての相談が最も多い約30%で、横浜市全体の約16%と比べると多い傾向でした。また、相談対応では、保育園見学の同行、区役所のワーカーや主治医との繋ぎ役になるなどの活動が多かったです。そして、今年度から**コーディネーターを2名に増員しました**ので、支援体制がより充実しました。医療的ケア児・者等とそこが家族はもちろんのこと、地域や関係機関の方もお気軽にお問い合わせください。



日本小児看護学会で医療的ケア児・者等コーディネーターの活動について発表しました

7月16日にパシフィコ横浜で開かれた日本小児看護学会にて、コーディネーターの活動について発表しました。横浜市は行政と医師会が協働してコーディネーター事業を行っていますが、これは全国的にみて画期的なことなので、参加者から沢山のご質問を頂きました。まだまだ足りない事が多いのですが、この経験を訪問看護やコーディネーター業務に役立て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。



【都筑区コーディネーター拠点】 TEL : 045-910-6586 FAX : 045-911-6700



☆☆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



～「オクラ」ネバネバの正体とその効果～

7～8月に旬を迎える鮮やかなグリーンの「オクラ」、この時期は酢の物や和え物、そうめんやざる蕎麦の具材にしたりと、幅広い用途で料理に応用できますね。オクラはネバネバしているのが特徴ですがその正体と働き、効果についてお伝えします。

ネバネバの正体：「ペクチン」という水溶性の食物繊維で重量の15%を占めます。オクラに豊富に含まれているペクチンには、以下の働きと効果があります。

働きと効果：糖やコレステロール、脂質の吸収を抑え、糖尿病やメタボリックシンドローム、動脈硬化や高血圧の予防と改善効果が期待できます。さらに注目すべきは「快腸効果」です。水分を吸って便の水分量を増やし、柔らかくしてカサを増やしてくれます。

オクラを食べて健康に：現代社会では、食物繊維が不足がちなうえ、ストレスや運動不足から毎日お通じがあっても量が少なかったり、便がカチコチで腸の動きが悪かったり…知らず知らずのうちに便秘になっている人が多い傾向にあります。ぜひ、様々な働きを持つ優秀な食材「オクラ」を食べて、健康に過ごしていきましょう♪



ケアネットつづき 医療連携研修会で 理学療法士・神保が講演しました！

第1部：介護、看護、ケアマネジャーの代表者と神保の計4名がそれぞれの職種の立場から「連携」についてミニ講演。

第2部：小林雅子先生（小林クリニック）を座長に迎え、上記4名に薬剤師を加えた計6名でシンポジウム『リハビリ職と連携しよう～QOL（クオリティオブライフ＝生活の質）の向上をめざして～』。

★研修会の中で、ご利用者がどのような状況にあっても身体的、精神的にリハビリを行うことは大切であり、QOLの向上には各職種の専門性を活かした、垣根の無い連携が必要だと話し合われました。

ナーシングだより ～夕涼み会に向けて～

暑い日が続いていますが、今年は各地で夏祭りや花火大会が開催されていますね。ナーシングホームでは、8月19日15時半から開催する夕涼み会に向け準備を進めています。当事業所の看護師と仲間たち4名によるサクソ演奏会と、アクリルたわし釣りなどのイベントも企画しています！利用者様、ご家族、近隣の方々にもお声掛けしています。皆様もどうぞお気軽にお越しください♪



8月8日は立秋、暦の上では「秋」ですね。お手紙を出すとしたら「残暑お見舞い」になりますが、それは名ばかり…厳しい暑さにエアコンがフル稼働しています。調べてみると、今年は既に東京都心の年間猛暑日数を更新したようです。まだまだ暑い日が続きそうですが、引き続き熱中症に注意してこの夏を乗り切りましょう。



各事業所のメールアドレスはこちらです

訪問看護ステーション : kango@tsuzuki-med.org

訪問ヘルパーステーション : helper@tsuzuki-med.org

居宅支援センター : kyotaku1@tsuzuki-med.org

ナーシングホーム : nursinghome@tsuzuki-med.org

☆今月号からアドレスを掲載します☆



【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