

ピン・ピン・ころりん



部門紹介

東濃デイサービスセンター 元町



平成26年12月1日発行



責任者 中嶋 恵吏



東濃デイサービスセンター元町の管理責任者をさせて頂いている中嶋恵吏と申します。

東濃デイサービスセンター元町は、12月で、はじめてから丸6年が経ちます。元町デイの地盤である、民家でのデイサービスからはじまり、早10年目です。この10年間、様々なお客様と出会わせて頂きました。今、思い返しても、とても温かい思い出ばかりです。

中には、看取られた後も、デイに会いにきてくださるご家族様もおみえになり、とても嬉しい気持ちになります。

今年の8月には、ナーシングデイをご利用して頂いていたお客様方が大勢、元町デイに移って下さいました。当初は、知らないところに通う不安があった方も、来て頂き安心してご利用をして頂くことが出来ています。

中でも、今までごはんをなかなか召し上がることが出来なかった方が、声掛けや、食事介助の仕方で、しっかり召し上がって頂けるようになり、ご家族様にも喜んでいただけたことは、私共にとっても大変嬉しい出来事でした。

ご家族様の不安や、負担を少しでも減らすことが、お客様の願いでもある「住みなれた我が家ですと過ごしたい」という思いにつながるのだと思います。その為にも、送迎の際にご家族様とのコミュニケーションをしっかりと、今、ご家族様がどのようなことを不安に思ってみえ、負担と感じていらっしゃるのかを把握し、適切なアドバイスをさせて頂くことが努めと思っております。

私共は、介護・看護のプロとして、お客様やご家族様に安心をお届けできるよう、日々精進して参ります。今後も東濃デイサービスセンター元町をよろしくお願い致します。





ホムドクスクエア インフルエンザ



土岐内科クリニック
橋本院長

今年もいよいよ12月になり、本格的に冬将軍が訪れ寒くなってきました。毎年この時期になると気になるのがインフルエンザです。今年もすでに一部で流行し、学級閉鎖にあった所もあります。インフルエンザは、知っているようで間違った知識を持っている人が多い病気です。今回は、インフルエンザに関して勉強しましょう。

Q1: インフルエンザと普通の風邪はどう違うのですか？

A: 風邪は様々なウイルスによって起こりますが、のどの痛み・鼻汁・くしゃみや咳等の症状が中心です。

インフルエンザは、インフルエンザウイルスに感染することによって発症し、38℃以上の発熱・頭痛・関節痛・筋肉痛等全身の症状が突然現れます。子供ではまれに急性脳症を、高齢者や免疫力の低下している方では肺炎を伴う等重症になることがあります。

Q2: インフルエンザはいつ流行するのですか？

A: 日本では、例年12月～3月頃に流行します。

Q3: インフルエンザにかからないためにはどうすればよいですか？

A: インフルエンザを予防する有効な方法としては、以下が挙げられます。

①ワクチン接種②飛沫感染対策としての咳エチケット③外出後の手洗い等

④適度な湿度の保持⑤十分な休養とバランスのとれた栄養摂取⑥人混みや繁華街への外出を控える

Q4: インフルエンザにかかったらどうすればよいのですか？

A: 安静にして休養をとり睡眠を十分にとることが大切です。水分、お茶でもスープでも十分にとりましょう。咳やくしゃみ等の症状のある時は、周りの方へうつさないために、マスクを着用しましょう。人混みや繁華街への外出を控え、無理をして学校や職場等に行かないようにしましょう。小児、未成年者では、インフルエンザにより、急に走り出す・部屋から飛び出そうとする・ウロウロと歩き回る等の異常行動を起こすおそれがあるので、自宅療養の場合、発症から2日間、小児・未成年者が一人にならないよう配慮しましょう。

Q5: インフルエンザにかかったら、どのくらいの期間外出を控えればよいのでしょうか？

A: 一般的に、インフルエンザ発症前日から発症後3～7日間は鼻やのどからウイルスを排出するといわれています。そのためにウイルスを排出している間は、外出を控える必要があります。排出されるウイルス量は解熱とともに減少しますが、解熱後もウイルスを排出するといわれています。参考までに、現在、学校保健安全法では「発症した後5日を経過し、かつ、解熱した後2日(幼児にあっては、3日)を経過するまで」をインフルエンザによる出席停止期間としています。

インフルエンザは、かからないようにする事と拡がらないようにする事が大事です。毎日の生活から気をつけて下さい。

なぜインフルエンザは、ココが違う！		
	かぜ(普通感冒)	インフルエンザ
発症時期	1年を通じ散発的	冬季に流行
主な症状	上気道症状	全身症状
症状の進行	緩徐	急激
発熱	通常は発熱(37～38℃)	高熱(38℃以上)
主症状(発熱以外)	●くしゃみ ●喉の痛み ●鼻水、鼻づまり など	●咳 ●喉の痛み ●鼻水 ●全身倦怠感、食欲不振 ●関節痛、筋肉痛、頭痛 など
原因ウイルス	ライノウイルス、コロナウイルス、アデノウイルスなど	インフルエンザウイルス

今月のホムドクの一言
—今年こそ インフルエンザ 負けません—

健康サポートクラブを開催しました。

11月15日、土岐市防災センターにて健康サポートクラブを開催いたしました。講師は東濃訪問看護ステーションの理学療法士 宇野と訪問看護師 中嶋が務めました。今回のテーマは「ワンポイント介護術～介護者の腰痛予防～」ということで簡単なおむつ交換の手順や寝返り・着替えの際の介助方法を実演しながら説明させていただきました。現在ご家族の介護をされている方も、今は介護をしていない方も、ポイントを覚えておくことで介護が大変楽になります。将来もし家族に介護が必要になった時に備えて今から勉強しておくのも大切だと感じました。



お客様の声 加藤 輝利 様

東濃デイサービスセンター松坂を利用し始めてから3年が経ちます。最初に来始めたときは車椅子を使っていたんですが、今は家のなかでは杖を使わなくても歩けるほど回復しました。毎週二回りハビリを頑張っている成果だと思います。気持ちを前向きに持って、よくなりたいたいと思い取り組んできたからこそここまでよかったんだと思います。これからはリハビリを頑張っていきたいです。スタッフのみんなも優しくいい人ばかりで、デイに通うのが楽しいです。



これからも元気に利用させていただきます。

一般職研修を行いました。

11月18日、土岐市防災センターにて一般職研修を行いました。今回は挨拶・言葉遣い・お辞儀や歩き方などの動作等基本的なマナーについて学びました。挨拶・言葉遣いなどは普段の生活のなかでも大切ですが、仕事のなかで、お客様と接するときには大変重要になってきます。自分自身の何気ない言葉や態度で相手を快にも不快にもさせてしまいます。今回学んだことをしっかり身につけ、お客様に気持ち良く過ごして頂きたいと感じました。



高浜市にて講演を行いました。

11月16日、高浜市にて長谷川医師が「認知症に備えてみませんか」という講演を行いました。近年認知症に注目が集まるとともに、認知症の患者さんが徘徊していて線路に入ってしまったり、高速道路を逆走したりといったニュースをよく耳にします。認知症は身近な病気で誰しも発症する可能性があります。家族や自分自身が認知症になって困る前に、医療のことや介護のことについて進んで勉強をしたり家族で話し合いの場を持ったりして認知症に備えてみたいと感じました。



イチョウ葉エキスを体験してみませんか。

この度、イチョウ葉エキスの新しいパンフレットが完成しました。すでにクリニックにてポスターをご覧になった方やパンフレットを手になされている方もみえるかと思えます。イチョウ葉エキスは単なる健康食品とは違い、海外では薬として医者が処方しているものです。血液の循環を活性化するため、認知症予防に効果があるとされています。現在認知症の薬を服用されている方はそれと併用して、また現在お元気な方でも認知症の予防としての服用をお勧めします。興味を持たれた方は是非一度試して実感してみてください。

イチョウ葉エキス GBE-24Dr

医療法人ブレイングループは、「ずっと我が家で暮らしたい」を応援しています。人が介護を必要とする理由、それは、動脈硬化による麻痺と認知症といわれます。イチョウ葉エキスは血液の流れをスムーズにし、動脈硬化を予防します。活性酸素を減少させ、癌やアルツハイマーを予防します。イチョウ葉エキスは、私たちが自信を持ってお勧めしている健康補助食品です。



ご注文・お問い合わせ先

TEL 0572-54-0201 FAX 0572-54-0378

〒509-5112

岐阜県土岐市肥田浅野笠神町2-11-1

医療法人ブレイングループ

株式会社ザイタック 担当 管理部

ご注文確認後、1週間程度でお届けします。

送料無料 ※90粒(約1ヶ月分) 6,480円

代金引換にてお支払いください。

土岐内科クリニック内でも販売しています。



講演・勉強会のご案内

担当者	対象者	日時	場所	内容
理事長 医学博士 長谷川 嘉哉	関係者	12月12日(金)	名古屋市	「生き生きしたシニアライフを過ごすために」
理事長 医学博士 長谷川 嘉哉	関係者	1月31日(土)	七尾市	ケアマネ研修会



<http://brain-gr.com>

土岐内科クリニック

岐阜県土岐市肥田浅野笠神町2-12

TEL 受付・外来ハビリ 0572-53-0656

FAX 受付・外来ハビリ 0572-53-0658

株式会社ザイタック

岐阜県土岐市肥田浅野笠神町2-11-1

TEL 0572-54-0201

FAX 0572-54-0378

診察時間のご案内

	月	火	水	木	金	土
9:00 ~ 12:00	●	●	●	●	●	●
13:00 ~ 16:00	訪問診療					
16:30 ~ 18:30	●	●	●	●	●	△

交通のご案内



株式会社ザイタック
東濃デイ脳リハビリセン
ター
東濃介護支援センター
土岐内科クリニック

東濃訪問看護ステーション
(看護部門・リハビリ部門)

☎ 0572-54-0355

東濃介護支援センター

☎ 0572-54-1171

東濃デイ脳リハビリセンター

☎ 0572-53-1101

東濃デイサービスセンター東館・西館

☎ 0572-54-1103

東濃デイサービスセンター松坂

☎ 0572-20-1199

東濃デイリハビリセンター

☎ 0572-54-1196

東濃デイサービスセンター元町

☎ 0572-53-1010

東濃デイサービスセンター滝呂

☎ 0572-43-6696