

ピン・ピン・こうりん



部門紹介

東濃ディサービスセンター 元町



平成26年12月1日発行



責任者 中嶋 恵吏



東濃ディ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。

東濃ディサービスセンター元町は、12月で、はじまってから丸6年が経ちます。元町ディの地盤である、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、元町ディに移ってくださいました。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事が出来なかつた方が、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ずっと過ごしたい」という思いにつながることだと思います。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り、今、ご家族様がどのようなことを不安に思ってみえ、負担を感じ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。今後も東濃ディサービスセンター元町をよろしくお願ひ致します。



中尾

森



加藤

中嶋

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°C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る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。

かぜとインフルエンザは、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	通常は微熱(37～38°C)	高熱(38°C以上)
主症状(発熱以外)	●くしゃみ ●喉の痛み ●鼻水、鼻つまりなど	●咳 ●喉の痛みで痰水 ●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ましたが、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。毎週二回リ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、よくなりたいと思い取り組んできたからここまでよくなったんだと思います。これからも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ていい人ばかりで、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と身につけ、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。



