

Pick Up!

和田佳奈子 看護師
あさがお に来て
はや一年が経ちます…



明るい！元気！仕事はテキパキ！
はるばる牛久から来ている頼れる
ベテランナースです。
食べることには目がありません！
時にはキャンピングカーでキャンプへ行き、旅行す
ることが好きというアウトドアな一面もあります。
いつも笑顔で前向きなラッキーカラー黄色をこよなく
愛する和田ナース、いるだけで周りも元気になる
存在です♪

訪問看護のあれこれ④

Q.訪問看護は何処にでも来てくれるの？

A. 訪問看護を利用できるのは、ご自宅にいらっしゃる方はもちろんのこと、施設に入所している方でも利用できる場合があります。

利用出来る施設は、自立型ケアハウスや住宅型有料老人ホーム、サービス付高齢者向け住宅などです。ただし特定施設の指定を受けている施設（施設名に「介護型」「介護付き」などがつく施設）やグループホーム、特別養護老人ホームなどでも、医療保険の訪問など、心身の状態によってサービスを提供することができます。

このように施設入居されている方でも急な体調悪化やご病気の状況により、訪問できる場合があります。お困りの際は、まずはご相談頂ければ幸いです。

それ、聞いてみました

Q リフレッシュ、してますか？

どんな仕事も大変ですが、医療や介護にかかわる職種は緊張や責任、体力の消耗などストレスは大きいですね。適度なストレスは成長や向上心を生むそうですが、どうしても疲れがたまりがちになってしまいませんか？
スタッフそれぞれのストレス解消法を聞いてみました！

- ・ぐっすり眠る・定期的に運動する
 - ・健康センターに行く・音楽鑑賞
 - ・子どもを抱きしめる・友人とランチ
 - ・アロマ浴・歌をうたう 等
- どれもストレス解消には理にかなって良いようです。その他の方法も調べてみたら、思いっきり泣く、嫌なことを紙に書き破る、ガムなどを噛む、掃除をする、ぼーっとするなどがお勧めみたいですね。
筆者個人としてお勧めなのは短時間の瞑想。数分であっても、寝てしまってもいいので自分の呼吸だけを感じて何も考えないようにする（意外と考えてしまうんです）、頭がすっきりしますよ♪
また、お酒は適正量を守りましょう！
参考 seseragi-mentalclinic.com
番外編—やってみようこと
・ヨガ、ピラティス・長期滞在の旅
・本格的なキャンプ・学会へ行く
・浴衣で仕事！ 等
浴衣で仕事なんて実現したら…
ふふっ 季節を感じていいですね！



スタッフ募集中

看護師、理学療法士、作業療法士、ケアマネなど、随時募集しております。詳細については直接お問い合わせください。



あさがお日和

つるを絡ませて伸びていく『あさがお』

固い絆 愛情の絆 そして友情

地域に暮らす皆さまと手を取り合い、

一緒に困りごとを解決していく。

そんな存在でいたいと私たちは思っています。



早春

第5号
2018年2月発行
発行者
あさがお訪問看護ステーション
所在地 柏市高田 601-1-102
Tel 04-7186-7010
Fax 04-7186-7011
<http://www.kuwano-clinic.com/houmonkaigo>

今月のトピックス

- 看多機「あさがお」完成
内覧会のお知らせ
- 看多機プチ講座その3
- スタッフ紹介♪

それ、聞いてみました！
訪問看護のあれこれ④

関東でも、気温が零下を下回る厳しい寒さと4年ぶりの大雪に見舞われました。
長い冬に疲れも出ているこの頃ですが、節分を過ぎ暦の上では立春です。少しずつ日差しが明るく感じられ日がのびていることを感じます。
植物が芽生えるように私達も伸びをして大きく深呼吸！さあ今日も出発！

看護小規模多機能型居宅介護施設
「あさがお」 2018年4月1日開設



多くの方々のご支援のおかげで、看多機「あさがお」を開設する準備が整いました。



内覧会 3月22日(木)～3月24日(土)
開所式 4月1日(日)

内覧会は11:00～16:00の間で、建物内をご覧いただけます。
毎日下記時間で、看多機の説明をいたします。

看多機説明会 11:30～12:15

22日(木)

23日(金) ※ ケアマネさん向けの内容です

24日(土)

内覧会の詳細は
あさがお訪問看護ステーション
☎ 04-7186-7010 へ
お問い合わせください!
(月曜～金曜 10:00-17:00)

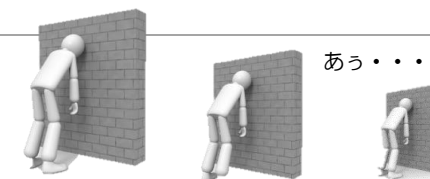
古民家風の落ち着いた

「家」をイメージした造りでありながら、
設備は充実したものとなっています。
自宅の延長線上にあるような雰囲気の中で、
ご本人もご家族も安心して過ごせるような
看多機「あさがお」を目指していきます。
どなたでもご自由にご覧いただけますので、
ご興味のある方は ぜひお越しください!



≪ 看多機プチ講座 その3 ≫

「看多機が抱える3つの障壁」



医療ニーズが高くても、介護度が高くても、なんでもできて便利に思える看多機ですが
看多機を利用するにはいくつかの壁があると感じています。

壁その1 何ができるの?

「訪問・通い・泊まり、ができるのはわかるけど、イメージがつかない」「他のサービスと何が違うの?」

| 看多機の通い | 看多機の泊まり | 看多機の訪問 |
|--|--|--|
| <ul style="list-style-type: none"> 通う目的はひとりひとりの希望で決めていただけます。「ごはんだけ」「お風呂だけ」の短時間、ご家族が帰宅する迄の長時間にも対応できます。 医療的なケアがあっても大丈夫です。医師と連携し、介護職ともに対応します。 | <ul style="list-style-type: none"> 基本はご自宅での生活ですが、必要があればその日、その時、急な泊まりにも対応できます。 医療的なケアがあっても大丈夫です。医師と連携し、介護職ともに対応します。 | <ul style="list-style-type: none"> 必要な時に、必要な時間、受けられます。訪問内容も個別に対応します。 必要に応じて、看護師または介護士が訪問します。 緊急訪問にも対応します。 |
| 【 看多機で対応できる医療ケア 】 詳細はお問い合わせください | | |
| 胃ろう | 人工肛門 | 膀胱留置カテーテル |
| インスリン注射 | 在宅酸素 | 人工呼吸器 |
| 吸引 | 中心静脈栄養管理 | 床ずれ |
| 末期がん | ケア | ケア |

壁その2 他のサービスと一緒に使えないの?

壁その3 ケアマネさんは必ず代わらないといけないの?

看多機サービスをご利用の場合、他のサービスを受けることができません。
ケアマネジャーも看多機のケアマネジャーが担当となります。
自分をよくわかってくれる人が代わってしまう・・・これは私たちが想像しても、とてもとても残念なことです。
でも看多機の利用で元気になって地域のケアマネさんに戻ったり、心身の状態に合わせて、看多機と地域を行ったり来たりしながら利用することもあります。また、次のような方法を活用することもできます。



短期間の限定利用 保険適応で可能です(短期利用居宅介護)

7～14日間の短期間の看多機利用が可能で、その後は地域のケアマネさんに戻る方法です。
緊急避難的な利用に向いています。短期間の利用中は、地域のケアマネさんのケアプランに沿って
看多機のケアマネがケアプランを作成します。

自費で看多機の宿泊サービスをご利用いただけます(登録の空きによります)

入院はいやだ・・・施設は急なショートスティが予約できない・・・そんな時、
「看護・介護付のホテルに宿泊する感覚」で、もしくは「登録検討中の方のお試し」で、
看多機を自費利用されるのもひとつの方法だと思います。介護認定のない方もご利用できます。
自費は介護保険10割を日割りした金額で設定です。1泊 1万円～1万5千円くらいが目安です。