

ももたろ便り

秋 特別号
Oct. 2017



秋もすっかり深まってきました。街路樹はすっかり色づき紅葉が鮮やかですね。皆様いかがお過ごしでしょうか。秋は読書やスポーツ、それに食べる物もおいしい季節です。

今回は『ももたろ便り 秋 特別号』と称していつもより多くの記事を紹介していますのでゆっくりご覧ください。

また、早いもので今年の『ももたろ便り』は今回で最後となります。秋号が出回るころには年末・年始に向けて忙しくしていることでしょう。

皆さんも風邪などひかず、体調管理をしっかりとおこないましょう。尚、新年号は2018年1月に発行しますのでお楽しみに！



職員紹介



【看護師】

たまき しょうこ
玉木 聖子

自宅で過ごす方々が安心して生活できるようにお手伝いさせていただきます。よろしくお願いいたします。

生まれも育ちも岡山です。クリニックでの勤務は今回が初めてです。訪問看護や自宅での舅・姑の介護などの経験を生かして頑張りますのでよろしくお願いいたします。



【看護師】

とよしま なおみ
豊嶋 直美

第5回 岡山市訪問診療スキルアップ研修



9月末に標記の研修で在宅医療に取り組んでいる医療機関として当院が発表の機会を得ました。テーマは『私の行っている医療～診療所のスタッフは何をしているのか?～』です。今回は診療に携わっている看護師からの立場で当院の連携部門と訪問部門それぞれの役割を紹介しました。また、他医院や訪問歯科の発表もあり大変参考になりました。



全国在宅医療テスト 受験！

10月最初の日曜日に『全国在宅医療テスト』を受験しました。これは愛媛県にある医療法人ゆうの森が主催しておこなうテストで在宅医療に携わる職種の方が対象です。今年は約2000名の方が受験予定だそうです。当院は毎年全職員が受験しています。在宅医療の制度は大変複雑ですが、患者さんに質の高い在宅療養を提供するために制度の知識や理解を深めることはスタッフにとって大変重要なことだと考えています。



『寒暖差アレルギー』

水分補給に熱中症対策と体調に気を遣うことが多い夏。そんな夏が過ぎ気温も下がって過ごしやすくなる秋は体調管理への意識が緩みがちです。秋口に体調を壊しやすい理由は様々ありますが、1番大きな理由として考えられているのが「急激な気温の変化」です。『寒暖差アレルギー』とは急激な気温差が原因でくしゃみや鼻水などアレルギーのような症状が出ることです。アレルギーというと原因物質があるように思えますが寒暖差アレルギーの場合は気温差に体が対応できず自律神経のバランスが乱れることが原因です。自律神経が乱れると鼻の毛細血管の収縮・拡張に異常が起きるためくしゃみや鼻水などの症状が現れる場合もあります。花粉症と違って目の炎症は現れず鼻水も透明なのが特徴です。

- ① 身に着けるもので温度差を調節しましょう。重ね着をしてこまめに着脱することで対応したりマフラーやストールなどを活用しましょう。
- ② マスクを着用して、冷たい外気を吸い込まないようにすると寒暖差アレルギーが起こりにくくなります。

対策はとにかく
気温差を小さく
すること！



ナースももこ

今月の匠

当院から診療に伺っている荻野さん（74歳）の絵手紙です。

たくさんの作品を描いておられますが、ほとんどが大好きな花をモチーフにしたものです。これは庭に咲いた『ペチュニア』です。絵に託して気持ちを伝える言葉も心に響きますね。



お知らせ

インフルエンザ 予防接種のご案内

時期：10月下旬から予防接種をおこないます。

ご希望の方は訪問時に申しつけください。

対象者：当院患者さんと介護されているご家族。

自己負担額：65歳以上（一般）2,050円

（助成券）1,020円

（無料券）0円

65歳未満 3,500円

※何かご不明な点がございましたらお問い合わせください



年末年始 お休みのご案内

平成29年12月30日（土）～平成30年1月3日（水）

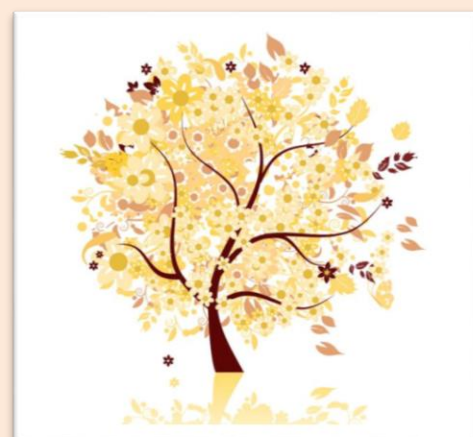
年末年始にかけて、上記期間はお休み体制に入ります。緊急

時や何かご心配なことなどありましたらお休み中でも患者

さん専用ダイヤルへご連絡ください。また、年末年始の休み

前後で曜日変更等のスケジュールの調整をお願いすること

があります。ご了承のほど、何卒よろしくお願いいたします。



支える医療へ



医療法人ザイタック ももたろう往診クリニック

〒：700-0924 岡山市北区大元 1-1-29

TEL：086-242-3232

FAX：086-242-3233

MAIL：info@momotaroclinic.jp

URL：www.momotaroclinic.jp

FB：https://www.facebook.com/momotaro.homehealthcare/