

まいる互版

【日野病院組合*在宅介護支援事業所】

謹賀 新年



<連絡先>

☆訪問看護ステーション

0859-72-2706

☆居宅介護支援事業所

0859-72-2723

本年もたくさんさんのすまいる
お届けします♪
お届けします♪
びじぞよろしくお願ひします
スタッフ一同

新年、おめでとうございます。寒さも一段と厳しくなりましたが、皆様いかがお過ごしでしょうか。

2020年といえば、オリンピックイヤー。今年は、楽しく盛り上がる一年になることでしょう。「選手ファースト」の精神が盛んに取り上げられる中、日野病院組合 在宅介護支援事業所でも「利用者様ファースト」の実現を目指し、皆様の生活を支え、安心して生活をしていただくために、職員一同努力して参りますので、今年もよろしくお願ひいたします。

～訪問看護を学んで～

今年度で5回目となります、鳥取大学医学部付属病院医療スタッフセンターの在宅医療推進のための看護師育成プログラムから、佐々井あゆみさんが訪問看護実習に来られました。五日間の実習を終えての感想を聞かせてもらいました。



日南病院 看護師 佐々井あゆみ

看護師三年目で、病棟勤務をしています。入院生活中とは違う、利用者様とご家族様のたくさんの笑顔に出会い、自宅で生活するという事の大切さを改めて感じた実習でした。

この実習で学んだ多くのこと、気持ちに寄り添う看護を今後の退院支援に活かしていきたいと思ひます。本当にありがとうございました。

冬といえば…、もち



お正月を迎え、お餅を食べる機会が増えることと思ひます。おうちへ訪問させていただいても、「今日の朝ごはんは雑煮だった」というお話をよくお聞きます。そこで、今回はお餅と雑煮の関係についてお話ししようと思ひます。

一般的に、窒息を起こしやすい食品として、「餅」がよく取り上げられます。しかも、雑煮に入っている柔らかくとろとろとした餅で多く窒息がみられます。柔らかいのになぜ？と思われたことはないでしょうか？

餅は温度が高いほど柔らかくくっつきにくいという特徴があります。口に入れるときは、50～60℃で柔らかく伸びやすく比較的はりつきにくい状態ですが、口の中で徐々に40℃程度まで下がり、硬くなってはりつきやすくなっていきます。飲み込み時間に時間がかかればかかるほどさらに温度が下がって硬くはりつきやすくなっていき、窒息の危険が急激に高まります。

食べやすい大きさに小さく切って、ゆっくりしっかり噛んで食べるようにしましょう。食べる前に水分で口の中を湿らせておくのもいいですね。姿勢も大事です。必ずしっかり体を起こして（椅子に座るなどして）食べるようにしましょう。高齢者向けの硬くなりにくい餅も開発されています。通販などで購入することができます。

訪問言語聴覚士 影山 通香

【編集後記】

寒さが厳しくなり、体へも負担がかかる季節となり、血圧が上がった、り、体が硬くなった、たり、喉も乾かず、水分も欲しくなく、いなり、乾かす、水も欲しくなく、脱水になりやすくなり、乾燥、暖房、こたつなど、お茶やイオンの飲料などをこまめに飲んで、体調変化には気をつけたい。

【頭の体操】

公魚



この時期にとれる旬の魚です。皆さん、この漢字読めますか？

あやみ