

## 如月たより

2月も中盤、まだまだ寒い日が続いているかと思ったら、少し暖かい日差しがある日も・・・  
そうなるとこの時期気になるのは、花粉症の対策と  
感じる人も多いのではないのでしょうか。玲生会でも  
毎年花粉症と戦っているスタッフがいます。  
ズルズル、クシュクシュ気の毒でなりません。

そんな花粉症の季節、乗り切るにあたり強い味  
方！【アロマ】です。アロマが花粉症に効果があるこ  
とは皆さんご存知でしょうか？ユーカリ・ペパーミン  
ト・ラバンダー・フランキンセンス・ティーツリーなど

ユーカリでは殺菌作用や抗ウイルス作用もあり予防  
にもつながります。また集中力が上がるなんて効果  
もあるようです。花粉症にかかると集中力や作業効  
率も落ちてしまい、気持ちもなえてしまいますね。  
予防や対策をし、ご自分に合った方法で快適な春を  
迎えたいですね。アロマの香りのことについては、  
Florence の看護師 高橋さんの専門分野です！  
気になる方は是非お声掛けください！

## 勉強会の様子

院長任先生からは【在宅での心不全管理について】お話がありました。また2月は【糖尿病関連機器について】【パーキンソン病の治療薬について】も勉強会があり学び沢山の月でした。知識やスキルアップはもちろん、色々な方の意見も聞けるので貴重な機会で、刺激を受けます。これを活かしてまた頑張ろうと思える凝集した月になりました。



## 訪問看護ステーション

# フローレンスプレス

令和2年2月 第15刊



## 自分の身体の事ご存知ですか？の巻

理学療法士チームより、今すぐできる簡身体力チェックのご案内です！裏面に掲載しています。自分の体力がどうか、知っているようで知らない興味深い内容です。ちなみに、13点満点の11点の私。背中中で手を繋げません。これ以上、体力が落ちないように・・・頑張ります（笑）  
皆さまもぜひ！無理のない範囲で、実施してみてください！

## ナースチーム

## モーニングカンファレンスの一コマ



真面目モードもあれば



よく笑いもします



## お知らせとお願い

冬の感染症が流行っています。

スタッフそれぞれが感染予防対策に努めてはおりますが、スタッフ自身に体調不良等の症状が出現した場合、感染の媒介者とならないように、訪問の調整をさせていただく場合がございます。ご理解とご協力の程、宜しくお願い致します。

