

葉月たより

厳しい暑さが続いています。皆さまいかがお過ごしでしょうか？熱中症についてはあちらこちらで注意喚起されています。家に居ても熱中症にかかります。高齢者では室内の発症率40%とも言われるほど危険です。

【感じなくても】室温管理や補水を！

【続けたくても】作業を切り上げ休憩する

など早め早めの対応が大事です。適度な休息・栄養バランスの良い食事と体力づくりを心がけ夏を乗り切りましょう！

ちなみに夏のイメージ【蚊】

蚊の活動期間ご存知でしょうか？

最低気温が10度以上になる時期

が蚊の活動時期と言われています。

名古屋は、まだまだ蚊の時期が続きます。

昔蚊に刺され爪で×を描いています。

実は今も×をこっそり描いています。

痒みが一瞬まぎれますが、これって本当に

いいのでしょうか？

本当は皮膚を傷つけることになるのでそれ

こそ×です。そして掻きむしりは要注意！

細菌が入り「とびひ（伝染性膿痂疹）」に

なることがあります、菌が付いた手を介して他

人に移してしまうので注意が必要です！

刺されたら汗を拭きとり保冷材などで冷や

す、メントール成分の市販薬も対応として

お勧めです。

ひどい時にはご相談ください！

活動紹介

（植田コミュニティセンター）

7月23日植田学区コミュニティセンターで体操教室が開催されました。植田学区ではコミュニティの場としてとても活気づいている印象でした。今回開催した内容は

【今から出来る！知って得する体操方法】の内容で実践評価をしながらお話しさせていただきました。

皆さん、立位体前屈が運動前より柔らかくなって、

笑いあり涙なし、楽しみながら実践していただけた

のではないのでしょうか。にん内科外来では毎月1回

理学療法士による【サロンマツチョ】（第3水曜14

時〜無料）で、より個別的な内容をお届けしていま

す！事前登録不要、どなたでもご参加いただけます。



御礼



先日、暴風大雨警報が発令された台風10号の影響を受け、スタッフの訪問の安全を考慮し、在宅療養中の皆さまには訪問日時の調整をお願いさせていただきました。

快諾してくださった皆様には急なお願いでご迷惑をおかけし申し訳ありませんでした。また変更等にご理解いただき

まして大変感謝しております。ありがとうございました。

今後も臨時訪問や自然災害、スタッフの調整等でご変更調整

等お願いすることがあるかと思いますが、ご理解とご協力

の程、宜しくお願い致します。

★おしらせ★ 推定1日食塩摂取量の検査

生活習慣病では日常生活の食事療法が基本です。健康管理上、食塩摂取管理は非常に重要となりますが、日本では塩分の摂取が多いと言われています。8月20日から

にん内科では推定1日食塩摂取量の検査を実施してい

ます。随時尿もしくは起床後2回目尿を3ml以上あれば検査

可能です。保険適応外のため実費500円です。医師の指示

での検査になります。詳しくはスタッフにお尋ねください！

訪問看護紹介（全身管理はお任せください！の巻）

私たち訪問看護師、行うことは多岐にわたりますが、

今日は循環器疾患の管理についてお話しします！

在宅リーダーである任先生は循環器内科のスペシャリスト！

そういう意味でも任先生のご指導を受けながら、循環器内科の経

験・未経験どちらのスタッフもフローレンスで学びを深め、知識

技術を磨けます。ありがたい環境です！

何といっても全身の細かなバランス管理・医療処置の多さ・急変

等の症状対応・基本的かつ多岐にわたる視野が広げられるのは、

循環器疾患を理解し管理する特徴の一つと言えます。それを出来

るのはフローレンスの強みです。在宅では日時を決めて訪問しま

す。その間の全身管理がしっかりできることは重要で、その為の

指導を行います。訪問看護師の役割は、対応が後手にならないよ

うに訪問時の全身状態と日々の経過を評価し、異常症状の早期発

見と対応につなげる！ 正確な判断と異常兆候を見逃さず、迅速

に医師につなげる！ そして心の温かさも忘れず日々管理対応

しています！

