さいわい



No.69

発行者 武田貴子 深井純子 吉田唯之 齊藤淳子

> この春より就任しまし した各職員を 在宅事業部統括所長 こ紹介します。





ステーション

なり、この度の就任となりました。なり、この度の就任となりました。今後とも前任者同様ご指導ご鞭撻の程、よろの後とも前任者同様で指導ご鞭撻のおして地切の先生方をはじめ、ケアマネジャー、サービス事業所の皆様、利用者様には大変お世話になりましてありがとうございました。今後になりましてありがとうございました。今後とも前任者同様ご指導ご鞭撻の程、よろの後とも前任者同様ご指導ご鞭撻の程、よろの後とも前任者同様ご指導ご鞭撻の程、よろう後とも前任者同様ご指導ご鞭撻の程、よろう後とも前任者同様ご指導ご鞭撻の程、よろう後とも前任者同様ご指導ご鞭撻の程、よろう後とも前任者同様ご指導ご鞭撻の程、よろう後とも前任者同様ご指導ご鞭撻の程、よろう後とも前任者同様ご指導ご鞭撻の程、よろう後とも前任者同様ご指導ご鞭撻の程、よろしくお願い致します。 長が全国訪問看護事業協会へ出向することに所長に就任いたしました。前任の清崎統括所平成二十八年四月一日より在宅事業部統括

所長

四月から、さいわいヘルパーステーショ四月から、さいわいヘルパーステーショ 四月から、さいわいヘルパーステーショ いたします。



QRコードからも アクセスできます

石心会在宅事業部

タッフー丸となり頑張りますので、どう高い看護を提供させて頂けるよう、ス職責の重さを自覚し、今後も皆様に質の所長業務は初めてのことばかりで、その護師として皆様に育てていただきました。

当ステーションに入職して十五年訪問ンの所長に就任しました滝口洋子です。四月から、さいわい訪問看護ステーシ

洋子です。



http://www.sekishinkai.or.jp/saiwai-zaitaku.html

のですの家族 家族を在宅 ています。

多くのな

が介

が以下のアンガ護者が種がした。

ンタい

のうス事 ケの

トは

ても大

結し

果からう

介

とは、

その名の通り、

(以下「介護者」

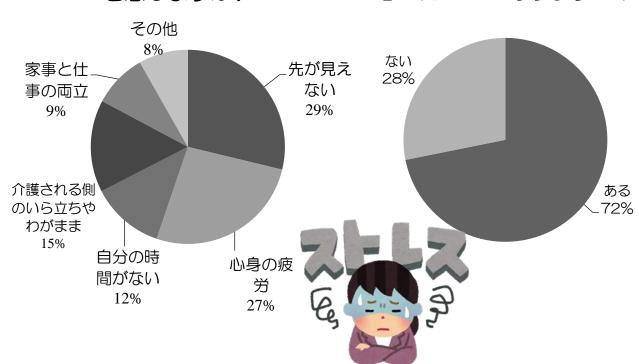
うつ状態に陥ることが悩みや不安による

う結果が報告され 今回はその現状や対処法についてお伝え致します。 決して他人ごとではない ています。 ており 年々増加傾向にあると言われが「介護うつ」になるとい省の調査では、自宅で介護 「介護うつ」。



どんなことにストレス を感じますか?

介護にストレスを Q1. 感じたことがありますか?



こんな症状が出たら要注意!



①不眠や過眠などの睡眠障害

②物事に意欲や興味が持てない

③気分の落ち込みが続く

④食欲などの低下

⑤自分を責める

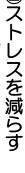
⑥死や自殺について考える

予防法





①自分が感じているストレスに気づく 「自分は、 自覚していくところから始めましょう。 ストレスを受けているのだ」と



取りましょう。色々なサービスを利用して、 専門家に頼るなど、 休養を 時的でも

頑張らない介護が大事です。

③相談をする

愚痴や日頃の苦労話を誰かに伝える事が一番です。









介護うつの 治療法

①休養

先の見えない事」です 介護に関するストレスで最も大きいのは

リフレッシュしましょう。完全に解放される時間を確保しサービスの利用をして、短時間 短時間でも介護から 休養を取り、

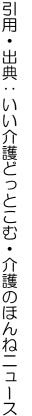
②専門医への受診



うつの治療には などが有りますの 「認知行動療法」「 ましょう。 薬物療法」 カウンセリング 専門の医師に

介護うつの 相談窓口

- 幸区保健福祉センター 044 (556) 6666
- 各地区地域包括支援センター こころとからだの健康 044(246)6742



川崎市ホームページ・高齢者福祉のしおり 認知症オンライン・厚生労働省ホームページ



看護師

星野

さいわい訪問看護ステーション 事務 本間有由実

えを 識なせ問務有事さる 増亀 がりて看職由務い皆 ~ どうぞ宜しくお願いいるよう努めていきたいと唱やしスムーズな事務処をはありますが しいを知 まま行識

さいわい訪問看護ステーション ※ 2
わい訪問看護ステーションで働く
おの方々を大切に、訪問で手抜きもして
まっていますが、(笑)、訪問で手抜きもして
おの方々を大切に、訪問で手抜きもして
まっていますが、(笑)、訪問で手抜きもして
おっていますが、(笑)、訪問ではその母であり
まっています。
おう、一格とより良い生活がです。
とような気持ちです。
といますが、どうぞよろしくお願いない
ますず。
といますが、どうぞよろしくお願いない
はいといる
はいといる
はいといる
はいるまして
の母であり
はいるまして
の母であり
はいるまして
の母であり
はいるまして
の母であり
はいるまして
の母であり
はいるまして
の母であり
はいるまして
の母にあり
はいるまして
の母にあり
はいるまして
の母にあり
はいるまして
の母にあり
はいるまして
の母にあり
はいるまして
の母にあり
ないる
はいるまして
の母にあり
はいるまして
の母にあり
はいるまして
の母にあり
ないる
の母にあり
の母にあり
ないる
の母により
ないる
の母にあり
ないる
の母により
ないる







「住所っていくつだっけ?」 「ここの電話番号って、 何番だっけ?」 突然聞かれると、とっさには 出てこないことを体感しまし た。

基本的に通報電話では、消防指令センターは多いものの、火災時の通報をしたことのあは多いものの、火災時の通報をしたことのある職員はいませんでした。全員参加で消防訓練をおこないました。 四月十三日、ルリエ新川崎事業所内にて、 四月十三日、ルリエ新川崎事業所内にて、

すが人の有無、連絡先などを慌てずに伝えられまであること、発生場所、火事の状況、に出てこない」といったことが起きました。「住所が思い出せない」、「電話番号がすぐのです。しかし、やりとりを討してみぇぃ



毎回真剣な表情で取り組んでいます。

火災時の通報訓練をおこないました。

十分な日焼け対策をして季節を楽しみたいですね。要注意を。紫外線の量は六月頃には真夏と変わらないそうです。〔編集後記〕』心地よい気候になりました、馬れす散步したくなど 森由貴 宮本祥代 渡辺文祐 齊藤久美子 思わず散歩したくなりますが、 奥山麻耶 本間有由