

医療ソーシャルワーカー
吉川 晴子

出身地 三重県松阪市

好きな食べ物 スイーツ(和・洋なんでも好きです)・果物

休日の過ごし方 運動不足なので、週1回スポーツクラブに行き、軽いエアロビクス・ヨガなどを楽しんでいます。また、半年前から子猫を飼い始めたので、猫と遊んだり、庭の花の手入れをしたりして過ごしています。

趣味 旅行(特に温泉)、神社仏閣めぐり(御朱印集め)、読書、野球観戦(特にメジャーリーグ)

最後に一言 2022年4月より、医療ソーシャルワーカーとして勤務することになりました。地域の医療機関や関係者の皆様からの相談窓口となります。在宅医療の現場は初めてでわからないことも多いですが、皆様、お気軽に声をかけてください!!皆様と一緒に悩み、考え、成長していきたいです。

ケアマネジャー
若林 りつ子

出身地 三重県四日市市

好きな食べ物 餃子 芳仙(下野小学校近く中華料理屋)の餃子が最高!!

好きなこと お片づけ 整理収納アドバイザーの資格を取得するくらい好きです。

趣味 猫と昼寝 愛猫とのゆったり時間は、私の心の充電時間。

最後に一言 早く一人前に成長をして、皆様のお役に立てるよう頑張ります。ご指導のほどよろしくお願いいたします。

看護師だより



今回の看護師だよりは、関わらせていただき約1年になるOさんです。4年前に、リンパ腫と指摘を受けてからは、様々な治療を行ってこられました。しかし、これ以上の治療は、身体への負担が大きくなってしまふと言われ、令和3年5月から自宅での療養を始めています。

このようなことを書くと、辛い生活を送られているような想像をしてしまいがちですが、治療を止めた今、Oさんは毎日を、楽しく、忙しく過ごされています。訪問診療に伺った際には、「もう、やる事がいっぱいあるんやわ。」と、屈託のない笑顔でおっしゃられるOさん。盆栽や畑などをされてきた庭には、100を超える植木があり、それに水をまき、草を抜くのは毎日の日課。また、大根ができれば掘り起こし、漬物としてふるまってくれます。週末のお孫さんとの買い物も楽しみの一つで、その生き生きとした姿にこちらが元気をもらうほどです。

新緑薫る5月。日の出の時間が早くなると共にOさんの1日も早さを増す一方で。そんなOさんの毎日がこれからも長く続くよう、サポートしていきたいと思います。



管理栄養士だより



今回は、栄養指導を開始してから2年になるSさんのお話です。Sさんは、主治医より「過去に顎の癌の手術をしていて、口が1cm程度しか開かない状態の患者さんがいます。食事内容はできるだけ息子さんと同じものを食べたいと言っているけど、一回見てもらえないかな?」と依頼があり、往診に同席させていただいたのがきっかけで栄養指導開始となりました。

最初にお会いした時に、「私はこれまでお料理教室なんて通ったことがないので、お家でお料理教室をしていただけるなんてとても嬉しいです。いろいろ教えていただきたいです。」と目をキラキラさせて嬉しそうに話しておられた姿を今でも思い出します。

病気の影響で手に力が入らなかったり、重たい物を持てなかったり、長時間立っていらなかったりといった部分を考慮しながら、電子レンジでできるメニューや季節の食材を楽しむメニュー等、様々な料理を提案させていただいております。

自分の現状をしっかりと受け止めながら、自分でできることは自分で行い、息子さんの健康面を配慮した料理を作ろうとされるお姿に尊敬の念が堪えません。

これからも新しい季節のお料理やレシピをお届けしますので、よろしくお願い致します。現在はコロナの影響でご自宅での料理教室は中断しておりますが、以前のご自宅での料理教室を再開できる日が待ち遠しいですね。

管理栄養士 藤田



災害に備えてできること Take Steps



Step 2「在宅避難」

避難所ではなく、家での避難の場合、公的支援が不十分のため、事前の準備と確認が必要です。はじめの一步を共に踏み出しましょう!

① 命を落とさないために「落ちる」「倒れる」「飛ぶ」阻止!

阪神淡路大震災では70%以上が圧死、窒息死でした。家の耐震化だけではなく、凶器になる家具の移動、転倒防止のために家具の重心を下げる、滑り止めシートやキャビネットロックなどを活用して命を守りましょう。

② 心身の維持のために「水」「食」「薬」「排泄」!

飲み水、食料品は最低3日分!薬、経腸栄養剤は最低1週間!準備をしましょう。東日本大震災では工場が被災し、薬、経腸栄養剤が供給不足になりました。そして断水+下水道や浄化槽の破損でトイレは使用できません。でも出るものは出ます。携帯トイレ、簡易トイレやオムツ、ビニール袋などの代用品を準備してください。なんと1日で平均5回は排泄します。

③ 電気、ガス、水道を使わない生活!?

想像してください。停電時に吸引は?酸素は?胃ろう栄養のチューブはどう洗う?今のうちに確認しておきましょう。



バリアフリーで、障害者や高齢者が避難できる「福祉避難所」があります。しかし絶対数が不足し、誰がどう運用するかなど問題が山積しています。「家で避難をする」と決めたら、近隣の方に一声かけておくことをお勧めします。