



キャンナス吹田活動記より

つっかけ履いてちょっと覗きに行くおせっかいおばさんがコンセプトのキャンナス。そんな環境が実現すると良いなあとこんな時に思います。

①保育園の導尿

制度に繋がれるケースなのに上手いかずキャンナスメールに相談。キャンナス吹田としては相談だけで活動していませんが、理解してくれる訪問看護ステーション見つけて、繋いで、病院の相談員さん判断で止められていた訪問看護指示書をやっと作成してもらう事になり、でき次第行政へ相談予定。



②小学校からの下校時介護タクシー同乗

支援学校には通学支援があるのに、普通学校はなく、介護タクシー代は行政が負担するけど保護者の同乗条件なためお母さんはフルタイムで働けない。週一回キャンナスで関わり始めました。近隣キャンナスにも協力して貰っています。

③近隣キャンナスからの相談でレスパイト活動。

9:30～18:45までの長時間。もともと独居で、退院を機に娘さんが一時同居しながら介護。経管栄養しているが経口摂取可能で、ご本人も食べたい娘さんも食べさせたいのに主治医は認めてくれず、訪問看護も非協力的で孤独だと言われてました。午前中は私、午後は吹田のメンバーに協力を得て臨みました。ご機嫌ななめでずーっと目を閉じたまま私はず目を開けて貰えるように頑張ります
(キャンナス吹田代表河本郁子さん facebook投稿より引用、一部略)



「キャンナス」とは

英語の「できる (can)」と「看護師 (nurse)」の造語。在宅介護で苦勞した看護師の菅原由美が資格を地域に役立ててもらおうと1997年に立ち上げた全国訪問ボランティアナースの会が始まりです。キャンナスは、私たちグループの原点。

発行：ナースケアグループ
発行人：菅原由美
発行日：2023年10月15日

〒 251-0024
神奈川県藤沢市鶴沼橋
1-2-4 502
tel 0466-23-4500
fax 0466-27-8280

(有) ナース케어
(株) パールケア
(有) フラワーケア
NPO法人キャンナス



目次

しゅわしゅわ
炭酸飲料を
とろみで味わう

インフルエンザ夏から流行
予防対策はお早めに

インフルエンザは例年12月～3月が流行シーズンですが、今年は夏前からインフルエンザの流行を認めます。皆さんもよくご存知のインフルエンザですが、ここでもう一度ご紹介させていただきます。
○インフルエンザウイルスに感染することによって起こる病気です。
○38℃以上の発熱、頭痛、関節痛、筋肉痛、全身倦怠感といった全身症状が急速に現れます。併せて、風邪症状(のどの痛み、鼻汁、咳)も現れます。お子様や高齢の方では重症になることもあります。
○飛沫感染→咳やくしゃみの際に口から発生される小さな水滴が口に入ることによって感染します。

- 〈予防対策〉
- ・ワクチン接種
 - ・外出後の手洗い
 - ・適度な湿度の保持
 - ・休養と栄養摂取
 - ・人混みや繁華街への外出を控える

- 〈インフルエンザと診断されたら〉
- ・外出を避ける
 - ・咳エチケット(飛沫を人に向けない配慮)
 - ・安静、十分な睡眠をとる
 - ・水分補給

ワクチン接種も始まっています



高熱が続く、呼吸が苦しい、意識状態がおかしい等がみられたら再度医療機関を受診しましょう。
ワクチン接種も始まりました。予防対策をして元気に乗り切りましょう！(ナースケア訪問看護ステーション 高木美鈴)

直近3カ月の介護・看護サービス利用実績

(人数)

	7月	8月	9月	新規	サービス提供エリア
訪問看護	136	142	144	○	藤沢市、鎌倉市
訪問介護 鎌倉事業所	8	4	4	○	鎌倉市
居宅介護支援 湘南事業所	37	38	37	▲	藤沢市、鎌倉市
居宅介護支援 鎌倉事業所	10	10	10	▲	鎌倉市
小規模多機能型居宅介護「絆」	21	21	21	▲	藤沢市
定期巡回随時対応型 訪問介護看護 湘南事情所	12	15	15	◎	藤沢市
定期巡回随時対応型 訪問介護看護 鎌倉事業所	8	8	8	○	鎌倉市
ウェルライフヴィラ湘南ちがさき 内訪問介護事業所	27	24	24	◎	高齢者住宅所在地・茅ヶ崎市
ウェルライフガーデン海老名 内訪問介護事業所	27	27	27	◎	高齢者住宅所在地・海老名市 フラワーケアがサービス提供

◎十分余裕あり、○余裕あり、▲残り僅か、×あいにく今は一杯です。 総合問い合わせ窓口：0466-23-4500

ご案内 11月のまちの保健室は20日(月)となります

かぜ、インフルエンザ、新型コロナ 違いを確認しておきましょう

	かぜ	インフルエンザ	新型コロナ
病原体	ウイルス（80~90%）や細菌	インフルエンザウイルス	新型コロナウイルス
感染性	あまり強くない	強い	非常に強い
症状の出現	緩徐	急激	緩徐だが、急激に悪化する場合もある
発熱	37~38度	38度以上	37.5度以上が数日
主たる症状	くしゃみ、鼻水、咽頭痛、せき	関節痛、筋肉痛、頭痛	発熱、せき、頭痛、全身倦怠感、食欲不振、味覚・嗅覚障害
治療	対症療法	抗インフルエンザ薬	対症療法、抗ウイルス薬、ステロイド薬
治療期間	7日程度	5日程度	軽症では5~7日

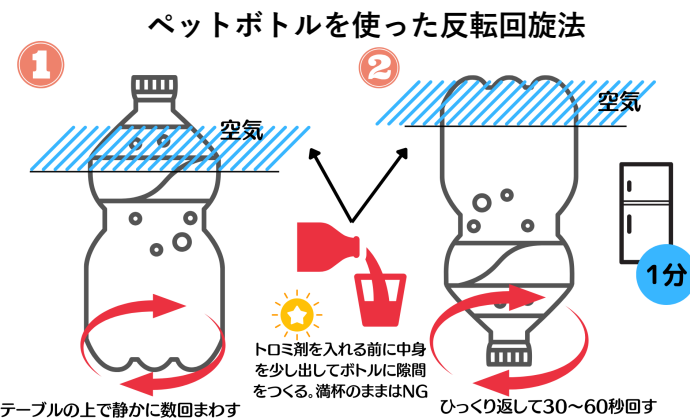
かぜと、インフルエンザ、新型コロナ感染症は初期症状が似ているため区別が付きにくく、自分は大丈夫と油断してしまいがちです。新型コロナ感染症は自覚症状がない場合でも急変して重症化することもあるので、注意が必要です。

上表のような違いを十分踏まえた上で、早めの対処（検査・受診）をこころがけてください。
（参考資料：「季節性感冒、普通感冒、新型コロナ感染症予防について」京都府）

しゅわしゅわ！ 炭酸トロミの作り方



回して、簡単！



あがりです。ゼリー飲料のようなトロミがあるのに、しゅわしゅわして異次元のおいしさでした。容器ごとよく冷やしておくのもポイント。トロミ剤の量が多いほど、空き容量を多くする必要があります。詳しくはyoutube動画をご覧ください。

動画はこちらから



とろみ調整食品ソフティアSを販売しているニュートリー（株）の方にペットボトルを使ったとっても簡単な炭酸飲料のとろみの付け方を教えてもらったので紹介します。薄いトロミならペットボトルにトロミ剤を入れて、シェイクしてもできますが、落ち着くまで冷蔵庫で数時間冷やす必要がありますが、この方法だと数分でOK。まず、中身を出して、空間をつくり、とろみ剤をイン。蓋を閉めて、水平にゆっくり回転。ひっくりかえして、30秒ほどさらに回転。その後、1分冷蔵庫で落ち着かせたらでき

家事動作と作業療法

家事動作は、ADL動作より複雑な動作を求められるため、心身に障害をきたした際に難しくなる事も多い動作です。一方で、毎日行う事であり「できるようにしたい」と思う方も多くいます。その中でも料理は、「家族に振舞いたい」「健康のために食事をつくりたい」等、希望が多く、やりたい事ができるようになると大きな喜びにつながっていくものです。

担当する利用者様の一人も、「健康に気を付けたい」という思いから一緒に料理を始めました。麻痺があり左手を使う事は難しいで

すが、道具や工程を工夫し、何度も一緒にチャレンジして、今では訪問時間内に2品も作る事が出来ています。

ご本人にコメント頂いたところ、「やればできるし、買い物だってできる。諦めないで挑戦すること！」と力を込めておっしゃっていました。

難しくなっている工程を見直し、工夫したり、練習したりする事でできる事が沢山あります。ぜひ、チャレンジしたい時はOTまでお声掛けください。



道具や工程の工夫で料理も可能に



OTの石田さんです。できないと諦めてしまう前に、お声がけください



職員からひとこと



愛犬ピンゴくん

愛犬との散歩で健康に

ナースケアの登録ヘルパーとなり8年近くになります。施設勤務が長かったので、訪問介護という形に大きな緊張感を抱いたことを思い出します。

当初から週4日の勤務でお世話になっておりますが、相談にのって下さるスタッフにも恵まれ、今では緊張感も緩みがち。この投稿を機に、今一度緊張感を持って、細かなことにも目を向けることを再認識しています。

私事ですが、毎朝1時間半の犬の散歩が日課となり、2年がたちました。サポーターが欠かせなかった膝の痛みが消えてき、ウォーキングのメリットを実感！健康一番で、明るく前向きな支援を続けてまいります。

（定期巡回・随時対応型訪問介護ヘルパー 大橋砂和子）

事務職から介護に転身



ナースケアとフラワーケアで約18年間事務として働かせていただきましたが、昨年12月からヘルパーとして、今年1月からは夜勤専従で働かせていただいています。

他のスタッフとコミュニケーションととりながら、教えていただきながら日々のサービスに入らせていただいています。これからも、ご利用者様に安心して生活していただけるように。頼りにされるように頑張ります。（フラワーケア ヘルパー 鈴木ひとみ）