なるざ 健康新聞

NO.38　平成 25 年 1 月

〒910-4103　福井県あわら市二面２丁目 301 番地

訪問看護ステーションなるざリハビリサービス

TEL　0776-77-2282　　ホームページ　www.naruza.jp/

== もくじ ==

1．新年のご挨拶

新職員紹介

2．在宅生き生き便り

～目標を持つ～

担当：窪田

新年を迎えて

2013 年が始まりました。お正月は皆さんどのように過ごされましたか？

昨年末に大きな選挙があり、今年は色んな変化がみられるのでしょうか？？明るい話題がたくさんある一年になるといいですね。

当事業所は昨年、併設デイサービス『リハビリスタジオ　なるざの森』の事業開始に伴い事務所を移転し（隣の建物ですが・・・）、新職員も加わり職員一同、新たな気持ちで訪問看護・リハビリに取り組んできました。今年も昨年同様、常に利用者様・ご家族様の立場に立ち、皆様にご満足頂けるサービスを心がけて参りますので、どうぞ宜しくお願い申し上げます。

さて、今年は『巳』年。「巳」という字は、蛇が冬眠から覚めて地上にはい出す姿を表しているとも言われ、「起こる、始まる、定まる」などの意味があります。

巳の特徴は探究心と情熱。蛇は執念深いとされていますが、恩を忘れず、助けてくれた人には恩返しをすると言われています。そんな巳年生まれなのが、理学療法士：松本と、保健師：窪田です（^_^；）今年は年男・年女として、より一層精進して参ります！！

新職員紹介

新年の始まりにふさわしく、新しい職員が仲間に加わりました。紹介します。

はじめまして。看護師の　岩城　弘恵（いわき　ひろえ）と申します。

病院に８年間勤務し、介護保険が始まってからは主に、ケアマネージャーとして在宅に携わってきました。

多くの出会いの中で、ご利用者様からは人生の先輩として、戦時中の生活状況や地域の様子など、今ではだんだん聞くことも難しくなってきた貴重な話も聞かせて頂き、家族や地域付き合いを大事にする心や、物を大事にする心など私の方が教えて頂くことも多かったです。

こんな私が、今回『訪問看護師』としてご自宅に伺わせて頂くことになりました。

私のモットーは『心と体の健康』です。

体調の変化や思いもよらない出来事で『心』が不安になり、気力をなくすこともあると思います。そのような変化に気付き、ご利用者様やご家族に寄り添い、嬉しいことも悲しいことも辛いことも、一緒に共感できる看護師でありたいと思っています。

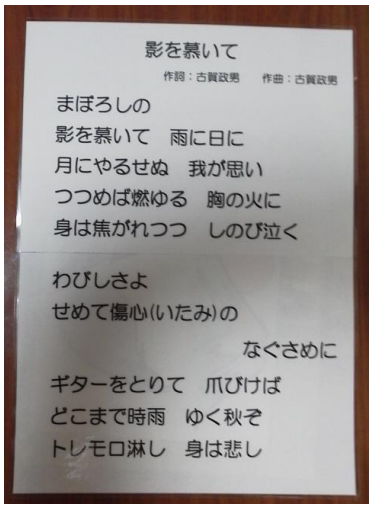
よろしくお願いします！

新職員といってもベテラン！！私たちも即戦力として期待しています。皆様よろしくお願いします。

在宅生き生き便り　～ 目標を持つ ～

以前もこのコーナーでご紹介したことがあるＤさんは、今でもカラオケが大好き。「カラオケが楽しみでデイケアに行く。」と言うくらいです。「カラオケの機械の字は細かくて歌詞がうまく見えない(--；)」とのことで、私もＤさんにリクエストされた唄の歌詞を拡大して印刷し、くしゃくしゃにならないようにラミネート保護をして渡したりしていました。

でも家では家族とおしゃべりをする以外に特にすることがなく、ベッドで横になってラジオを聴いていることが多い生活をしていました。何とか家での活動性を上げたいと思い、ベッドに座って行う足踏みや腕上げなどの自主運動パンフレットを渡したり、塗り絵を渡したりしていましたが、なかなか行動にはつながらず・・・。



季節的に寒くなってきたこともあり、より一層動くことがおっくうになってきて、気持ちまで落ち込みかけて、「これではいけない！」と考えていたときにまたＤさんから、「『影を慕いて』の歌詞カード作ってくれるかぁ。」との言葉。とっさに、「わかった。でも塗り絵が終わってから渡すね。終わってなかったら持って帰るよ(-_-)」とちょっといじわるなことを言ってしまいました・・・。

期待せずに翌週歌詞カードを持って訪問してみると、ニコニコ顔のＤさんとお嫁さんの姿が。テーブルの上をみると、きれいに完成させた塗り絵がありました！

お嫁さん曰く、「宿題せんとあかん。看護師さんが歌詞カード持って帰ってしまう！！」と自分から色鉛筆を手にとり、３日ほどで仕上げてしまったそうです。

それでは、と歌詞カードを渡すと、早速マイクを手にとり満足気に唄い始めました（^o^）

今回の塗り絵は『一富士、二鷹、三なすび』のお正月用だったので、みんなが集まる部屋に飾ってあります。みんなから「うまいこと塗ったねー。」と言われ、上機嫌。「きれいやねぇ～。また次の塗り絵持ってきてちょうだいね。」と催促もされています（^_^；）

ちょっと強引なやり方だったかもしれませんが、今回のことで、人は何か目的があると今までなかなか出来なかったことも案外簡単に乗り越えてしまうものなのだなと感じました。そしてそれが笑顔につながり、楽しみにつながり、生きがいにつながり・・・。

新年を迎え、みなさんも、『もう出来ない・・・』と諦めていたことにもう一度チャレンジしてみてはいかがでしょうか（^o^）

初日の出はオレンジや赤を、ナスは紫と黒を使うなど、グラデーションを効かせて塗ってあります!!