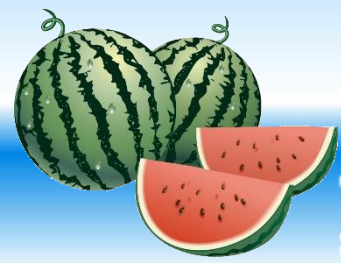


# つる だより

## つる訪問看護ステーション



夏号

2024年 7月発行

発行責任者 小林 博子  
越智 好恵  
堀内 寿美香

今年の夏の気温は、観測史上最も暑くなった昨年に匹敵する暑さとなる可能性があるようです。

高温にも注意が必要ですが、湿度を40～60%にすることで不快感や体調不良を回避することができます。除湿機能を上手に活用し、また、水分をこまめに摂取していただきこの暑い夏を乗り切りましょう。

また、この度多くの方々に支えて頂き「看護功労賞知事表彰」を受賞する事が出来ました。今後も、地域の皆さまの想いに寄り添った看護が提供出来ますようスタッフと共に自己研鑽に努め、精進していきたいと思っております。

(所長 小林博子)



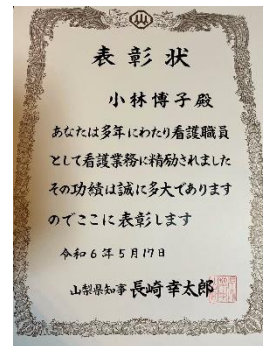
### 「看護功労賞知事表彰」受賞しました

令和6年5月17日、「第46回山梨県看護大会」が開催され、当ステーション 小林所長が「看護功労賞知事表彰」を受賞しました。

看護功労賞は長年にわたり県の看護業務の充実や質の向上などに尽力した保健師、助産師、看護師、准看護師の功績を称える賞です。

小林所長のもと、スタッフ一同、更に心を引き締め利用者様の在宅生活を支えていきたいと思えます。

(スタッフ一同)





看護師さんから  
メッセージをもらって大喜びの  
Aくんです



## ＊ママからメッセージ＊

4月にやまびこ支援学校に入学しました。  
先天性の病気があり、生まれた時から、入院  
や手術等大変なことも多いですが、あっという  
間に小学生になり、毎日楽しく学校に行って、  
日々成長を感じています。

学校から帰って来て、訪問看護師さんに医療  
ケアをしていただく日は、親も子も心身共に助  
かっています。

これからも元気に、楽しく過ごしてくれると  
いいなと思います。

数年前から市の委託を受け、保育園に訪問し、  
1日1回必要な医療ケアを実施していたAくん。  
小学校に入学した現在も、自宅へ定期的に訪問  
し、支援を継続中です。

きかんしゃトーマスのキャラクター写真を見  
ては、全ての名前などを即座に答えられたり、  
歌や四字熟語も得意で、明るいAくんの笑顔に  
癒されています。

(羽田)

## 夏バテを吹き飛ばせ! なぞなぞクイズ

- ①海の中を4つの岩が泳いでいる!?な～んだ?
- ②「たる」が光って飛んでいるよ、な～んだ?
- ③夏の風が吹くとキレイな音で返事をする  
ものって、な～んだ?
- ④砂浜の中に「くり」があるよ、な～んだ?
- ⑤夏になると涼しい場所に行く人のお仕事って、  
な～んだ?

※答えは、訪問看護師にきいてみてくださいね  
(^▽^)



## 食中毒予防の3原則

原因となる菌を...

付けない



調理前、生の肉や  
魚を扱う前後は  
手洗い必須

増やさない



生鮮食品は  
早く冷蔵庫に入れ、  
早めに食べる

やっつける



食材だけでなく、  
調理器具も  
加熱などで殺菌

## 3つの決まりで防ぎましょう。

- ①ばい菌をつけない! ☆手や洗える食材はよく洗う・肉や魚は他の食品とくっつけない
- ②ばい菌を増やさない! ☆生ものなど傷む前に食べきる・冷凍、冷蔵保存など
- ③ばい菌をやっつける! ☆食べ物の十分な加熱・食器や調理器具の消毒など

介護や在宅療養の相談を受け付けています。お気軽にお問合せ下さい。

つる訪問看護ステーション：都留市上谷2-1-1 5新町別館B棟

0554-46-5125

※掲載した写真、施設名については、承諾を得て掲載させて頂いております。