まごころ LETTER

令和３年３月号

医療法人社団まごころ　〒284-0043　四街道市めいわ 3-16-8
info@magokoro-zaitaku.com　https://www.magokoro-zaitaku.jp
四街道まごころクリニック　TEL　043-309-8261　FAX　043-309-8262
まごころ訪問看護ステーション　TEL 043-312-1423　FAX 043-312-1424

院長より年初のご挨拶

今年も梅の（野）花が咲きました！→

2021 年も早 3 月を迎え、春を先取るかのように最近は暖かい日々が続いております。今年最初のまごころ LETTER 発刊につき、ひと言ご挨拶させていただきます。

2020 年はまさにコロナ一色でしたね。東京オリンピック・パラリンピックは今年に延期となり、それも現状だと開催が危ぶまれている状況です。
マスクの着用、3 密回避などなど、だいぶ習慣化してきたのではないでしょうか。

新型コロナウイルスワクチンがいよいよ先行接種者よりスタートし、効果に期待したいところですが、一方で、油断するとコロナのニュースばかりを追いかけていることもあろうかと思います。コロナ禍でどこにも出掛けられないため、私は去年から毎週末、子供たちと自宅近辺の公園に行き、ちょっとした遊具で遊んだり、ウォーキングコースを歩いたりしています。先日は白鳥を見かけることができました。それまでその公園にはほとんど行っていなかったので、もしコロナが無かったらその公園での子供との体験は一生得られなかったでしょう。

そのように「新たな気づき・発見・体験があるかもしれない」と視点を変えると、今後しばらく続くであろう“with コロナ”の生活にも多少の彩りが加わるかもしれません。

コロナ禍だからこそ感じられる感性を大事にしてはいかがでしょうか？

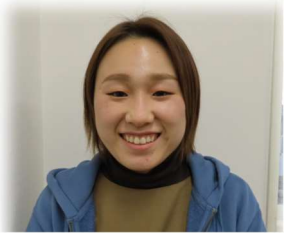
それでは 2021 年もどうぞよろしくお願い致します。

❀新入職員紹介❀

■インタビュー内容　1. 自分の好きなところ　2. 自分の弱点　3. 意気込み

1. 思い立ったらすぐ行動、フットワークが軽いところ
2. 緊張し過ぎてしまうこと
3. 同行看護師は未経験からのスタートですが、患者様やご家族様が安心して生活いただけるようサポートさせていただきたいと思います。どうぞ宜しくお願い致します。

同行看護師：東井　智美



事務：金井　悠夏

1. 諦めず最後までやり遂げるところ
2. 単純なところ
3. 分からない事も多く、ご迷惑をお掛けしてしまう事もあるかと思いますが、少しずつ勉強させていただき、頑張っていきたいと思います。宜しくお願いします。

こんにちは　モモでーす。
お元気ですか？
早いもので、もう３回目です。
月日が経つのが早くて、気力もあまりなく困っています。
コロナが酷くて、また緊急事態宣言も出てしまいました。
頑張りましょうね。

今年に入って初めて、デイサービスに行くことになりました。
もう 10 年も通っている人もいて、リハビリが本当に大切なことがわかっているのでしょうね。
みんなで今の状況を維持して、
自分のことは自分でするように心がけたいものです。

早く春が来てくれれば、心の傷は癒されるかもしれないと。
これからながーいトンネルだけれど、
花のつぼみを１つ１つ見つけていければと思っています。
好きで病気になる人なんていないと思うから、皆さん頑張りましょう。

もう健康な体には戻れないから、なにか見つけなくてはね。
自分の人生だから、毎日頑張りましょうね！

もぐまごレター（栄養・嚥下サポートチーム）

もぐまごチームが発足し、３年目に突入しました！
新年度を迎えるにあたり、メンバーや活動内容を改めてご紹介したいと思います。

〈活動メンバー〉

医師・看護師・言語聴覚士・理学療法士・作業療法士・管理栄養士・事務

〈活動内容〉
- **利用者さまの栄養・嚥下状況を把握**
  定期的に食事量やふくらはぎの太さを確認させていただくこともあります。
- **月１回情報共有や勉強会を実施**

＜ご相談例＞

- 食べる量が減った
- 最近やせた気がする
- 太った気がする
- 体重を測りたい

…など
気になることがあれば
ご相談ください。

どうしてこの活動が必要なの？
→在宅患者様の約７割は、「低栄養」（疑いを含む）の状態といわれています。
実際、当法人の利用者様を対象とした栄養摂取調査でも、同じ程度の割合で低栄養の方がいらっしゃいました。
低栄養になる原因はそれぞれですが、更なる疾病や健康の問題を引き起こすことはわかっていますので、様々な職種がワンチームになって栄養状態改善に向け、取り組んでいます！

編集後記

〇暖かくなったり寒くなったり、気温の変化に振り回されているこの頃です。みなさんも体調管理にはお気をつけくださいね。早く暖かくなって良い気持ちで新年度を迎えたいです！　事務：石毛

〇花粉症でこの時期はいつもマスク。今年はみんなでマスク(‘◇’)ゞ　勝手に仲間意識をもって楽しく過ごしています！桜の頃にはコロナも花粉症も落ち着いてゆっくりお散歩したいなぁ…　事務：中野